

# **Predigt für zuhause**

am 08. September 2024 (15. Sonntag nach Trinitatis)

Liebe Leserin, lieber Leser,  
der Gottesdienst, aus dem diese Predigt stammt, wird am Sonntag zuerst in der Arche in Norddeich und dann in der Andreaskirche in Norden gefeiert werden. Und weil die Begrüßung schon zum Thema führt, habe ich sie Ihnen mit abgedruckt.

Feiern sie mit uns, hier oder dort. Oder bei Ihnen zuhause.  
*Pastor Michael Rückleben*

## *Begrüßung*

Herzlich willkommen zum Gottesdienst. Und als allererstes eine Frage: „Ich zähle täglich meine Sorgen, denn ich sorg mich sehr.“ Wissen Sie noch, wer das gesungen hat?

(Peter Alexander, 1960 in der gleichnamigen Filmkomödie)

Ohne Sorgen ist wohl keine und keiner, aber ob Sie sich täglich alle aufzählen? Das macht das Leben auch nicht leichter. Und ich glaube auch nicht, dass Peter Alexander das gemacht hat.

Nun, das ist mal ein anderer Einstieg heute. Und ich habe noch ein Zitat zum Thema Sorgen gefunden. Es stammt von Wilhelm Busch:

„Es ist ein Brauch von alters her,  
wer Sorgen hat, hat auch Likör“.

Auch keine gute Lösung, um die Sorgen im Zaum zu halten. Jedenfalls nicht auf Dauer. Im Rausch wird zwar scheinbar alles leichter, aber eben nur für kurze Zeit. Leben und Seele werden eben nicht wirklich leichter, sondern nur kurz betäubt.

Manche kaufen sich auch neue Schuhe, um besser durch eine Krise zu kommen oder machen immer größere Reisen. Wenn man genug Geld hat, kann man das eine Zeit so machen. Aber irgendwann wird die Wohnung zu klein für all die Schuhe. Und wohin man auch reist, man muss ja doch zurück ... und nimmt sich auch immer mit. Und die Sorgen holen einen auch wieder ein.

Urlaub ist schön, Schuhe für manche wohl auch, ich trinke auch gerne mal ein Bier oder ein Glas Wein. Das alles mag der Seele auch mal guttun. Aber ob es uns wirklich die Sorgen nimmt? Ich glaube nicht.

Aber wie dann mit den Sorgen umgehen?

Ich versuche Ihnen heute ein biblisches Votum nahezubringen, daher auch die lange Einleitung:

*„Alle eure Sorgen werft auf Gott, denn Gott sorgt für euch.“*

Das ist schnell aufgeschrieben, aber schon etwas schwerer gesagt, denn wir wissen alle, dass sich Sorgen nicht so einfach abwerfen und erledigen lassen.

Und auch nicht einfach anderen zuwerfen.... Auch wenn das vielen die schönste Lösung scheint.

Und wenn ich anderen das so sage: „wirf deine Sorgen auf Gott“, dann könnte das auch so ankommen, als wollte ich ihnen gar nicht zuhören.

Und wie ist es bei mir selbst. Kann ich Sorgen abgeben? Kann ich mich mit Sorgen an Gott wenden? Und ist mir das eine Hilfe oder passiert da vielleicht gar nichts?

Liebe Gemeinde, nehmen Sie die Fragen mit in diesen Gottesdienst.

Denn in Gottes Namen sind wir hier. Im Namen des Vaters, des Sohnes und des Heiligen Geistes.

Amen

Evangeliumslesung und zugleich Predigttext: Mt 6,25-34

(In der Übersetzung der Basisbibel)

*Darum sage ich euch:*

*Macht euch keine Sorgen um euer Leben –*

*was ihr essen oder trinken sollt,*

*oder um euren Körper – was ihr anziehen sollt.*

*Ist das Leben nicht mehr als Essen und Trinken?*

*Und ist der Körper nicht mehr als Kleidung?*

*Seht euch die Vögel an!*

*Sie säen nicht, sie ernten nicht,*

*sie sammeln keine Vorräte in Scheunen.*

*Trotzdem ernährt sie euer Vater im Himmel.*

*Seid ihr nicht viel mehr wert als sie?*

*Wer von euch kann dadurch,  
dass er sich Sorgen macht,  
sein Leben nur um eine Stunde verlängern?  
Und warum macht ihr euch Sorgen,  
was ihr anziehen sollt?*

