

## **«Nur ein kleiner Schritt» - Impuls für Mittwoch, 6.Mai, 20.00 Uhr**

**Kerze:** *Ich zünde eine Kerze an und mache mir dabei bewusst, dass Gott mir nahe ist mit seiner Wärme und seinem Licht*

**Lied:** *Ich richte mich mit dem folgenden Lied (gesungen oder gelesen) auf Gott aus:*

**Du bist der Friede, der mein Herz bewahrt, mein Helfer in der Not.**

**Du bist die Hoffnung, die mich trägt, du ziehst mich ins Gebet.**

**Dort wartest du auf mich, Herr, und dort setzt du mich frei.**

**Herr, mein Herz ist voll Anbetung, ich beuge mich vor dir.**

**Nur dir allein gebührt der Lobpreis, nur dir allein gebührt die Ehr'.**

**Vater, wir wollen dich anbeten, Vater, dein Antlitz suchen wir.**

**Nur dir allein gebührt der Lobpreis, nur dir allein gebührt die Ehr'.**

**Vater, wir lieben dich, und wir beten dich jetzt an.**

### **Abendgebet**

**Abba, lieber Vater**

**Du warst mir heute ein treuer Versorger, ein verlässlicher Helfer, ein immer naher Freund.**

**Dafür danke ich dir von Herzen.**

**Danke, dass du auch in dieser Nacht über mir wachst -**

**über meinem Leib und meiner Seele, über meinen Träumen.**

**Alles befehle ich dir an, samt all meinen Lieben und allen Menschen dieser Welt.**

**Amen**

**Impuls: «Nur ein kleiner Schritt»** *(Der folgende Text ist - leicht gekürzt - entnommen aus dem Heft «aufatmen», Ausgabe 1/2016, S.23, Verfasser: Hanspeter Wolfsberger)*

Schon einmal habe ich es gewagt. Habe einem Menschen nach mehr als zwei Jahrzehnten einen Brief geschrieben und ihn um ein Wiedersehen angefragt. Nein, nicht um die damals so schwer gewordene Beziehung nochmals zu thematisieren. Sie war die schwerste meines Lebens. Nein, einfach, um einen Schritt weiter zu gehen. Schliesslich habe ich ja auch weiter gelebt seit damals. Damals hat Vergebung gegriffen. Meine Seele hat die 5.Vaterunser-Bitte irgendwann glauben können: „Ich habe vergeben.“ Das Erkennungszeichen dafür war: Nach zwei Jahren Gebet für dieses Anliegen hatte ich den Eindruck, diesen Menschen jetzt wiedersehen zu können. Gerne sogar. Und nicht mehr über das Alte reden zu müssen. Und nun habe ich ihn wiedergesehen. Habe ihm lange zugehört. Zweieinhalb Stunden. Als ich wegfuhr - wir haben kein Wort über „früher“ gewechselt - war ich wie benommen. Was war das jetzt? Als ich die Bahngleise am Ortsausgang überfuhr, meinte ich zu vernehmen: „Die Gnade reicht.“ Ein starker Eindruck, eine Art letztes Wort. Und da traf ich noch auf dem Gleis eine Entscheidung. Wenn Gottes Gnade reicht - schreibe ich keine Biographie. Ich hatte schon damit begonnen. Sie hätte diesen Menschen ausführlich wiedergegeben. Zu folgenreich war dieser Bruch mit ihm damals. Aber nun geht das nicht mehr. Wenn die Gnade reicht, dann muss niemand mehr von ihm lesen.

Und nun, ein paar Wochen später, habe ich es nochmal riskiert. Die Nr.2 in meiner Schmerzgeschichte. Auch hier - elementare Vorgänge. Keine Jahrzehnte her. Aber sie bewirken eine lange Schweigezeit. Ich hatte keine Lust mehr auf ein Wiedersehen in diesem Leben.

