# Predigt von Pfarrer Wolfgang Wilhelm am 1. Advent 2019

**über: EG 11 „Wie soll ich dich empfangen“**

**Liebe Gemeinde,**

die **Advents-** und Weihnachtszeit

ist in **besonderer** Weise

eine Zeit der **Musik**

und der **Lieder.**

Es gibt eine Fülle von **Konzert**-Angeboten.

Und **manch** einer,

der das Jahr über nicht viel **spielt,**

setzt sich in diesen **Tagen**

doch wieder mal ans **Klavier**,

an die **Gitarre**

oder nimmt die **Flöte** zur Hand

und **versucht,**

**stimmungsvolle** Weisen

zum **Klingen** zu bringen.

Eines dieser **Adventslieder**

möchte ich mit Ihnen heute etwas näher **anschauen.**

Das **Entstehungsdatum**

liegt schon etwas **weiter** zurück:

*„Wie soll ich dich* ***empfangen***

***u****nd wie* ***begegn*** *ich dir“*

Ich lese die **1. Strophe**:

*„Wie soll ich dich* ***empfangen***

*und wie begegn ich dir,*

*o aller Welt* ***Verlangen****,*

*o meiner Seelen* ***Zier?***

*O Jesu,* ***Jesu*** *setze –*

*mir selbst die* ***Fackel*** *bei,*

*damit, was dich* ***ergötze,***

*mir kund und* ***wissend*** *sei.“*

Die Sprache klingt **fremd.**

Für euch **Konfirmanden**

aber auch für uns **Erwachsenen,**

die wir das Lied schon oft **gesungen** haben.

Aber **fremd –**

muss ja nicht **automatisch** bedeuten:

*„Hat mir nichts zu* ***sagen.***

***Bringt*** *mir nichts!“*

Im **Gegenteil:**

Was mir f**remd** erscheint,

hat vielleicht etwas **Neues** im Gepäck.

**Etwas,**

das mir nicht sowieso schon **überall** begegnet.

**Etwas,**

das vielleicht für mich ein interessanter **Anstoß**

sein **könnte.**

**1653** ist das Lied entstanden.

Das war in Deutschland **Nachkriegszeit.**

Überall bei uns im **Land**

hatte man schwer zu **tragen**

an den Folgen des **30jährigen** Krieges,

der erst vor **kurzem,**

**1648,**

**beendet** wurde.

Der **Dichter** unseres Liedes,

**Paul Gerhardt**

war P**farrer**

in dem Ort **Mittenwalde** in Brandenburg.

**Vor** dem Krieg

lebten hier etwa **1000 Einwohner**.

**Nach** dem Krieg

waren es noch **zweihundertfünzig.**

Sein **Vorgänger**

ist in der **Kirche** vor dem Altar

von einem schwedischen **Landsknecht**

**erschossen** worden.

Von der **Pfarrersbesoldung**

heißt es in einem **Schriftstück** von damals:

*„Bei gänzlicher* ***Verwüstung*** *der Städte und Dörfer*

*sind fast keine* ***Mittel*** *mehr vorhanden,*

*wodurch die Prediger* ***bezahlt*** *werden könnten.*

*Woraus* ***weiter*** *entsteht,*

*dass der größte Teil der* ***Pfarrer***

*fast vor* ***Hunger*** *verschmachten*

*oder etwas was* ***anderes*** *anfangen*

*oder endlich wohl gar zum Lande* ***hinauslaufen*** *muss.“*

Also, die **Zeit,**

in der Paul Gerhardt unser **Adventslied** geschrieben hat,

die hat einen **Mann** gezwungen,

dass er mit beiden **Beinen**

fest auf der **Erde** steht.

**Bodenhaftung** war gefragt.

Kraft und **Mut** brauchte man,

um sich von den tausend **Widrigkeiten** im Alltag

nicht **unterkriegen** zu lassen.

Und darum wird diese **Frage,**

mit der er sein **Lied** beginnt,

diese **Frage,**

die er sich und seiner **Gemeinde** stellt,

die wird etwas zu **tun** haben

mit dem **Leben,**

das **bewältigt,**

**angepackt**

und manchmal auch **ertragen** werden muss.

