

## Gedanken zum Wochenende 23.04.2016

### „Wie soll ich das alles heute schaffen?“

Kennen Sie diese Frage direkt nach dem Aufwachen, wenn Ihnen bewusst wird, was heute alles auf dem Programm steht und erfüllt werden muss?

Und beim Aufstehen und Zähneputzen kreisen nicht nur die Borsten der Zahnbürste, sondern auch die Gedanken: *„Wird es gelingen?“ – „Es könnte doch so vieles schief gehen!“*  
*„Welche Gefahren und Gefährdungen lauern heute auf mich oder meine Familie?“*  
*„Um das alles heute zu schaffen bräuchte ich eigentlich viel mehr Kraft und Zeit!“* - Da beides nur begrenzt vorhanden ist, könnte einem tatsächlich angst und bange werden ...

„Fürchte dich nicht“ ist eine der wichtigsten Zusagen Gottes in der Bibel. Dieses Wort ist nicht als Auftrag zu verstehen: *„Du musst es selbst schaffen, Deine Angst zu bewältigen!“* Es ist vielmehr eine Ermunterung, eine Einladung, loszulassen. Das ist gar nicht so leicht. Doch es fällt leichter wenn ich mir Folgendes vor Augen halte: Gott hat mich bewusst ins Leben gerufen und mir einen Auftrag gegeben, den ich bewältigen kann – nicht mehr und nicht weniger. Gott liebt mich bedingungslos. Ich kann nicht tiefer fallen als in Gottes Hand. Ich lebe in Seiner Liebe. Für Furcht ist da eigentlich gar kein Platz. *„Furcht ist nicht in der Liebe, sondern die vollkommene Liebe treibt die Furcht aus“* heißt es im Neuen Testament (1.Johannesbrief, Kap.4,18). Biblisch gesprochen: Furcht verwandelt sich durch Gottes Liebe in Ehrfurcht: Ehrfurcht vor dem Gott, der uns das Leben schenkt, der unsere Freiheit will. Da hat plötzlich die Angst keine Macht mehr.

Und so schaut man am Abend dann zurück und stellt fest: *„Hoppla, es ging doch! Schritt für Schritt, Portion für Portion – vieles habe ich geschafft, und das, was nicht mehr ging, das kommt dann halt morgen dran...“*.

Ein Gebet hat mich beeindruckt, das von Florence Nightingale stammt, jener englischen Krankenschwester (1820-1910), die durch ihren unermüdlichen Einsatz für die Verwundeten des Krimkrieges berühmt wurde. Sie nahm ihre Kraft deutlich aus ihrem christlichen Glauben heraus, aus der Verbindung mit Gott, ihrem Schöpfer: Sie spricht:

***„Spender des Lebens, gib mir die Kraft, dass ich meine Arbeit mit Überlegung tue, getreu dem Ziel, das Leben jener zu hüten, die meiner Versorgung anvertraut sind. Halte rein meine Lippen von verletzenden Worten. Gib mir klare Augen, das Gute der anderen zu sehen. Gib mir sanfte Hände, ein gütiges Herz und eine geduldige Seele. Dass durch deine Gnade Schmerzen gelindert werden, kranke Körper heilen, Gemüter gestärkt werden, der Lebenswille wieder wachse. Hilf, dass ich niemandem durch Unwissenheit und Nachlässigkeit schade. Für jene, die gebeugt sind von Kummer und Weh, von Angst und Schmerz, gib Kraft zum Durchhalten. Schenk mir, o Gott, deinen Segen zu meiner Aufgabe.“ Amen.***

Wenn Sie möchten, können Sie dieses Gebet in Ruhe Satz für Satz nachsprechen.

Ich wünsche Ihnen ein gestärktes und gelassenes Wochenende,  
Pfr. Bernd Töpfer, Evangelisch-Lutherische Kirchengemeinde Marktheidenfeld

Übrigens: Die jeweils aktuellen Gedanken zum Wochenende können auch auf unserer Homepage: [www.marktheidenfeld-evangelisch.de](http://www.marktheidenfeld-evangelisch.de) gelesen und heruntergeladen werden. Die Andachten der letzten Jahre zu den verschiedensten Themen finden Sie unter „Archiv“, für den Fall, dass Sie selbst mal eine Andacht halten wollen