



Gottesdienst
zum
Mitnehmen



4. Sonntag vor der Passionszeit
6. Februar 2022

Lasst die Sonne nicht über
eurem Zorn untergehen



Wir feiern in unseren Kirchen und zu Hause

Wir feiern getrennt und doch verbunden, denn die Gnade unseres Herrn Jesus Christus und die Liebe Gottes und die Gemeinschaft des Heiligen Geistes ist mit uns allen. Amen.

Der Wochenspruch steht im Psalm 66 (Vers 5):

Kommt her und seht an die Werke Gottes, der so wunderbar ist in seinem Tun an den Menschenkindern.

Wir singen oder lesen das Lied EG 161, 1-3 „Liebster Jesu wir sind hier“

Wir lesen Psalm 119

Wohl denen, die ohne Tadel leben, die im Gesetz des Herrn wandeln! Wohl denen, die sich an seine Mahnungen halten, die ihn von ganzem Herzen suchen, die auf seinen Wegen wandeln und kein Unrecht tun.

Wenn ich schaue allein auf deine Gebote, so werde ich nicht zu Schanden.

Dein Wort ist meines Fußes Leuchte und ein Licht auf meinem Wege.

Erhalte mich durch dein Wort, dass ich lebe, und lass mich nicht zu Schanden werden in meiner Hoffnung. Stärke mich, dass ich gerettet werde, so will ich stets Freude haben an deinen Geboten.

Ehre sei dem Vater und dem Sohn und dem Heiligen Geist, wie es war im Anfang, jetzt und immer dar und von Ewigkeit zu Ewigkeit. Amen.

Wir beten

Gott, mein Vater, du bist sanftmütig und heilig. Du bist menschenliebend. Ich bin immer wieder zornig und verärgert. Vergib mir meine bösen Gedanken, Worte und Taten.

Herr, hilf mir! Du willst das ich vergebe. Wenn ich nicht vergebe, wird mir nicht vergeben werden.

Nimm meinen Zorn und meinen Ärger von mir, damit der böse Feind keine Macht an mir findet. Mache mein Herz sanftmütig, liebevoll und geduldig.

Das bitte ich durch Jesus Christus, deinen Sohn, der mein Bruder ist, der mit dir und dem Heiligen Geist lebt und regiert von Ewigkeit zu Ewigkeit. Amen.

Wir lesen aus Matthäus 5, 21-26

Ihr habt gehört, dass zu den Alten gesagt worden ist: Du sollst nicht töten; ...Ich aber sage euch: Jeder, der seinem Bruder auch nur zürnt, soll dem Gericht verfallen sein; Wenn du deine Opfertgabe zum Altar bringst und dir dabei einfällt, dass dein Bruder etwas gegen dich hat, so lass deine Gabe dort vor dem Altar liegen; geh und versöhne dich zuerst mit deinem Bruder, dann komm und opfere deine Gabe!

Herr, dein Wort ist unseres Fußes Leuchte und ein Licht auf unserem Wege. Halleluja!

Wir bekennen unseren Glauben

Ich glaube an Gott, den Vater, den Allmächtigen ...

Wir singen oder lesen das Lied EG 197, 1-3 „Herr, öffne mir die Herzenstür“

Predigt - Pfarrerin Ingrid Tschank

Liebe Gemeinde!

Gestern war ich so richtig zornig. Am liebsten hätte ich mich auf dem Boden gekugelt. Aber für eine 60-zigjährige ist das eher nicht so passend. Bei Kleinkindern ist das anders. Zweijährige werfen sich auf den Boden, strampeln mit den Beinen, schlagen mit Fäusten um sich und brüllen aus Leibeskräften. Die Gründe sind meistens Kleinigkeiten. Der Sohn will das blaue Leiberl anziehen, nicht das Grüne. Die Tochter will hinauf oder hinunter, oder auch beides gleichzeitig. Kluge Eltern sorgen dafür, dass sich der kleine Zornbinkel nicht selbst verletzt und niemandem anderen weh tut, und wissen, dass diese Phase vorbei geht.