In solchen **Zeiten**

schreibt man keine **abgehobenen** Texte.

*„Wie soll ich dich* ***empfangen?“ –***

fragt **Paul Gerhardt.**

Ich **versuche** einmal,

die **erste** Strophe

in ein **heutiges** Deutsch zu übertragen.

Dann könnte sie **heißen:**

*„In welcher* ***Verfassung*** *soll ich sein,*

***Jesus,***

*wie kann ich mich* ***vorbereiten,***

*dass es zu einer* ***Begegnung*** *kommt*

*zwischen* ***dir*** *und mir?*

*Du bist doch* ***der,***

*nach dem die ganze* ***Welt***

*sich* ***sehnt.***

*Auch* ***meine*** *Seele spürt:*

*Ich* ***brauche*** *dich!*

*J****esu****s,*

*lass mir ein* ***Licht*** *aufgehen,*

*dass mir* ***klar*** *wird,*

*was in* ***deinen*** *Augen*

*gut und* ***richti****g ist.“*

Auch in dieser **neueren** Sprache

bringt das Lied etwas **Fremdes** in unsere Welt.

Denn wir sind auf der **Überholspur:**

Eine **Klassenarbeit** jagt die andere in diesen Tagen.

So viele sind **gestresst**

und unter **Anspannung,**

weil einfach immer viel zu **tun** ist,

und jetzt in diesen **Adventswochen**

vielleicht **noch** mehr als sonst.

Tausend Dinge zu **erledigen.**

Tausend Dinge zu **erleben.**

Wir sind auf der **Überholspur.**

Aber unser **Lied** spricht von der Ausfahrt

zur **Raststätte.**

***„Geht*** *nicht!“,*

**sagen** wir.

*„Ich habe grad wirklich zu* ***viel*** *um die Ohren!“*

Und gleichzeitig **spüren** wir,

dass es dringend **notwendig** wäre,

und dass es **gut** tun würde,

wenn unser **überhitzter** Motor

einmal **Pause** machen dürfte

und zu **Wartungsarbeiten**

an die **Seite** fahren könnte.

*„Wie soll ich dich* ***empfangen***

*und wie* ***begegne*** *ich dir?“*

Ich möchte Ihnen diese **Frage**

heute **mitgeben.**

Und ich **wünsche** Ihnen,

dass das zu Ihrer **eigenen** Frage wird.

Ich **wünsche** Ihnen,

dass Sie **wahrnehmen** können,

wie Ihre Seele sich **ausstreckt** und sehnt

nach einer **Begegnung**

mit **Gott.**

Dafür ist jetzt eine **gute** Zeit.

Denn irgendwie **beginnt** mit dem ersten Advent

eine Reihe von **Tagen,**

die uns in eine besondere **Atmosphäre**

**eintauchen** lassen:

In der **Dunkelheit,**

die schon am **Nachmittag** beginnt,

sehen wir jetzt die **Lichter**

der **Weihnachtsdekoration** in den Straßen

und an den **Christbäumen,**

die draußen **aufgestellt** sind.

Da sind die Winter-Wunder-**Weihnachtsmärkte,**

die an vielen Orten **stattfinden.**

Da sind die **Geschenke** für unsere Freunde

und unsere **Familie,**

über die wir uns **Gedanken** machen …

Im **Advent**

liegt eine geheimnisvolle **Erwartung** in der Luft:

Irgendwas soll **geschehen,**

das das Leben **harmonischer**

und **glücklicher** macht.

Ich **glaube,**

dass **viele** in diesen Tagen

**empfänglicher**,

**dünnhäutiger,**

**durchlässiger** sind

für die Berührung durch eine **andere** Welt

als **die,**

die wir sonst im **Alltag** vor Augen haben.

*„Wie soll ich dich* ***empfangen***

*und wie* ***begegne*** *ich dir?“*

Die **Bibel** sagt:

Gott ist **da.**

Er ist zu **di**r gekommen.

Mitten **rein** in diese Welt.

Mitten rein in dein **persönliches** Leben.

