

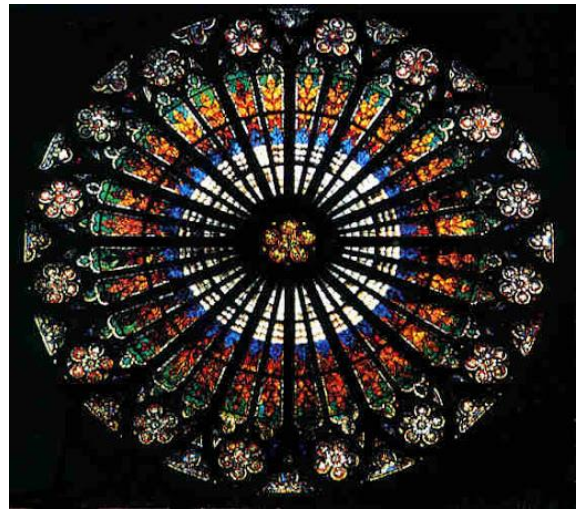
# Ein **LEBENSZEICHEN**

aus dem *Paul-Gerhardt-Haus*

mit Grüßen

zum letzten Sonntag nach Epiphania

Dieser Sonntag steht noch einmal im Zeichen von Weihnachten. Ja, auch wenn die Weihnachtsdekoration längst in den Kisten verschwunden ist: erst jetzt endet die Weihnachtszeit; früher traditionell mit dem Fest Mariä Lichtmess am 2. Februar.



*Westfenster im Straßburger Münster*

Noch einmal blicken wir sozusagen über die Schulter zurück und hören die frohe Botschaft: Gott ist mit seinem Licht mitten unter uns.

Spüre ich davon etwas in meinem Alltag? Oder sehe ich eher Dunkles? Fehlt mir die Hoffnung? Oder fällt es mir leicht, zuversichtlich zu sein?

Dunkel und Licht – darum geht es an diesem Morgen.

*Und darum zünden wir eine Kerze an – Zeichen für Hoffnung und Zuversicht.*

## Ein Gute-Laune-Gedicht von Joachim Ringelnatz mit dem Titel „Morgenwonne“:

Ich bin so knallvergnügt erwacht.  
Ich klatsche meine Hüften.  
Das Wasser lockt, die Seife lacht.  
Es dürstet mir nach Lüften.

Aus meiner tiefsten Seele zieht  
Mit Nasenflügelbeben  
Ein ungeheurer Appetit  
Nach Frühstück und nach Leben.

## Zum Nach-Denken

Mag sein, Sie sind eher verknautscht und noch ein bisschen müde aus dem Bett gestiegen heute Morgen. Und doch wirkt dieses Gedicht – eins meiner Lieblingsgedichte – immer wie ein Muntermacher auf mich. (Vielleicht sollte man es sich groß ausgedruckt ins Bad hängen 😊)

Natürlich ist das Leben nicht immer so morgenleicht, wie Joachim Ringelnatz es darstellt, aber ganz sicher wird der Tag nicht besser davon, wenn wir uns schon vor dem Frühstück bleischweren Gedanken hingeben. Wenn wir der biblischen Botschaft Glauben schenken, dann ist ja einer da, der unsere Lasten mitträgt und sagt: „Kommt her zu mir alle, die ihr mühselig und beladen seid, ich will euch erquicken.“

Nun denn: dem dürfen wir unseren Lebensstil gerne anpassen!

Dazu passt die Botschaft aus dem 2. Petrusbrief im Neuen Testament, die für diesen Sonntag vorgesehen ist. Der Briefeschreiber (er nennt sich Petrus wie der Jünger Jesu, um ein wenig von dessen Autorität bei den Gläubigen „abzustauben“) will seinen Adressaten Mut machen. Denn im zweiten Jahrhundert, in dem er lebte, hatten viele Getaufte Zweifel an der frohen Botschaft von der Gegenwart Gottes in dieser Welt. Sie waren müde geworden im

Warten auf das Wiederkommen Christi, der eine Welt voller Friede und Gerechtigkeit bringen sollte. Ihr Alltag schien nicht zu der versprochenen Herrlichkeit zu passen.

Da bekommen sie also einen Brief, in dem folgendes steht:

*Wir haben uns keineswegs auf geschickt erfundene Märchen gestützt, als wir euch ankündigten, dass Jesus Christus, unser Herr, wiederkommen wird, ausgestattet mit Macht. Vielmehr haben wir ihn mit eigenen Augen in der hohen Würde gesehen, in der er künftig offenbar werden soll. 17 Denn er empfing von Gott, seinem Vater, Ehre und Herrlichkeit – damals, als Gott, der die höchste Macht hat, das Wort an ihn ergehen ließ: »Dies ist mein Sohn, ihm gilt meine Liebe, ihn habe ich erwählt.« 18 Als wir mit ihm auf dem heiligen Berg waren, haben wir diese Stimme vom Himmel gehört. 19 Dadurch wissen wir nun noch sicherer, dass die Voraussagen der Propheten zuverlässig sind, und ihr tut gut daran, auf sie zu achten. Ihre Botschaft ist für euch wie eine Lampe, die in der Dunkelheit brennt, bis der Tag anbricht und das Licht des Morgensterns aufgeht in euren Herzen.*

(1. Petrus 1,16-19)

Was für ein schönes Bild: „...das Licht des Morgensterns aufgeht in euren Herzen.“ Der Morgenstern: der hellste Stern am Himmel, bevor die Sonne aufgeht. Mutmacher, wenn eine schlechte, vielleicht durchweinte Nacht voller Sorgen uns den beruhigenden und kraftspendenden Schlaf genommen hat. Aber auch für die ohne Sorgen: Der Morgenstern ist das Zeichen, dass die Nacht vorbei ist, das Tageslicht erscheint und uns einen neuen Tag voller Wunder (wenn man sie sehen gelernt hat), Abenteuer, guter Begegnungen schenken kann. Die Menschen, die mit Jesus unterwegs waren, haben das mit ihm an vielen Punkten erfahren. In seinem Brief erinnert Petrus an solche Begebenheiten. (Jesus Taufe Markus 1,-11 und die Begegnung auf dem Berg Matthäus 17,1-9 – wer nachlesen möchte.)