*Seht euch die Wiesenblumen an:  
Sie wachsen, ohne zu arbeiten  
und ohne sich Kleider zu machen.*

*Ich sage euch:*

*Nicht einmal Salomo in all seiner Herrlichkeit  
war so schön gekleidet wie eine von ihnen.*

*So schön macht Gott die Wiesenblumen.*

*Dabei gehen sie an einem Tag auf  
und werden am nächsten Tag im Ofen verbrannt.*

*Darum wird er sich noch viel mehr um euch kümmern.*

*Ihr habt zu wenig Vertrauen!*

*Macht euch also keine Sorgen!*

*Fragt euch nicht: Was sollen wir essen?*

*Was sollen wir trinken? Was sollen wir anziehen?*

*Um all diese Dinge dreht sich das Leben der Heiden.*

*Euer Vater im Himmel weiß doch,*

*dass ihr das alles braucht.*

*Strebt vor allem anderen*

*nach seinem Reich und nach seiner Gerechtigkeit –*

*dann wird Gott euch auch das alles schenken.*

*Macht euch also keine Sorgen um den kommenden Tag –  
der wird schon für sich selber sorgen.*

*Es reicht, dass jeder Tag*

*seine eigenen Schwierigkeiten hat.«*

## Predigt

Die Gnade unseres Herrn Jesus Christus  
und die Liebe Gottes  
und die Gemeinschaft des Heiligen Geistes  
sei mit uns allen. Amen.

Kennen Sie Frau Meier, die Amsel? Nein? Das ist ein Kinderbuch, das es in sich hat. (Und von dem ich vor über 10 Jahren schon mal erzählt habe).

Frau Meier, die Amsel, ist eine, die unheimlich viele Sorgen hat. Sitzt der Knopf an der Jacke ihres Mantels richtig? Sind genug Rosinen im Kuchen? Fällt das Flugzeug gleich vom Himmel? Und als sie einmal in ihrem Garten ist, sorgt sie sich darum, dass die Sonne sich verfinstern könnte – und was dann mit ihren Pflanzen geschehen würde.

In diesem Augenblick, als es gerade beginnt, ganz dunkel um sie herum zu werden, da findet sie ein kleines Vögelchen, noch ganz ohne Federn und vollkommen hilflos.

Sofort lässt sie alles andere stehen und liegen und hebt das kleine Wesen vorsichtig auf und nimmt es mit nach Hause. Sie füttert und um-sorgt es. Und während sich das Vögelchen zu einer ausgewachsenen Amsel mausert, verfliegen all ihre Sorgen.

Wer Kinder großgezogen hat, weiß, dass die Sorgen dabei nicht verfliegen. Aber sie wandeln sich – schon, weil man

dann keine Zeit mehr hat, sich um jeden Fleck auf der Jacke zu kümmern.

Aber Sorgen bleiben, vielleicht wachsen sie sogar mit den Kindern mit, denn die sollen ja noch viel länger als wir in dieser (bedrohten) Welt leben.

Und trotzdem empfiehlt Jesus  
*Macht euch keine Sorgen um euer Leben –  
 was ihr essen oder trinken sollt,  
 oder um euren Körper – was ihr anziehen sollt.* Usw.

Leichter gesagt als getan.

Wir alle machen uns Sorgen, jeden Tag, um Kleinigkeiten.

Und die meisten von uns haben sich in ihrem Leben auch schon ernsthaft Sorgen machen müssen.

Und Mittwoch im Seniorenkreis, da waren so einige dabei, die sich in ihrem Leben auch schon Sorgen um das täglich Brot, um Essen und Trinken und die Kleidung machen mussten. Auch von Ihnen hier heute haben einige das vielleicht noch erleben müssen.

Es ist ein großer Unterschied, ob man heute in den Schrank guckt und sagt: Ich habe gar nichts anzuziehen – oder ob in der Nachkriegszeit Mäntel oder sogar Konfirmationskleider aus allem geschneidert wurden, was man irgendwie noch finden konnte: von Gardinen bis hin zu alten Leinensäcken.

