

**Evangelische Gemeinde Essen-Altstadt  
Wohnzimmer-Gottesdienst zur geistlichen Stärkung**



**Wenn möglich Geläut der Kreuzeskirche hören über YouTube**

**Kerze anzünden – Stille**

**Musikalischer Auftakt: Von allen Seiten umgibst Du mich**

1. Ob ich sitze oder stehe, ob ich liege oder gehe bist Du GOTT, bist Du GOTT, bei mir. Ob ich schlafe oder wache, ob ich weine oder lache bleibst Du GOTT, bleibst Du GOTT bei mir.
2. Dass ich wachse, blühe, reife, dass ich lerne und begreife bist Du GOTT, bist Du GOTT bei mir. Dass ich finde, wenn ich suche, dass ich segne, nicht verfluche, bleibst Du GOTT, bleibst Du GOTT bei mir.
3. Wo ich sitze oder stehe, wo ich liege oder gehe, bist Du GOTT, bist Du GOTT, bei mir. Dass ich dein bin, nicht verderbe, ob ich lebe oder sterbe, bleibst Du GOTT, bleibst Du GOTT bei mir.

**Refrain:** *Von allen Seiten umgibst du mich und hältst deine Hand über mir und hältst deine Hand über mir.*

***Deshalb beuge ich meine Knie vor dem Vater, der der rechte Vater ist über alles, was da Kinder heißt im Himmel und auf Erden, dass er euch Kraft gebe nach dem Reichtum seiner Herrlichkeit, stark zu werden durch seinen Geist an dem inwendigen Menschen, das Christus durch den Glauben in euren Herzen wohne und ihr in der Liebe eingewurzelt und gegründet seid. Epheserbrief 3,14-17***

Spürbar zu erleben in der Liebe Christi eingewurzelt und gegründet zu sein gehört mit zu den schönsten Erfahrungen, die wir machen können. Das dies sich erfüllt ist allerdings kein Selbstläufer. Es bedeutet nicht, dass wir irgendetwas leisten müssen, sondern Christus selbst möchte täglich Zeit mit uns verbringen. Ehen, Freundschaften und jegliche tiefe zwischenmenschliche Beziehungen wollen gepflegt werden. Dasselbe gilt auch für unsere Beziehung zum lebendigen dreieinigen GOTT.

**Wir sind hier versammelt im Namen des Vaters und  
des Sohnes und des Heiligen Geistes. Amen.**

***Wir singen oder sprechen: Zünde an Dein Feuer***

**Refrain** *Quelle des Lebens und der Freude Quell, Du machst das Dunkel  
meiner Seele hell. Du hörst mein Beten, hilfst aus aller Not, Jesus,  
mein Heiland, mein HERR und GOTT.*

1. Zünde an Dein Feuer, HERR im Herzen mir, hell mög es brennen,  
lieber Heiland Dir. Was ich bin und habe soll Dein Eigen sein. In  
Deine Hände schließe fest mich ein.
2. Wollest mich bewahren, wenn der Satan droht, Du bist der Retter,  
HERR, von Sünd und Tod. In der Weltnacht Dunkel leuchte mir als  
Stern, HERR, bleibe bei mir, sei mir niemals fern.
3. Bald wird uns leuchten GOTTES ewges Licht, freue dich Seele,  
und verzage nicht! Lass die Klagen schweigen, wenn das Lied  
erschallt, fröhlichen Glaubens: Unser HERR kommt bald.

**Wir beten Verse aus Psalm 127**

Wenn der HERR nicht das Haus baut, so arbeiten umsonst, die daran bauen.  
Wenn der HERR nicht die Stadt behütet, so wacht der Wächter umsonst.  
Es ist umsonst, dass ihr früh aufsteht und hernach lange sitzt und esset euer Brot  
mit Sorgen; denn seinen Freunden gibt er es im Schlaf.  
Amen.