Dieser Morgenstern soll also in unseren Herzen aufgehen! So schön!

Wenn das so ist, dann kann es nur so sein, dass diese Strahlkraft des hellsten Sterns in uns wohnt, uns aus den Augen und vielleicht auch aus allen Knopflöchern herausleuchtet. Wir werden zu Lichtträgern im besten Sinne.

Gerade in dieser Zeit ist das wichtiger denn je, dass es solche Menschen gibt, die mit Mut und Zuversicht durch die Welt gehen. Die nicht den depressiven Unkenrufen folgen, dass die Welt doch immer schlechter wird. Morgenstern-Leute werden dagegen halten, weil sie sich getragen wissen von der Leben schaffenden Kraft Gottes. Damit einem dabei nicht die Puste ausgeht, müssen wir uns dessen immer wieder vergewissern, sozusagen Kraft und Zuversicht tanken.

Wie? Indem wir uns gegenseitig unsere Geschichten erzählen, in denen das Leben gute Wendungen nahm, entgegen unserer Erwartung. Indem wir uns mitteilen, wo und wie wir der Kraft Gottes begegnet sind. (Wenn schon nicht in persönlicher Begegnung: das geht auch am Telefon...) Indem wir uns ein Ringelnetz-Gedicht ins Bad hängen.

Und indem wir dem Rat Marc Aurels folgen:

„Wenn du am Morgen erwachst,  
denke darüber nach,  
was für ein köstlicher Schatz es doch ist,  
zu leben, zu atmen und sich zu freuen.“

Ich wünsche uns allen jeden Tag neu dieses Morgenstern-Gefühl!

**Singen** – zu Hause aller voller Kehle und voller Kraft (die Nachbarn dürfen es gerne hören ☺)

*Irgendein Lieblingslied und/oder dieses (EG 69):*

Der Morgenstern ist aufgedrungen,  
er leucht' daher zu dieser Stunde  
hoch über Berg und tiefe Tal,  
vor Freud singt uns der lieben Engel Schar.

3) Christus im Himmel wohl bedachte,  
wie er uns reich und selig machte

und wieder brächt ins Paradies,  
darum er Gottes Himmel gar verließ.

4) O heilger Morgenstern, wir preisen  
dich heute hoch mit frohen Weisen;  
du leuchtest vielen nah und fern,  
so leucht auch uns, Herr Christ, du Morgenstern!

## **Beten**

Gott, wir danken dir für alles Licht, das es in unserem Leben und in unserer Welt gibt.  
Wir danken dir für den hellen Schein, den du in unsere Herzen gegeben hast,  
und bitten dich: Lass uns darauf vertrauen, dass er alle unsere Dunkelheiten erhellt.

Wir bitten dich für die, deren Leben sich verdunkelt hat: für die Verzagten und Mutlosen,  
für die Freudlosen und Verängstigten. Lass sie Menschen finden, denen sie ihr Herz ausschütten können.

Wir bitten dich für uns, dass wir die Menschen im Dunkeln nicht übersehen,  
sondern uns ihnen liebevoll zuwenden.

Wir bitten dich für die Verantwortlichen in der Wirtschaft und in der Politik,  
dass sie bei ihren Entscheidungen besonders das Wohl der Menschen im Blick haben,  
die Hilfe zum Leben brauchen.

Wir bitten dich für unsere Gemeinde: Lass uns fantasievolle Möglichkeiten finden,  
dein Licht in die Welt zu tragen.

In der Stille bringen wir vor dich, was wir persönlich auf dem Herzen haben...

Gott, aus deinem Licht kommen wir und in deinem Licht werden wir vollendet.  
Mit dieser Gewissheit beten wir:  
Vater unser im Himmel...

## **Segen** für die neue Woche:

Segen sei mit dir,  
der Segen des strahlenden Lichts  
Licht um dich her  
und innen in deinem Herzen,  
Sonnenschein leuchte dir  
und erwärme dein Herz,  
dass andere sich daran wärmen können.

So segne und behüte dich der Herr,  
er lasse leuchten sein Angesicht über dir und sei dir gnädig,  
er erhebe sein Angesicht über dich  
und schenke dir Frieden!  
Amen.

Ich grüße Sie herzlich und wünsche für die neue Woche, dass Sie immer voller guter Laune aus dem Bett springen können! (Dafür noch ein guter Tipp auf der nächsten Seite 😊)

Herzlichst Ihre Pastorin



*Und wie immer: Kerze auspusten nicht vergessen 😊*

**Der gute Tipp für den Morgen:**

**Nach dem Aufstehen  
Ans geöffnete Fenster stellen  
Und eine Minute den Vögeln zuhören.  
Fünf bis Zehn tiefe, bewusste Atemzüge machen,  
Dazu Schultern kreisen.  
Dann einen gesunden Trunk mixen:  
Einige Früchte, z.B. einen Apfel entsaften,  
Eine Orange und eine halbe Zitrone auspressen,  
Den Saft mixen und mit Mineralwasser auffüllen  
Und sich schmecken lassen!**