Die **Frage** ist:

Wo sind **wir?**

Es gibt einen **Ausspruch**

von dem **mittelalterlichen** Theologen

**Meister Eckhart**,

der **sagt:**

*„Gott ist uns* ***nahe,***

*aber wir sind ihm* ***fern.***

*Gott ist* ***drinnen,***

*aber wir sind* ***draußen.***

*Gott ist zu* ***Hause,***

*aber wir sind in der* ***Fremde.“***

Also gerade **andersherum,**

als **wir** vielleicht manchmal denken:

*„Gott ist so weit* ***weg.***

*Warum* ***meldet*** *er sich nicht bei mir!“*

Und so bieten sich die **Adventstage** an,

dass ich mein Unterwegssein da **draußen**

immer wieder **unterbreche,**

und dass ich zurückkehre nach **Hause,**

dass ich **Einkehr** halte bei mir selber,

**da,**

wo **Gott** auf mich wartet.

Wie **geht** das?

Was sich seit vielen **Generationen** von Christen,

über die J**ahrhunderte** hinweg

**bewährt** hat,

ist ein echter **Rückzug** aus dem Alltags-Trubel.

So eine Art **Mini-Kloster-Zeit.**

**Tempo** weg.

**Lärm** weg.

**Ablenkungen** weg.

Da wäre irgendeine **geschützte** Ecke,

ein **Raum** im Haus gut,

wo ich **sicherstellen** kann,

dass ich eine V**iertelstunde**

nicht **gestört** werde.

Und dann **sitze** ich -

vielleicht vor einer **Kerze.**

Und ich kann zum **Ankommen**

ein kleines **Gebet** sprechen:

*„****Herr,***

*du bist* ***da.***

***Ich*** *bin jetzt auch da.*

*Ich möchte* ***Zeit*** *mit dir verbringen.*

*Und wenn du mir jetzt etwas* ***sagen***

*oder* ***geben*** *willst –*

*lass mich* ***offen*** *dafür sein.“*

Wir sind **Stille** und Schweigen

in der Regel ja nicht **gewohnt.**

Und so **kann** es sein,

dass sich gerade **jetzt,**

wo ich doch eigentlich zur **Ruhe** kommen möchte,

eine starke innere **Unruh**e meldet

und meine **Gedanken**

hin- und **herschießen.**

Da **hilft** es,

wenn ich auf meinen **Atem** achte.

Meine **Gedanken**

sind meistens **woanders.**

In der **Vergangenheit**

oder in der **Zukunft.**

Aber **atmen**

kann ich nur in der **Gegenwart.**

*„Und Gott hauchte ihm seinen* ***Atem*** *ein.*

*So wurde der Mensch ein* ***lebendiges*** *Wesen.“,*

heißt es am **Anfang** der Bibel.

Mein Atem stammt von **Gott.**

Und mit jedem **Atemzug**

den mein **Körper** tut,

**bestätigt** Gott

sein **Ja** zu mir,

sein **Ja** zu meinem Leben.

Und so achte ich **bewusst** auf meinen Atem,

wie er **kommt** und geht,

ohne dass ich das durch irgendeine **Anstrengung**

beeinflussen und **steuern** muss,

und **merke** dabei,

wie ich **entspanne**

und bei mir **ankomme.**

Und dann **kann** ich

noch einen Schritt **weiter** gehen:

Ich kann meinen **Atem**

mit einem **Wort** verbinden.

Beim **Einatmen**

spreche oder **denke** ich:

*„Ich* ***werde*** *getragen …“*

Und beim **Ausatmen:**

*„Ich* ***lasse*** *mich tragen …“*

Beim **Einatmen** nehme ich die Zusage Gottes,

dass er für mich **da** ist,

**auf.**

Und beim **Ausatmen**

**bekenne** ich mich dazu,

**entschließe** ich mich dazu,

dass ich dieser **Zusage** Gottes

in meinem Leben auch **trauen** will.

Ich kann das auch etwas **abgewandelt** tun,

wenn ich **merke,**

wie eine **Angst,**

wie eine **Sorge,**

wie ein Gefühl von **Schuld** oder Trauer

sich plötzlich in der Stille **meldet,**

weil sich jetzt ein **Raum** öffnet für das,

was sonst oft nach **unten** gedrückt wird.

