

Ein wunderbares Thema!

Da schwingt schon Urlaub mit,
und ein Sommerfrühstück am Sonntag morgen.

Stille und Entschleunigung sind nicht nur auf Urlaub und Sonntag beschränkt.
Du kannst jeden tag Zeiten der Stille haben und Dich entschleunigen.

Entschleunigung entsteht im Kopf!

»Oh je, denken jetzt manche.
Das ist ja das Problem, dass ich es im Kopf nicht hinkriege,
dass mich immer etwas treibt
und dass ich nicht loslassen kann.«

Und ich sage:

»Das ist doch gut, dass es im Kopf beginnt.
So kannst Du Einfluss darauf nehmen, dass Du Stille erfährst
und Dich anders taktest im Alltag.«

Der Psalmbeter des 104. Psalm betrachtet den Menschen und die Schöpfung.

Er betrachtet auch Gottes Wirken in ihr
und um der Betrachtung willen wird er selbst dabei ganz ruhig.

Er freut sich einfach zu betrachten
und selber teil zu sein dieser Schöpfung.
Er will einfach nur sein!

Einfach nur sein!

Sich selbst spüren.
Sich nicht über die Arbeit zu definieren.
Es ist auch nicht wichtig, was andere über Dich denken.
Du bist! Es war Gottes Wille.
Du sollst sein. Und genau so ist es.

Die Arbeit ist ein Spiel!

Es ist meistens ein viel zu ernstes Spiel.
Das liegt daran, dass Angst im Spiel ist.
Stille entschleunigt und gibt die Mittel, die Angst durch Überlegung zu bekämpfen.

Predigt

In der Stille legst Du im Kopf Deine Befürchtungen bei Seite.

Wenn etwas nicht klappt, dann klappt dafür etwas anderes.
In der Stille hast Du die Chance locker werden,
cool sein.

In der Stille kannst Du einfach Du selbst sein.

Da kannst Du sein
und da kann ein gutes Sein für andere entstehen.

Die Stille vor Gott schützt Dich davor,

für andere sein zu **müssen**,
Dich beeindrucken zu lassen und aus Sorge um Dich zu reagieren.

Ich bin sehr dafür, sich täglich Momente der Stille zu nehmen,

zur Ruhe zu kommen
zu betrachten, nicht fernsehen,
spielenden Kindern zuzusehen oder den Vögel im Grünen.

Zwischen den Aufgaben sich eine Minute in die Stille zu begeben.

Es ist ein unglaublicher Unterschied!

»Sechs Tage soll man arbeiten, aber am siebenten Tag ist Sabbat,
völlige Ruhe, heilig dem HERRN.

Wer eine Arbeit tut am Sabbattag, soll des Todes sterben.« (Wird daran sterben..)
(Exodus 31:15 Luther84n)

Die Stille ist eine Zeit völliger Ruhe. So will es Gott in seiner Weisheit.

Stille ist eine Ohrenkur.

Das Ohr, das Hören kommt zur Ruhe
und aus der Ohrenkur wird auch eine Seelenkur.

Stille ist auch die Stunde der Wahrheit.

In der Stille erlebst Du Dich, wie Du wirklich bist,
was Dich beschäftigt und was Dir fehlt.
Aber ist das wirklich schlimm?

Vielleicht hast Du Angst, dass dann unschöne Dinge in Dir aufsteigen.

Ich stelle mir dann vor, wie sie sich als Wunde verschließen,

Predigt

wie eine Verletzung am Knie und die Wunde zieht sich zusammen und heilt.

Aber in der Stille zu sein vor Gott, das bedeutet,
einfach nur in der Gegenwart Gottes zu sein.

Damit meine ich nicht, in Worten zu beten, Bibel zu lesen,
dafür gibt es sicher auch Zeiten, gerne auch täglich.

In der Stille bei Gott Dich zu spüren,

Deine Gefühle zu spüren,

Dir über Dich klar zu werden - ohne all die Aufgaben

Du bist -

Du hast Deinen Standpunkt in der Welt, in der Natur.

Du bist Teil der Schöpfung Deines Gottes, der Dir nahe steht.

Wir beneiden gerne die Menschen der Bibel,

die so eine klare Beziehung zu Gott hatten.

Manche halten das für ein frommes Märchen.

Aber diese Menschen hatten eine Beziehung zu Gott,

weil sie bewusst in seiner Gegenwart waren.

Der einen bedeutet es viel, einfach in der Stille von Gott geliebt zu werden

und nicht etwas tun zu müssen, um geliebt zu sein.

Ein anderer erlebt die Stille als einen Ort der Klarheit.

Gott führt ganz sacht in die Klarheit des Fühlens und Denkens.

Ein Teil von Dir will Dich herausreißen aus der Stille.

Im Alten Testament wird Ruhe oft als Ruhe von den Feinden verstanden.

Es kann sein, dass Du Dir die Zeit der Stille nicht erlaubst,

weil Du glaubst, funktionieren zu müssen

oder einfach unbedingt Deinen Pflichten nachkommen willst.

Du hältst Vorwürfe nicht gut aus.

Dabei hast Du die Verantwortung für Dein Leben und nicht die anderen.

Geh Deinen Weg mit Gott.

Aus Deiner innern Quelle zu sein, aus ihr zu schöpfen, macht alles leichter.

Aus Deiner innern Quelle Deinen Aufgaben nachzugehen,

macht Dich schöpferisch.

Du erholst Dich schnell, weil Du mit Dir eins bist.

Predigt

Die Quelle in Dir ist ja Deine Seele, klar,
es ist das Innerste Deiner Person, die in der Gegenwart Gottes ruht
und ihn hört.

Ich meine das ernst, wenn ich sage, dass wir Gottes Stimme hören können.
Das geschieht erst dann, wenn Du anfängst, in Gott zu ruhen,
Dich Deinen Gefühlen öffnest.

Wir können alle vor Gott sein.
Auch falls Du Dich seelisch verletzt oder schwach fühlst,
kannst Du bei Gott zur Ruhe kommen.

Bei Gott können wir einfach sein,
so wie wir sind.
Und Gott tut uns gut.

Gegenüber aller Stille der Meditation und der östlichen Religion
ist die Stille vor Gott ein Wirken Gottes an uns.

Wer Heilung braucht, wird dort heil,
wer in Unruhe ist, findet Frieden,
wer im Stress ist, findet Ruhe.
Wer cool und lässig ist, bleibt beides durch Gott.

Und dann aus der Ruhe heraus Deine Umgebung wahrnehmen.
und einfach als ganzer Mensch vor Gott sein.

Dann kommt Deine Entschleunigung und auch Dein Friede,
falls Du das brauchst.

Jesus spricht: »Nehmt auf euch mein Joch und lernt von mir;
denn ich bin sanftmütig und von Herzen demütig;
so werdet ihr Ruhe finden für eure Seelen.

30 Denn mein Joch ist sanft, und meine Last ist leicht.«

(Matthew 11:29-30 Luther84n)

Und dann fängt Gott an in Deine Stille zu sprechen.
Und Du bist in der Stille endlich bereit, seine Stimme zu hören. Amen!