**Wir singen oder sprechen: Laudate omnes gentes,**

Lau-date omnes gen-tes, lau-date Dominum  
Lau-date omnes gen-tes, lau-date Dominum

## Predigt über Epheserbrief 3,14-21 in der Kreuzeskirche

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

Liebe Gemeinde,

zwei Freundinnen telefonieren miteinander. Durch fast 1000 Kilometer Entfernung sind sie voneinander getrennt. Die eine erzählt gerade von ihrer verzweifelten Stellensuche. Ihr befristeter Arbeitsvertrag ist ausgelaufen und sie hat trotz mehrerer Berufsabschlüsse und Qualifikationen und über vierzig Bewerbungen noch keine neue Stelle bekommen. Sie kämpft mit aller Kraft und sehr viel Phantasie darum, einer Existenz mit Hartz IV zu entgehen. Doch dabei stößt sie immer wieder auf unüberwindliche Hürden. „Ich bete für dich“ sagt die andere. Ich bete für dich, dass du die Kraft hast, diese zermürbende Zeit durchzustehen.“

Und das tut sie dann auch. Sie betet dafür, dass ihre Freundin die Kraft haben möge, an den bitteren Erfahrungen nicht zu zerbrechen. Wenn wieder einmal bei einer Stellenausschreibung jemand mit geringeren Qualifikationen genommen wurde. Sie betet dafür, dass ihre Freundin die innere Zuversicht behalten möge und die Freude an ihren Kindern, die mit ihr von ihrem Einkommen abhängig sind.

Sie betet dafür, dass ihre Freundin nicht an sich selbst verzweifelt, sondern sehen kann, wie viel Hochachtung sie verdient für ihre Art, mit der Situation umzugehen.

Sie betet dafür, dass ihre Freundin sich trotz allem von guten Mächten umgeben wissen kann. Sie betet auch dafür, dass der Moment kommt, wo ihre Freundin bei einer Bewerbung genommen wird, aber es ist nicht ihre erste Bitte, eher ihre letzte.“ Ihre Freundin hört es nicht, wie sie betet, sie ist ja weit weg. Doch beim nächsten Telefonat sagt sie: „Das tut gut zu spüren, dass du mit mir verbunden bist in all diesen Fragen – dass ich da nicht ganz allein bin.“

Liebe Gemeinde,

wie fühlt es sich an, wenn jemand für uns betet?

Wie viel kann es bewirken, wenn wir für jemanden beten? Und wie verändert es uns selbst, wenn wir beten? In dem Abschnitt aus dem Epheserbrief, der uns heute als Predigttext gegeben ist, betet ein Apostel - ein Schüler von Paulus, der in seinem Namen schreibt – intensiv für die Gemeindeglieder in Ephesus. Er selbst ist im Gefängnis, also in einer Situation, in der er im Grunde nichts machen kann, in einer Situation, in der ihm im wahrsten Sinne die Hände gebunden sind und er selbst einer höchst ungewissen Zukunft entgegenseht. Was er tun kann, ist zu beten. Er betet eindringlich, auf seinen Knien. Hören wir, was er über sein Gebet schreibt:

*14 Deshalb beuge ich meine Knie vor dem Vater, 15 der der rechte Vater ist über alles, was da Kinder heißt im Himmel und auf Erden, 16 dass er euch Kraft gebe nach dem Reichtum seiner Herrlichkeit, stark zu werden durch seinen Geist an dem inwendigen Menschen, 17 dass Christus durch den Glauben in euren Herzen wohne und ihr in der Liebe eingewurzelt und gegründet seid.*

*18 So könnt ihr mit allen Heiligen begreifen, welches die Breite und die Länge und die Höhe und die Tiefe ist, 19 auch die Liebe Christi erkennen, die alle Erkenntnis übertrifft, damit ihr erfüllt werdet mit der ganzen Gottesfülle.*

*20 Dem aber, der überschwänglich tun kann über alles hinaus, was wir bitten oder verstehen, nach der Kraft, die in uns wirkt, 21 dem sei Ehre in der Gemeinde und in Christus Jesus zu aller Zeit, von Ewigkeit zu Ewigkeit! Amen.*

Liebe Gemeinde,

das Gebet des Apostels führt in atemberaubende Weite. Es kann zur Gebetsschule werden für jeden, der beten lernen will. Es lehrt uns, die Welt und die eigene Lebenssituation mit anderen Augen zu sehen. Die Worte des Apostels sind nicht nur hochfahrende geistige Gedanken. Zum alten Wissen tiefgläubiger Menschen gehört, dass Spiritualität geerdet sein muss. Darum beginnt das Gebet in der leiblichen Gebärde des Kniens. Deshalb beuge ich meine Knie vor dem Vater. Wir sehen vor uns das Bild des alternden Apostels in seiner Gefängniszelle, der niederkniet, um Fürbitte zu halten. Die leibliche Gebärde ist der Ausgangspunkt. Sie hilft beim Beten. Denn sie führt zur inneren Haltung der Ehrfurcht und Beugung des Herzens. Ehrfurcht ist jedoch unerlässlich für jedes echte Gebet.