Und trotzdem sagt Jesus: Sorget euch nicht.

Und dabei weiß er sehr wohl, wie es den Menschen seiner Zeit geht.

Er geht zu den Kranken. Er spricht mit den Blinden. Er heilt. Er setzt sich für Gerechtigkeit ein. Für tätige Nächstenliebe: was du getan hast einem von den Geringsten, das hast du mir getan. Und für gerechte Verteilung: Geh hin und tue das gleiche (reicher Jüngling).

Und Jesus sagt trotzdem: Sorget euch nicht. Denn die Not ist das eine. Aber wenn unsere Sorgen zu groß werden, immer größer werden – dann fressen sie uns auf. Dann nehmen sie uns den Lebensmut. Dann nagen sie nicht nur stetig an uns, sondern dann höhlen sie uns aus und nehmen uns die Kraft, gegen die Not noch anzugehen.

„Aber“ klingt es dann in mir: „ich kann die Sorgen doch nicht einfach abschalten.“

Und dann denke ich an die Wahlen vom letzten Wochenende. Ich habe Angst, dass unsere Gesellschaft auseinanderbricht, Ich Sorge mich, wenn allen Politiker\*innen grundsätzlich misstraut wird. Ich Sorge mich um die Entwicklungen in den sozialen Medien und mit der Künstlichen Intelligenz. Und über Krieg und Frieden und dass niemand die Klimakrise wirklich ernst nimmt, sowieso. Und dazu haben wir alle noch unsere privaten Sorgen. Alle diese Sorgen können einen schon erschlagen!

Genau!!! Genau das ist die Gefahr, dass die Sorgen uns lähmen, erschlagen, entmutigen, dass sie uns alle Lebensfreude und Lebensmöglichkeiten nehmen. Dass wir sozusagen „das Kind mit dem Bade ausschütten“ und handlungsunfähig werden.

Jesus teilte auch Leid und Sorgen der Menschen – bis zum Tod am Kreuz. Und trotzdem sagt er: Sorget euch nicht.

Sorget euch nicht. Sorgen gibt es immer. Grund zur Sorge auch. Aber wir sind auch „versorgt“. Und damit meine ich nicht die staatliche Versorgung, die ja sehr unterschiedlich ausfallen kann.

Sondern Gott sorgt für uns. Er schickt uns Menschen. Er hat uns mit Fähigkeiten versehen: mit einem Mund zum Sprechen, Ohren zum Zuhören, Händen, uns gegenseitig zu helfen oder die Hand zu reichen. Oder auch miteinander etwas aufzubauen oder einfach zu spielen.

Er hat uns Augen gegeben, um mit ihnen – selbst, wenn sie schwächer werden – die Farben im Garten zu sehen. Und wenn der Tee noch schmeckt und die Nase noch schnuppern kann – das ist ja auch nicht bei allen so – dann hat man schon ganz schön viel Glück.

Aber es ist so schwer, das Sorgen-Karussell anzuhalten, das uns manchmal durch den Kopf schwirrt:

Altersvorsorge, Krebsvorsorge, Patientenverfügung, Ausbildungsversicherung, Klimaschutz, firewall, Alarmanlage, Sonnenschutzfaktor 50 – und die Blumen muss ich auch noch gießen, sonst vertrocknen sie.

Puh. Vieles davon hat sein Recht! Aber es lenkt uns auch ab. Und wenn wir uns zuerst vor allem darum drehen, dann drehen wir uns im Kreise.



Deshalb startet Jesus mit einer Einladung. Und stellt uns eine ganze Menge Fragen, deren Antwort wir eigentlich kennen – weil wir Gott kennen:

*Ist das Leben nicht mehr als Essen und Trinken?*

*Und ist der Körper nicht mehr als die Kleidung?*

Oder anders gefragt: Es geht doch um mehr als ums bloße Überleben, oder?

Und mein Innerstes weiß es schon: Ja, Gott; es geht bei all den Sorgen immer auch um ein gelingendes Leben. Um ein Leben in Fülle, um einen Reichtum, der nicht in Geld gezählt wird.