Ich stellte keine Forderungen auf Wiedergutmachung. Ich wollte einseitig vergeben haben. So betete ich oft: „Ich entlasse diesen Menschen aus allen Vorwürfen und Enttäuschungen. Einseitig. Unbedingt. Umfassend. Ich vergebe.“ Aber irgendwie schien es mir meine Seele nicht zu glauben. Wenn ich vor dem Abendmahl hörte: „Wir bitten Gott um Vergebung und vergeben auch anderen, die an uns schuldig geworden sind“ - dann war dieser Name wieder da. Als neu vergebungsbedürftig. Neu zu nennen. Warum wurde ich diese Schmerzstelle nicht los? Jahrelang schon?! Ist es, weil ich doch vielleicht auch an ihm schuldig geworden bin, mehr als ich das einsehen will? Ich konnte keine Details erkennen. Ich habe andere um ihre Sicht dafür gefragt - nichts. Aber was sagt das schon!?

Nun habe ich auch ihm geschrieben. Ihn um ein Wiedersehen gefragt. Es fühlte sich an wie ein Schritt ins Unvernünftige, ins „muss-nicht-sein“. Ich schrieb ihm: „Wir müssen nicht über vergangene Beschwernisse reden. Vielleicht erzählen wir einander einfach, was uns beiden Gutes widerfahren ist seit damals? Weil Gott grossmütig ist. Und liebend. Und heilend?!“ Dann kam das Gespräch. Nach meinem Empfinden: Nicht einfach gut. Ich habe erneut geschluckt, eingesteckt, geschwiegen. Ein kleiner Zettel mit der Abkürzung „nk“ (nicht kämpfen) hielt mich bei der Stange. Und doch - seither habe ich Ruhe. Wenn die Abendmahlsfeier kommt, kann ich beschenkt dafür danken, dass ich weitergekommen bin. Es war nur ein kleiner Schritt nötig - aber nun glaubt es auch meine Seele. Jetzt gibt es keinen Menschen mehr, dem ich nicht vergeben habe. Ein unglaublich schönes Gefühl. So etwas macht aufbruchsbereit. Für letzte Schritte im Leben, wenn es soweit ist.

***Ein paar Impulsfragen zu dieser eindrücklichen Schilderung eines Vergebungsprozesses:***

*Sind mir - in dieser Zeit der stark eingeschränkten Kontakte - Menschen in den Sinn gekommen, an die ich nicht gerne denke?*

*Gibt es einen Menschen/ Menschen in meinem Leben/ meiner Geschichte, dem/ denen ich noch nicht vergeben habe - oder bei dem meine Seele noch nicht glauben kann, dass ich ihm/ihr vergeben habe?*

*Wenn ich mit Gott jetzt über diesen Menschen spreche - gibt er mir einen konkreten Impuls/ eine klare Handlungsanweisung? Evt. auch etwas, das ich nicht (mehr) tun soll?*

*Wenn nicht, dann muss ich nicht grübeln und mich hintsinnen, sondern befehle diese noch nicht bereinigte Beziehung nochmals bewusst Gott an und bitte Ihn, dass Er uns in der Versöhnung einen Schritt weiterbringt.*

**Vertrauenslied** von Niklaus Ludwig von Zinzendorf (Gesangbuch Nr. 690):

- 1. Jesu, geh voran auf der Lebensbahn, und wir wollen nicht verweilen,  
dir getreulich nachzueilen; führ uns an der Hand bis ins Vaterland.**
- 2. Rühret eigner Schmerz irgend unser Herz, kümmert uns ein fremdes Leiden,  
o so gib Geduld zu beiden; richte unsern Sinn auf das Ende hin.**
- 3. Ordne unsern Gang, Jesu, lebenslang. Führst du uns durch raue Wege,  
gib uns auch die nöt'ge Pflege; tu uns nach dem Lauf deine Türe auf.**

**Vertrauensgebet zum Abschluss (mit einfachen Bewegungen dazu)**

*Ich sitze, meine Hände sind zunächst zu Fäusten geschlossen und liegen in meinem Schoss*

**Vertrauen heisst:**

**Loslassen** (*ich öffne meine Hände, Handflächen nach oben*)

**Mich Gott überlassen** (*ich strecke meine geöffneten Hände nach vorne*)

**Das macht gelassen** (*ich lege die geöffneten Hände wieder in den Schoss, lehne mich zurück*)

**und ich bin nicht verlassen** (*ich kreuze die geöffneten Hände über der Brust*)