Dann fällt auf, dass das Gebet nichts anderes zum Inhalt hat als die Gedanken, die sich auch sonst in dem Brief an die Epheser wiederfinden. Dass Gott unser Vater ist, der unserem inwendigen Menschen Kraft schenkt, dass Jesus Christus in uns wohnt und uns zur Liebe fähig macht. Dass er uns ahnen lässt die Breite und die Höhe und die Tiefe Gottes und seiner allumfassenden Liebe und uns erfüllt mit der ganzen Gottesfülle.

Das heißt: der Apostel betet nicht für ein schnelles Ende seiner Gefangenschaft, wie man es erwarten könnte, er betet nicht darum, dass sich die äußere Situation, in der die Gemeinde lebt, verbessern möge. Er betet für das innere Geschehen derer, die ihm so wichtig sind. Damit wird eine landläufige Vorstellung vom Beten radikal korrigiert. Beim Beten geht es nicht darum, Gott mit eigenen Wünschen und Vorstellungen beeinflussen zu wollen. Es geht vielmehr darum, nachzuvollziehen, was in Gottes Wirklichkeit bereits gilt. Im Gebet ergreift und verwandelt Gottes Kraft den ganzen Menschen und strömt durch ihn in die Welt – und sei es in einer Gefängniszelle. Doch warum soll um etwas gebetet werden, das bereits gilt? Geistliche Übung sucht den Weg von einem bloß gedachten Gott zu einem lebendig erfahrenen.

Dass Gott uns alle liebt kann ein völlig belangloser, leerer Satz sein. Doch wenn ein Mensch spürt, dass diese Liebe ihn tatsächlich umgibt – sei es im Glück, sei es im Leid- dann kann er eine unglaubliche Freude und Dankbarkeit erleben, eine Kraft, die durch das Leben trägt.

Dafür betet der Apostel. Dass die Glaubenserkenntnis nicht bei einer theoretischen Erkenntnis bleibt, sondern in den Herzen der Glaubenden Wurzeln schlägt.

Wir wissen nicht, wie das auf die Gemeinde in Ephesus gewirkt hat, diese Zeilen zu lesen, ob sie davon berührt waren, dass der Apostel so intensiv für sie betet – wir können das nur vermuten.

Er wendet sich an den Vater aller Vaterschaft. Jenseitig verborgen ist er in seiner unbegreiflichen Göttlichkeit.

Damit überwindet das Gebet die Grenzen der vorfindlichen Welt, übersteigt sie und dringt vor bis zu Gottes Thron. Mit diesem Schritt eröffnet sich Weite – und sei es in einer Gefängniszelle.

Ich sehe über meine eigene momentane Situation hinaus, sehe mich als einen Teil der Welt, die der Vater Jesu Christi, der Vater aller Glaubenden, der Vater aller Menschen, denen er das Leben gab, in seiner Hand hält. Das Gebet eröffnet uns die persönliche Verbundenheit mit Gott, der in seiner unbegreiflichen Göttlichkeit unverfügbar bleibt, aber dem wir uns mit aufrichtigen Gebeten nähern dürfen.

An der Jahreswende 1942/43 schrieb Dietrich Bonhoeffer für Mitverschwörer gegen den Tyrannen Adolf Hitler einige Glaubenssätze über das Walten Gottes in der Geschichte auf.

In der letzten Passage schreibt Bonhoeffer:

Ich glaube, dass Gott kein zeitloses Fatum ist, sondern dass er auf aufrichtige Gebete und verantwortliche Taten wartet und antwortet." Amen

Im April 1943 wurde Bonhoeffer verhaftet und ins Gefängnis nach Berlin Tegel gebracht. Bonhoeffer betet durch die Wände hindurch für und mit seinen Mitgefangenen. Er wird zum großen Halt für andere Gefangene durch seine große Gelassenheit und innere Stärke, die er aus der Kraft des Glaubens und des Gebetes bekommt. Eines seiner Gebete lautet:

Herr, in mir ist es finster, aber bei dir ist das Licht. Ich bin einsam, aber du verlässt mich nicht. Ich bin kleinmütig, aber bei dir ist Hilfe. Ich bin unruhig, aber bei dir ist der Friede. Ich verstehe deine Wege nicht, aber du weißt den Weg für mich.