Und Jesus fragt: Nach einem gelingenden Leben sehnst du dich? Dann sieh auf die Vögel unterm Himmel. Oder sieh auf die Wiesenblumen, die so prächtig sind. Viel prächtiger als aller Reichtum, den König Salomo in seinem Palast gesammelt hatte (oder heute Putin, die Deutsche Bank oder sogar Amazon).

Woher nehmen die Vögel und die Schmetterlinge, die Wiesenblumen und auch wir, Nahrung und Schönheit – woher kommt ihnen und uns das Leben?

*Ja, wer von euch kann dadurch, dass er sich Sorgen macht, sein Leben auch nur um eine Stunde verlängern?*

Und woher kommt der Reichtum, der nicht in Geld gezählt wird? Und der euch durchs Leben trägt? Woher kommt euch Leben in Fülle?

Und Jesus wartete die Antwort nicht ab, sondern er kommt auf den Kern: *Ihr habt zu wenig Vertrauen!*

*Macht euch also keine Sorgen! Fragt euch nicht: Was sollen wir essen? Was sollen wir trinken? Was sollen wir anziehen?*

Um all diese Dinge dreht sich das Leben der Menschen, die nicht wissen, wie Gott ist.

*Euer Vater im Himmel weiß doch, dass ihr das alles braucht.*

Nehmt einen anderen Weg. *Strebt vor allem anderen nach seinem Reich und nach seiner Gerechtigkeit.*

Was braucht es dazu? Mehr Vertrauen. --- Aber wie „macht“ man das, was man doch nicht machen kann?

Ich komme noch mal auf die Geschichte mit Frau Meier, der Amsel, zurück. In diesem Augenblick begegnen nämlich wir einem kleinen, hungrigen Vogel, der gefüttert werden will. Es ist der Vogel „Glaube“.

Wir begegnen unserem Glauben, der uns fragend anschaut: „Was wirst du jetzt tun, mit mir, inmitten all deiner Sorgen?“

Du kannst den kleinen Vogel Glauben dort sitzen lassen und weiter sorgenbeladen deinen Weg gehen. Oder du lässt alle Sorgenlast stehen und liegen und fängst an mit all deiner Sehnsucht nach Leben den Glauben zu füttern.

Dann kann es passieren, dann wird es passieren, dass die Sorgen nicht mehr im Mittelpunkt stehen und nicht allein alles dominieren. Dann wird die Last kleiner und der Blick wieder freier.

Sie müssen selbst ausprobieren, was ihr Vögelchen Glaube für Futter mag oder anders gesagt, was Ihren Glauben groß macht. Das ist wohl bei jeder und jedem etwas anders.

1) Manche empfehlen Gelassenheit als Futter, damit der Glaube wächst und die Sorgen nicht alles bestimmen. Der Rat ist gut, aber ach, immer im entscheidenden Moment kann ich diese Futtertüte nicht finden.

2) Die Hospizgruppe hatte uns vor einigen Jahren mal den Vorschlag gemacht, ein „Schatzkästchen“ mit gutem Erinnerungstücken zu beginnen: Texte, liebe Worte, eine Muschel“ – dann habe ich immer etwas zur Hand, mein Vögelchen Glauben zu füttern.

3) Mit unseren Konfirmand\*innen sammle ich manchmal Psalmenworte oder andere Bibelverse, die einen stärken. Manche von Ihnen haben viel auswendig gelernt in Ihrer Jugend. Andere haben ein persönliches Wort immer im Portmonee.

4) Und noch etwas hilft gegen die Sorgen: Manchmal muss man einfach zupacken oder das angehen, was einem Sorgen macht.

Wenn ein kleines Kind auf die Straße läuft, dann nützen meine Sorgen nichts, dann muss ich es da wegholen.

Wenn Euch die Hausaufgaben oder die nächste Klassenarbeit drücken, dann helfen die Sorgen nicht und auch nicht die Sorgen wegzudrängen – dann muss man lernen --- und hinterher noch Fußball spielen, irgendwo ins Wasser springen oder sich mit Freunden treffen.

(Oder auch mal den Sorgen und den Hausaufgaben Tschüss sagen, aber das habe ich nicht gesagt.)  
 Gegen manche Sorgen können wir also auch etwas tun, indem wir sie angehen. Aber das ist eben kein Rezept für alles.