Dann kann ich auch **das**

auf meinen **Atem** legen:

**Einatmen**:

**Aufnehmen** / **annehmen**

**Ausatmen**:

**Abgeben**

Und ich sage beim **Einatmen:**

*„Meine* ***Angst“***

Oder

*„Meine* ***Sorge“***

Oder

*„Meine* ***Schuld*** */ mein Versagen“*

Und beim **Ausatmen** sage ich:

*„überlasse ich* ***dir*** *…“*

Ich **weiche** dem Störenden,

dem **Unangenehmen,**

dem **Schmerzhaften**

in meiner Zeit mit **Gott** nicht aus.

Ich **benenne** es.

*„Ja, das* ***gehört*** *zu mir.*

*Und es* ***belastet*** *mich!“*

Aber dann **gebe** ich es ab,

ich **überlasse** es Gott.

Ich **versuche** es jedenfalls.

Ich **übe** es.

Jedes **Mal,**

wenn ich meinen **Atem** loslasse.

**Fünf** Minuten,

**zehn** Minuten,

eine **Viertelstunde -**

Treffpunkt mit **Gott.**

Und dann wieder **raus**

ins normale **Treiben.**

Und vielleicht **erleben** Sie,

dass diese Zeit der **Begegnung** mit Gott

bei Ihnen **wirkt**

wie manche **Medikamente:**

Da spür ich nicht **sofort,**

dass sich was **tut.**

Aber so nach und nach **merke** ich,

wie meine **Entzündung** heilt,

oder wie das **Immunsystem** in meinem Körper

wieder **aufgebaut** wird.

So schreibt **Paul Gerhardt**

in der **4. Strophe**:

*„Ich lag in schweren* ***Banden,***

*du kommst und machst mich* ***los;***

*ich stand in* ***Spott*** *und Schanden,*

*du kommst und machst mich* ***groß*** *…“*

Das ist **geschehen.**

Gott hat mich **er-löst** von allen Mächten,

die mich **binden**

und **gefangen** nehmen wollen.

Gott hat **gezeigt,**

dass all die Stimmen **lügen,**

die mir **einflüstern** wollen,

ich sei **klein,**

**bedeutungslos,**

**unfähig**

und **ungeliebt.**

Nun geht es **darum,**

dass wir uns er-lösen **lassen.**

Dass wir diese **Befreiung**

und diese großartige **Wertschätzung,**

die Gott uns **schenkt,**

für uns in **Anspruch** nehmen.

Dazu dienen diese Momente der **Stille.**

In diesen **Zeiten,**

die wir bewusst mit **Jesus** verbringen,

wird unsere **Seele**

wie eine zitternde **Kompass**-Nadel

auf den **Ruhe-Pol**

und den **Kraftort** unseres Lebens

**ausgerichtet.**

Das **verändert** unsere innere Haltung.

Und mehr **Gelassenheit,**

mehr **Vertrauen**

und mehr **Freude**

über diese **göttliche** Gegenwart,

die uns **umgibt,**

werden sich in uns **ausbreiten.**

*„Da bist du, mein* ***Heil,*** *kommen*

*und hast mich f****roh*** *gemacht“,*

schreibt **Paul Gerhardt**.

In den **unruhigen** Zeiten,

in denen er **lebte,**

hat er die **Erfahrung** gemacht:

*„****Keiner*** *weiß,*

*was* ***kommt.***

*Und es kann* ***immer*** *was kommen,*

*was meine Pläne über den* ***Haufen*** *wirft.*

*Aber* ***egal,*** *was kommt,*

*ich will mir meinen* ***Wunsch***

*nach einer Begegnung mit* ***Gott***

*nicht* ***rauben*** *lassen.*

***Egal,***

*was* ***kommt –***

*ich* ***suche*** *immer neu nach dem Ort,*

*nach der* ***Zeit***

*und nach der S****tille****,*

*in der ich mich für seine Nähe* ***öffnen*** *kann.“*

Gott **schenke** es,

dass auch wir unserer **Sehnsucht** nach ihm

**folgen,**

und uns in sein **Licht** hineinstellen. Amen.