Aber mit dem Ende des sogenannten Trotzalters ist das Thema nicht erledigt. Auch Erwachsene spüren diese Gefühle, aber sie werfen sich nicht mehr strampelnd auf den Boden. Wut und Zorn entladen sich auf vielfältige Weise: Einer knallt die Türe zu. Ein anderer wirft einen Teller an die Wand. Viele brüllen herum. Einige schlagen zu, manche gehen bis zu Mord und Todschatz. Dann gibt es noch die weniger heftigen Formen: Manche rennen hinaus und einmal um den Häuserblock. Und ganz viele pressen die Lippen fest zusammen und schlucken alles hinunter. Die modernen Medien wie Handys und Internet haben dazu geführt, dass Zorn Wut und Ärger viel stärker sichtbar geworden sind als früher. Durch die scheinbare Anonymität gibt es immer mehr Gewalt- und Hasstiraden gegenüber Andersdenkenden.

Ist das bei Christinnen und Christen anders? Nein! Obwohl sie doch grundsätzlich freundlich und verständnisvoll sein sollten und immer bemüht, beide Seiten zu sehen. Geduld und Nach-

sicht, das sind die Tugenden, nach denen Christen streben sollten. Zürnen dagegen heißt doch, dass jemand böse wird und vielleicht sogar die Beherrschung verliert. Sollte man das nicht vermeiden? Ja, aber es gibt nun einmal Situationen, die mich auf 180 bringen. Da koche ich vor Zorn, wenn ich ungerechte, willkürliche, bösartige, gemeine Aktionen erlebe, bei mir oder bei anderen. Kränkungen, Zurücksetzungen, Übergriffe und Verletzungen machen mich besonders zornig.

Diese intensiven und starken Emotionen sind schwer zu kontrollieren. So passiert es, dass Menschen Worte sagen oder Handlungen setzen, die sie im Nachhinein bereuen und die der Situation auch nicht unbedingt geholfen haben. Aber was hilft denn in einer solchen Situation? Was hilft, um mit der eigenen Wut umzugehen?

Der Monatsspruch (Epheserbrief 4, 26) für Februar kann uns eine Hilfe sein: **„Lasst die Sonne nicht über eurem Zorn untergehen.“** Also: Klär deinen Konflikt, dein Problem, deine Wut, bevor du schlafen gehst. Aber je nach dem, wie stark die Verletzung ist, die wir erlitten haben, und wie schwer die Folgen sind bei Unrecht, das uns widerfahren ist, geht das nicht so einfach und es braucht Zeit. Manchmal ist es besser eine gewisse Zeit vergehen zu lassen: **„Schlaf mal eine Nacht darüber! Am nächsten Morgen sieht die Welt schon ganz anders aus!“** Durch den Schlaf bekommt man den Kopf wieder frei und man kann wieder klarer denken. Und wenn ich denken kann, kann ich auch angemessen handeln. Es geht vor allem darum, ehrlich zu sich und den eigenen Gefühlen zu sein. Aber wir tun uns selber keinen Gefallen, wenn wir gar über Jahre hinweg schmollen und auf Rache sinnen.

Als Menschen, die ein spirituelles Leben zu führen versuchen,

spüren wir, dass Ärger, Zorn und Hass uns auch das Gebet erschweren. In der Schriftlesung haben wir gehört, dass Jesus uns auffordert: **„Wenn du zum Altar gehst, ... versöhne dich zuvor mit deinem Bruder.“** (Matthäus 5, 23f). Sinngemäß gilt das wohl auch für das Gebet. Im Gebet können wir auch ehrlich vor Gott unseren Hass hinhalten mit der Bitte, heile du mich von meinem Ärger, schenke mir friedvolle Gedanken und Gefühle zu dem Menschen, der mich verletzt hat.