Liebe Gemeinde,

Gott will bei uns Menschen wohnen! Er bleibt nicht in unendlicher Distanz zu uns, sondern geht in liebevoller Zuwendung auf uns ein! Von dieser überwältigenden Erfahrung erzählt die Bibel auf vielfältige Art und Weise. Darum geht es in der ersten Fürbitte des Apostels: das Christus in unseren Herzen Wohnung nehmen will. „Herr, komm in mir wohnen“ – so beginnt der letzte Vers des Liedes von Gerhard Tersteegen. Gott ist gegenwärtig! Tersteegen dichtet:

„Herr, komm in mir wohnen, lass mein' Geist auf Erden dir ein Heiligtum noch werden; komm, du nahes Wesen, dich in mir verkläre, dass ich dich stets lieb und ehre. Wo ich geh, sitz und steh, lass mich dich erblicken und vor dir mich bücken“.

Liebe Gemeinde,

der innere Mensch, das ist nicht nur ein Stückchen Innerlichkeit oder das Gute im Menschen. Es ist der ganze Mensch, der eigentliche, wahre und glaubende Mensch im Gegensatz zum vorfindlichen Menschen mit seinen Brüchen, seiner Zerrissenheit und seinen Widersprüchen. Dass dieser innere Mensch wächst und stark wird durch die Kraft des Geistes, dass er sich mehr und mehr ausprägt und unser Leben formt, darum geht es in der stetigen Übung des Betens.

Dass diese Formung und Verwandlung des inneren Menschen andererseits ein unverfügbares Geschenk, betont der zweite Teil der ersten Fürbitte: es bleibt der Einwohnung Christi in unseren Herzen vorbehalten, wo und wann immer sie geschieht. Mit der Rede vom inneren Menschen betont der Apostel also, wie wichtig das Wachsen und damit die Einübung des Glaubens und Betens ist.

Mit der Rede von der Einwohnung Christi sagt er, dass dies nicht machbar ist, sondern einzig und allein ein Geschenk Christi.

Die zweite Fürbitte, dass wir die Höhe und die Tiefe, die Länge und die Breite der Liebe Gottes erkennen mögen, greift auf die Tempelvision des Propheten Jesaja zurück. Denn die Seraphim singen: „Alle Lande sind seiner Ehre voll“ (Jes. 6,3)

Gott wohnt im Tempel, damit die ganze Welt sich mit seiner Herrlichkeit erfüllt.

Ähnliches geschieht, wenn wir beten. Wir treten ein in den Chor der Heiligen, in den Raum der unsichtbaren Verbundenheit aller betenden Menschen. Das Beten der Glaubenden lässt die Welt durchsichtig werden für die jenseitige Gegenwart Gottes. Es zeigt, wie diese Welt von Gottes Liebe erfüllt ist. Wer betet, bekommt einen neuen Blick auf die Welt. Wer betet, fühlt sich verantwortlich für das Leid der Mitmenschen und übernimmt Verantwortung dafür. Wer betet, erkennt, dass nicht der Zufall regiert, sondern die Liebe Gottes. Wer betet, legt die Welt Gott ans Herz, trotz oder gerade wegen des Schrecklichen, das geschieht, damit die Welt nicht im Chaos versinkt. Wer betet, lebt von der Überzeugung, dass die Welt von der Liebe Gottes getragen wird. Die dritte Fürbitte „damit ihr erfüllt werdet mit der ganzen Gottesfülle“, bringt die vollkommene Erfüllung mit der Herrlichkeit Gottes zum Ausdruck.

Es geht um nichts weniger als das, was Mystikerinnen und Mystiker als das eins werden mit Gott bezeichnen, die unio mystica.

Das eigene wird unwichtiger, weil man sich völlig in Gott aufgehoben fühlt. Wir haben es mit den Worten von Gerhard Tersteegen gesungen: „Ich in dir, du in mir, lass mich ganz verschwinden, dich nur seh'n und finden.“ (EG 165)

Beten mündet in die Erkenntnis, dass all unser Bitten und Verstehen überstiegen wird von der überschwänglichen Kraft Gottes. Das gesprochene Gebet wandelt sich dann in schweigende Anbetung des Geheimnisses Gottes. Die tiefste Sehnsucht des Menschen wird gestillt in der Erfüllung durch Gott selbst.

Ich schließe mit einem Gebet von Nikolaus von Flüe, dem Schweizer Mystiker und Einsiedler, der im 15. Jahrhundert gelebt hat. Danach wollen wir in einer kurzen Zeit der Stille unser Leben und diese ganze Welt im Schweigen Gott hinhalten. Wir knien uns jetzt dazu nicht hin, aber wir stehen – soweit es uns möglich ist – auf, und wer mag, der kann mit der leiblichen Gebärde der geöffneten Hände das Beten unterstreichen.

