

GOTTESDIENST am 20.09.2020 um 10.00 Kirche Embrach

Betttag

Psalm 139

„Heb Sorg“

Pfarrerin Katharina Steinmann

Von hinten und vorn hast du mich umschlossen und deine Hand auf mich gelegt.

Wunderbar ist die Erkenntnis für mich, unbegreiflich, ich kann sie nicht fassen.

Psalm 139, 5

Lesung Psalm 139

Predigt

Heb Sorg. Ich habe es oft gehört dieses Jahr. Viel öfter als sonst. Seit die Corona-Pandemie unseren Alltag prägt, haben wir es uns viel mehr gesagt, als sonst. Heb Sorg. Vielleicht ist das ihnen auch aufgefallen. Zumindest habe ich selbst dieses «heb Sorg» früher nicht so oft gebraucht. Und jetzt merke ich, wie ich es gerne als Abschiedsgruss noch hinterherschicke. Tschüss, heb Sorg. Es kommt mir manchmal fast schon eigenartig vor, wenn ich es nicht sage. Als würde etwas Wesentliches fehlen.

Aber was meinen wir, wenn wir uns sagen: heb Sorg?

Heute am Dank-, Buss- und Betttag denken wir über das **Verbindende**, über das, was wir ändern können. Über unsere Grenzen, über das Überwinden von Grenzen.

Heb Sorg. Das deutet auf dieses Verbindende hin. Es bedeutet nämlich auch: Sorge tragen. Das heisst nicht nur: wasch dir die Hände, achte auf den Abstand; ich wünsche Dir, dass Du gesund bleibst. Es ist mehr. Sorge tragen, bedeutet: **achtsam, sorgsam, behutsam mit dem Leben umgehen.** Mit meinem und mit dem der anderen.

Es kommt mir eine **Szene** in den Sinn, die mir noch lange nachging. Ich war bei der **Tankstelle** und wollte bezahlen. Vor mir in der Schlange stand ein Mann. Ohne Maske. Freundlich machte die Verkäuferin ihn aufmerksam, dass er eine Maske tragen müsse. Der Mann zuckte nur mit den Schultern. Darauf fragte die Frau ihn: Haben sie keine Maske? Und der Mann sagte nur kurz und schroff: Nein. Die Frau gab nach. Als der Mann bezahlen wollte, gab sie ihm eine Maske, er könne sich eine kaufen. Der Mann lehnte gleichgültig ab. Daraufhin sagte die Frau: Verstehen sie, ich bin auch nur ein Mensch. Und die anderen in diesem Laden sind alle auch nur Menschen. Der Mann verliess ohne Maske grusslos den Laden. Und da standen sie, die Menschlichkeit und die Gleichgültigkeit, die Sorge und die Unachtsamkeit im selben Raum, einander gegenüber.

Heb Sorg. Das beginnt genau da. Auch wenn ich etwas nicht verstehe, oder es mir schwerfällt, aus Sorge, aus Liebe, aus Respekt dem anderen gegenüber, tue ich es. Und ich trage Sorge damit. Ich «han Sorg».

Interessanterweise ist die **Maske** zu so einem **Zeichen geworden des «Heb Sorg»**. In den USA haben berühmte Schauspielerinnen und Stars begonnen bewusst Fotos von sich mit Maske zu verbreiten mit dem Aufruf: Wir tragen Maske, wir schützen einander. Wir tragen einander Sorge.

Heb Sorg. Nur mit dem Maske tragen ist es nicht getan. Und vielleicht geht es auch nicht in erster Linie um die Masken. Es geht vielmehr um den **Blick, um eine Lebenshaltung**. Um das Sorge tragen. Um eine bewusste Handlung.

Manchmal tragen wir schwer daran – am Sorge tragen. Immer so achtsam und behutsam sein – das ist nicht einfach. Und wir machen uns auch Sorgen. Es gibt im Leben so unzählig viele Dinge, um die wir uns Sorgen machen können. Wir sorgen uns und wir umsorgen. Wir tragen mit unseren Händen.

Unsere Hände. Wenn wir sie anschauen, sehen wir, wie sie sich im Laufe des Alterwerdens verändern. Eben noch hielten unsere Hände, die kleinen Kinderhände. Plötzlich werden unsere alten faltigen Hände von anderen Händen gehalten und geführt. Sie

werden ungeschickt. Was wir vorher selbst umorgt, brauchen wir plötzlich selbst an Sorge.

Hände sind etwas Wunderbares. Ich stelle mir vor, wie gewisse Menschen die in der Maniküre arbeiten, täglich unzählige Hände sehen. Sie erzählen alle **eine eigene Geschichte**. Gerne würde ich da einmal daneben sitzen und einfach nur all diese Hände bewundern.

Ich erinnere mich zum Beispiel noch genau an die **Hände meiner Grossmutter**. Wie sie beim Malen den Pinsel hielt. Wie sie mir über die Wangen strich. Oder wie sie beim Kochen die Kellen hielt und sicher und geübt Handgriff um Handgriff machte. Ich erinnere mich auch an die Hände meines Vaters oder meiner Mutter. Es ist ein ganz klares Bild.

Hände sind unglaublich wichtig in unserem Leben. Wir arbeiten, wir lieblosen damit, wir drücken uns aus, wir grüssen, wir winken, wir trösten und heilen, wir halten und tragen damit, wir beten und segnen mit den Händen. Hände können aber auch weh machen, lieblos sein, sie können Gewalt anwenden, sie können ausschliessen, abweisen, entwürdigen, sie können hart und unhöflich sein.