Es ist auch immer wieder hilfreich, sich mit einem vertrauten Menschen darüber auszusprechen und sich gemeinsam in den Menschen, der uns verärgert hat, hineinzudenken, um auch ihn zu verstehen, dann kann sich oft etwas von unserem Zorn und Ärger relativieren oder er legt sich ganz. Manchmal ist es auch so, dass das, was ich bei mir nicht mag, mich beim anderen besonders ärgert. Jesus sagt im Matthäusevangelium (7, 2f): **„Was siehst du den Splitter in deines Bruders Auge und nimmst nicht wahr den Balken in deinem Auge? ... Du Heuchler, zieh zuerst den Balken aus deinem Auge; danach sieh zu, wie du den Splitter aus deines Bruders Auge ziehst.“**

Es ist gut und heilsam, wenn wir uns mit dem anderen aussprechen können und dann wieder versöhnen. Wo das nicht möglich ist, können wir trotzdem vergeben – in uns. Wenn wir anderen vergeben und verzeihen, tun wir uns selbst damit einen sehr großen Gefallen, denn das bewahrt uns vor Bitterkeit und Herzenskälte.

Gott schenke uns Kraft und Mut, dass wir freundlich und barmherzig sind und einander vergeben, gleichwie auch Gott uns vergeben hat in Christus.

Amen.

Wir singen oder lesen das Lied EG 182, 1-3 „Suchet zuerst Gottes Reich in dieser Welt“

Wir bitten für andere und für uns selbst

Herr, du hast uns geschaffen, uns ins Leben gerufen, uns unter deinen Namen gestellt, uns miteinander verbunden, aber unruhig ist unser Herz, Gott, bis es Ruhe findet in dir.

Unsere Gegenwart ist voller Widersprüche, groß sind viele Sorgen, ist mancher Zorn, Ärger und Hass.

Was soll werden in unserem Land, mit all dem Streit, den ungelösten Aufgaben?

Was soll werden in dieser Welt, mit ihren Kriegen, der Bedrohung des Lebens?

Was soll werden mit deiner Kirche, in ihrer Unsicherheit und Zukunftsangst?

Was soll werden mit unseren Glaubensgeschwistern in der Ferne, in Verfolgung und Bedrängnis?

Dein ist das Licht des Tages, dein ist das Dunkel der Nacht. Dein ist unser Leben, dein sind die Grenzen der Zeit. Du bist Anfang und Ende, unser Frieden und unser Trost, unsere Freude und unser Mut. Unruhig ist unser Herz, Gott, bis es Ruhe findet in dir.

Wir beten Vater unser im Himmel...

Geht gesegnet und behütet

Der Herr segne euch und behüte euch. Der Herr lasse leuchten sein Angesicht über euch, und sei euch gnädig. Der Herr erhebe sein Angesicht auf euch, und schenke euch seinen Frieden. Amen.

Wir singen oder lesen das Lied EG 182, 4-6 „Suchet zuerst Gottes Reich in dieser Welt“

Aus dem Gemeindeleben

Wir danken sehr herzlich für alle **Spenden**, die wir für den „Gottesdienst zum Mitnehmen“ erhalten haben. Dieser Ausgabe liegt ein Erlagschein bei.

Den nächsten „**Gottesdienst zum Mitnehmen**“ gibt es wieder in der kommenden Woche.

Herzliche Einladung zu den Gottesdiensten

Sonntag, 6.2.

9.00 Uhr in Gols mit Pfarrerin Ingrid Tschank. Der Gottesdienst wird auch auf unserem Youtube-Kanal live aus der Kirche übertragen: www.evangelisch-gols.at/youtube

10.30 Uhr Taiden mit Pfarrerin Ingrid Tschank

Sonntag, 13.2.

9.00 Uhr in Gols mit Pfarrerin Ingrid Tschank, Gesang Rebecca Bedjai

10.30 Uhr in Neusiedl mit Lektorin Astrid Meixner-Schellander

Gottesdienste im Fernsehen

Sonntag, 13.2., 10.00 Uhr, Evangelischer Gottesdienst aus Wien Simmering, ORF III

Sonntag, 20.2., 9.30 Uhr, Evangelischer Gottesdienst aus Ingelheim, ZDF

Bild pixabay: martakoton