O mein Gott, Nimm alles von mir, Was mich hindert zu dir

O mein Gott, Gib alles mir, Was mich führet zu dir

O mein Gott, Nimm mich mir, Und gib mich ganz zu eigen dir.

-Wir beten im Schweigen- Stille-

O mein Gott, Nimm mich mir, Und gib mich ganz zu eigen dir. Amen.

### **Wir singen oder sprechen: – „Allein Deine Gnade genügt „**

**Refrain:** *Allein Deine Gnade genügt, die in meiner Schwachheit Stärke mir gibt.  
Ich geb` Dir mein Leben und was mich bewegt.  
Allein Deine Gnade genügt.*

1. Ich muss mich nicht länger um Liebe bemühen, ich ruh` im Vertrauen zu Dir. Du hast meine Sünde getilgt durch Dein Blut, und Gnade ist für mich genug.

2. Das Blut Jesu lässt mich gerecht vor Dir stehen, es hat alle Schuld gesühnt. Die Gnade hat über Gericht triumphiert, und nun bin ich frei in Dir.

### **Wir beten**

Treuer GOTT, danke, dass Du für alle Menschen gestorben bist und danke, dass das Grab leer ist, dass Du am dritten Tage auferstanden bist und lebst.

Erfülle uns mit nie versiegender Freude und erhalte uns die Dankbarkeit darüber, egal in welcher Situation wir uns gerade befinden.

Gütiger GOTT, danke, dass Du uns unser tägliches Brot zur rechten Zeit gibst. Wir bitten Dich lege mehr Verantwortungsbewusstsein in die Köpfe der Menschen, so dass die Verschwendung oder gar Vernichtung von Lebensmitteln um des schnöden Mammons Willen irgendwann aufhört.

Barmherziger GOTT, danke, dass wir Dich mit unseren Liedern und Gebeten preisen dürfen. Danke, dass Du für alles, was uns bewegt ein offenes Ohr hast. Wir bitten Dich, lehre uns Deinen Willen immer besser zu erkennen und danach zu handeln, so dass Du durch unser Leben verherrlicht wirst.

Liebender GOTT, alles was wir sonst noch auf dem Herzen haben

fassen wir mit den Worten zusammen, die uns Dein lieber Sohn Jesus Christus uns gelehrt hat:

Vater Unser im Himmel. Geheiligt werde Dein Name. Dein Reich komme. Dein Wille geschehe, wie im Himmel, so auf Erden. Unser tägliches Brot gib uns heute. Und vergib uns unsere Schuld, wie auch wir vergeben unseren Schuldigern. Und führe uns nicht in Versuchung. Sondern erlöse uns von dem Bösen. Denn dein ist das Reich und die Kraft und die Herrlichkeit in Ewigkeit. Amen

### **Wir singen oder sprechen: Kommt in sein Tor mit dankbarem Herzen**

Kommt in sein Tor mit dankbarem Herzen,  
kommt in den Vorhof mit Lobgesang!  
Kommt in sein Tor mit dankbarem Herzen,  
kommt in den Vorhof mit Lobgesang!  
Erfreut euch am HERRN, unserem Schöpfer,  
erfreut euch am HERRN, dem Vater des Lichts,  
erfreut euch am HERRN, unserm Erretter,  
erfreut euch am HERRN, dem ewigen GOTT!

### **Segen**

Der heilige GOTT segne uns mit gesundem Vertrauen auf unsere von ihm geschenkten Stärken.

Er segne uns mit Leidenschaft diese zu seiner Ehre einzusetzen.

Der lebendige GOTT segne uns ein Mensch zu sein, dem jeder leicht vertrauen kann.

Der gütige GOTT segne uns mit Menschen in unserem Umfeld, denen wir leicht vertrauen können.

So segne und behüte uns der dreieinige GOTT, der VATER, der SOHN und der HEILIGE GEIST. Amen.

### **Wir singen oder sprechen: Großer GOTT wir loben Dich – EG 331,1**

Großer GOTT, wir loben Dich; HERR, wir preisen Deine Stärke.

Vor Dir neigt die Erde sich und bewundert Deine Werke.

Wie Du warst vor aller Zeit, so bleibst Du in Ewigkeit.