Heb Sorg, geht nicht ohne Hände. Es geht nicht ohne unsere Hände, die tragen, die andere umorgen, aber auch uns selbst. Und **es geht nicht ohne die Hände Gottes, die unsere Hände umschliessen.**

So wie es im Psalm 139 heisst:

Von hinten und vorn hast du mich umschlossen und deine Hand auf mich gelegt.

Oder in Jesaja 42, 6a sagt Gott: *Ich, der Herr, fasse dich an der Hand.*

Geborgen in den Händen Gottes. Es ist ein Bild, das für viele voller Trost und Sorglosigkeit ist. Dass da Hände sind, die unsere Hände umschliessen. Dass alles, was wir tragen, schon getragen worden ist. Dass Gott selbst uns in seinen Händen hält. Uns an der Hand nimmt.

Es ist für mich ein inniges **Bild der Liebe Gottes**. Mit den Händen hat auch Jesus geheilt. Er hat Petrus an der Hand genommen und aus dem Wasser gezogen, als er versank. Er hat Aussätzige berührt, Kranke, Ausgeschlossene. Er hat gesegnet. Er hat Kinder an der Hand genommen. Er hat das Brot mit seinen Händen gebrochen. **Hände, die Leben spenden. Die Hände Gottes.**

Gerade im **Psalm 139** können wir von Gott lesen, wie er überall ist. Wie er uns umfängt von Anfang bis zum Ende und darüber hinaus. Wie ihm nichts verborgen ist. *Du weisst, ob ich sitze oder stehe, du verstehst meine Gedanken von fern.*

Der Psalm 139 erzählt vom **allmächtigen und allwissenden Gott**. Überall hin greift er, alles umschliesst und umfasst er. Alles trägt und leitet er.

In einem interessanten Interview mit **Adolf Ogi** in der reformierten Zeitschrift «Bref» erzählt der alt Bundesrat Ogi eindrücklich von seinem Glauben. Er erzählt vom Allmächtigen und wie das Vertrauen in Gott, der da ist und umsorgt, bei ihm seit Kindheit gewachsen war. Dann gab es jedoch einen schweren Schicksalsschlag im Leben von Adolf Ogi. Sein Sohn starb jung an Krebs. Adolf Ogi sagt: **«Seit der Allmächtige mir meinen Sohn genommen hat, überkommt mich regelmässig das Gefühl, dass Gott mich verlassen hat.»**

Manchmal erleben wir, dass das Halten und Umsorgen der Hände Gottes ausbleibt. Wir fallen. Uns wird genommen. Und wir können nicht verstehen. Wo waren da die Hände Gottes? Wo das Umsorgen? Was bleibt noch vom «Heb Sorg»?

Adolf Ogi sagt weiter: «Täglich überkommt mich regelmässig das Gefühl, dass Gott mich verlassen hat. **Und doch verschwindet mein Glaube nicht.**»

Heb Sorg. Dem Bild der umsorgenden und bergenden Hände Gottes, in denen ich selbst aufgehoben bin und gestärkt, muss ich ein weiteres hinzufügen. Ein zentrales. Eines, welches gerade, wenn es schwierig wird, und wir so schwer tragen, unerlässlich ist.

Es ist **das Bild der Füße**. Im Buch Ezechiel sagt Gott zum Propheten **Ezechiel**: *Stell dich auf deine Füße, Menschensohn, ich will mit dir reden. Als Gott das zu mir sagte, kam der Geist in mich und stellte mich auf die Füße* (Ez, 2, 1-2).

In dem Gott uns in den Händen hält, stellt er uns immer wieder auch auf die Füße. Ich darf mich daran erinnern, wenn ich zweifle an der Allmacht Gottes, oder wenn ich mich nicht mehr in diesen Händen geborgen fühle, wenn meine Hände zu viel tragen, oder wenn sie sich selbst nicht mehr Sorge tragen können. Gott stellt mich auf die Füße. **Ich bin nicht haltlos, auch wenn mich gerade niemand hält.** Da ist ein fester Grund unter mir, auf dem ich stehe. Und in dem ich selbst gehen muss, stehe ich aufrecht. Ich bleibe verbunden, mit dem Leben.

Ein guter Freund von mir, der eine grosse Farm in Brasilien besitzt, erzählte mir, wie er ab und an auf ein Feld hinausgeht, die Schuhe abzieht, und **Barfuss einmal quer über sein Feld** läuft. Er hat mir erzählt, dass er dies tue, wenn es ihm nicht gut gehe. Er fühle sich danach besser, **verbunden, mit sich und mit Gott.**

Den Grund spüren, den Boden, der uns trägt und hält. Jesus Christus.

Die Erde, die unter unseren Füßen ist.

Gott, der uns sagt: steh auf und geh.

Aber auch die Hände, die uns umschliessen.

Warm, liebevoll

Uns den Blick öffnen

Zu uns selbst

Auf andere

Auf die Welt.

Versöhnung ermöglichen.

Gott selbst, der sich in unsere Hände gibt,

Heb Sorg.

Oder mit den Worten eines **Gebets von Andrea Schwarz:**

Du, Gott

Gross, stark, allmächtig, unbegreiflich

Du schenkst mit deinem Geist

Aus Liebe, in Weisheit, durch Kraft und Macht

Uns deinen Sohn

Wirst Mensch und klein und schwach,

ohnmächtig und begreiflich

du, grosser Gott, machst dich ganz klein

damit du uns nahe bist

damit du in uns bist

du durchliebst unsere Mauern

gibst dich uns in unsere Hand

du hast dich in meine Hand gegeben

ich halte dich

in meiner Hand

und in mir

ist unsagbar viel

Zärtlichkeit.

Amen.