Liebe Gemeinde,  
 es gibt natürlich noch andere, bewährte Möglichkeiten, jeden Glaubensvogel zu füttern, auch Ihren:  
 Bibellesen, beten und singen liebt er.  
 Nächstenliebe macht ihn dick und rund und lässt ihm Flügel wachsen.  
 Und Gottesdienste, gemeinsame Gottesdienste geben ihm Aufwind.

Auf welche Art und Weise auch immer Sie Ihre Sorgen Gott in die Hand geben: es wird alltägliche Arbeit werden. Einmal im Jahr nur – nein, da verhungert der Glaube. Den Vogel Glauben muss man Tag für Tag füttern, und oh ja, manche dunkle Nacht hindurch. Es gibt keinen schnellen, bequemen Weg, um den Klein-Glauben groß zu ziehen.

Aber der Glaube wird wachsen.  
 Und wir kleben nicht mehr an unseren Sorgen. Wir sehen auf die Vögel und die Wiesenblumen und sehen, wie Gottes Reich wächst und gedeiht um uns und in uns – es wächst auf, ganz von allein – oder besser gesagt, ganz von Gott. Und das Sorgenkarussell – na ja, ganz stillstehen wird es bei uns wohl nie – aber es dreht sich langsamer.

Und selbst wenn wir nur ab und zu aussteigen können, wird unser Leben schon ein ganz anderes.

Jesus hat uns alles gelehrt, was es braucht, um die Leichtigkeit der Vögel zu begreifen. Ja, Glaube verleiht Flügel. Weil ein immer wieder gefütterter Glaube das Vertrauen in Gott groß macht und dich in den Windhauch des Heiligen Geistes stellt. Und weil Gott uns gerne trägt und sein Heiliger Geist uns Aufwind unter unsere Flügel gibt.

Das hört sich schön an und leicht. Aber das brauchen wir auch, um hier auf Erden nicht den Überblick zu verlieren und uns ganz bodenständig um sein Reich auch hier auf Erden zu bemühen.

Gott stärke unser Vertrauen.

Und hab auch Dank für Dein Vertrauen in uns, Deine Liebe und Deinen Geist.

Amen

### Musik

#### *Frau Meier, die Amsel (Ausgang)*

Gepredigt habe ich schon lang genug, aber ich möchte Ihnen auch gerne noch die Geschichte von Frau Meier, der Amsel, zu Ende erzählen:

Erinnern Sie sich noch an Frau Meier? Ihr Vögelchen ist dank ihrer guten Pflege groß und stark geworden. Piepchen hat sie die Amsel genannt. Fröhlich ist die bei

ihr herumgehüpft. Und da hat Frau Meier sich denn doch gesorgt – denn: ein Vogel muss doch fliegen.

Aber diesmal hat sie die Sorge losgelassen und ist fantasievoll in Bewegung gekommen. Frau Meier hat ihre Arme ausgebreitet und sie wie Flügeln bewegt.

Aber Piepchen hat sie nur mit großen Augen angeschaut. „So geht es nicht. Damit mein Vogel fliegt muss ich etwas wagen.“, hat sich Frau Meier gedacht.

Und sie hat Piepchen genommen und ist mit ihr auf einen Baum geklettert. Früher hätte sie sich gesorgt, dass sie herunterfällt oder der Ast, auf den sie sich setzte, bricht. Jetzt ist allein ihr Vögelchen wichtig - es muss das Fliegen lernen, denn dafür sind ja die Flügel gewachsen.

Und Frau Meier schlägt mit den Armen und Piepchen sitzt staunend neben ihr auf dem Ast und bewegt keinen Flügel.

Da begreift Frau Meier, dass jetzt nichts mehr zu sorgen und nichts mehr zu tun ist. Es ist für alles gesorgt.

Und sie wird ganz ruhig, genießt ihr Sein in luftiger Höhe und beginnt zu sehen.

Sie sieht das Land, weit.

Sie sieht den Horizont, hell.

Und sie spürt den Luftstrom des Windes. Und sie hört, wie der flüstert: Sorge nicht, vertrau auf Gott. Und sie breitet die Arme aus und da wird aus Frau Meier die Amsel und seht nur, sie fliegt.

Amen

