

Meine heutige Predigt hat den Titel: „Mein Re-Start“. Als Gemeinde sind wir – auch wenn gerade die vierte Welle anrollt – dabei, durchzustarten. Es wird das Ende der Pandemie kommen, zumindest weil sie „endemisch“ wird – eine Krankheit, die immer wieder mal in begrenztem Umfang auftritt, aber nicht mehr die ganze Welt in Atem hält. Für mich ist der „Re-Start“ viel größer als „nur“ mit unserer Gemeinde durchzustarten. Denn im Prinzip sind alle Menschen von der Krise der letzten 20 Monate betroffen. Alle: in der Nachbarschaft, auf dem Arbeitsplatz, in der Schule oder im Studium. Wir müssen uns alle in einer Post-Corona-Welt zurechtfinden. Und deshalb möchte ich das Thema „Re-Start“ gerne auf drei verschiedenen Ebenen ansiedeln: persönlich, geistlich und gemeindlich.

Doch zunächst einmal möchte ich auf deinen Standort eingehen: **Wo stehst du?**

Mir geht es hier um Lebensphasen. Jeder von uns ist in einer bestimmten Lebensphase. Es gibt dazu verschiedene Modelle. Schon Pythagoras, Hippokrates und Aristoteles haben sich vor weit über 2.000 Jahren darüber Gedanken gemacht. Manche teilen unsere Lebensphasen in 7-Jahres-Schritte ein. Andere setzen größere Abschnitte und kommen dann auf 5 oder 4 Lebensphasen.

Ich möchte der Einfachheit halber von 4 Phasen sprechen und sie mit den 4 Jahreszeiten vergleichen. Dazu habe ich euch einen Baum in verschiedenen Jahreszeiten als Bild mitgebracht:

1. Der Frühling: 0-27 Jahre



Dieser Baum strotzt vor Kraft. Das Grün ist noch ein bisschen zart. Noch wächst ganz viel. So bist du, wenn du Jugendlicher oder maximal 27 Jahre alt bist ... Vieles entwickelt sich noch. Du bist in der Schule, im Studium oder in deiner Ausbildung. Deren Ende ist vielleicht schon in Sicht, vielleicht aber auch noch nicht. Du bist vielleicht in einer Partnerschaft, aber häufig noch nicht verheiratet.

In dieser ersten Lebensphase liegt das Leben noch vor dir. Du bist jung. Voller Energie. Die Welt liegt dir zu Füßen. Das Leben ist für dich voller Möglichkeiten. Viele Entscheidungen sind noch nicht getroffen, sie warten alle noch auf dich!

Die Corona-Krise war hart für dich, weil sie dich in den letzten knapp 2 Jahren behindert hat, deinen Weg zu gehen bzw. zu finden. Wer in dieser Zeit Abitur gemacht hat oder mit dem Studium begann, musste dies unter herausfordernden Umständen tun. Dir kam diese Zeit sehr lange vor und du kannst es kaum erwarten, dass das Leben wieder in vollem Umfang weitergeht. Die zarten Anfänge in den letzten Monaten waren für dich ganz wichtig. Das Wort „Krise“ magst du gar nicht. Gerne hättest du das Ganze schon abgehakt.

2. Der Sommer: 28-59 Jahre



Dieser Baum ist auf dem Höhepunkt seiner Leistungsfähigkeit. Er ist stark und lebendig. In dieser Lebensphase sind wesentliche Entscheidungen getroffen. Du bist verwurzelt. Du bist beruflich durchgestartet. Die meisten haben eine Familie. Kinder wachsen heran und werden größer. Zum Ende dieser Lebensphase hin werden die Kinder das Zuhause verlassen haben. Vielleicht müssen Eltern und Schwiegereltern umsorgt oder gar gepflegt werden.

Die Corona-Krise hat dich viel Kraft gekostet. Neben den Herausforderungen durch Kurzarbeit oder Home Office gab es auch noch das Home Schooling. Und bei all dem die Ungewissheit: „Wie lange wird das dauern?“ Durchzustarten liegt dir am Herzen. Endlich wieder in eine neue Normalität und einen positiven Rhythmus!

Die Corona-Krise hat dich viel Kraft gekostet. Neben den Herausforderungen durch Kurzarbeit oder Home Office gab es auch noch das Home Schooling. Und bei all dem die Ungewissheit: „Wie lange wird das dauern?“ Durchzustarten liegt dir am Herzen. Endlich wieder in eine neue Normalität und einen positiven Rhythmus!

3. Der Herbst: 60-80 Jahre



Dieser Baum hat noch ein paar Blätter. Auch er hat noch einiges an Stärke. Aber er bereitet sich auf eine Phase vor, die hart wird: den Winter. Dazu muss man manches loslassen.

Wenn du in dieser Lebensphase bist, träumst du in der Regel nicht mehr von Veränderung. Du freust dich über das, was du erreicht hast. Vielleicht hast du Enkel und die Familie ist dir

wichtig. Dein Berufsleben kommt zu einem Ende.

Es stellt sich die Frage: „Werde ich noch gebraucht?“ Bei manchem merkst du: „Das brauche ich nicht.“ (z.B. bei manchen Dingen, die Jüngeren wichtig sind) Du verfügst über viel Lebenserfahrung. Eigentlich möchtest du gerne das weitergeben, was du gelernt hast. Im Grunde genommen fühlst du dich aber nicht „alt“. Rosen zu züchten oder deinen Rasen zu pflegen wäre dir viel zu wenig. Du hast noch etwas zu geben!

Corona war für dich härter als für andere, weil du zu der Altersgruppe gehörst, in der auch einige – vielleicht auch Bekannte und Freunde – erkrankt und manche möglicherweise gestorben sind. Dies erinnert dich an deine eigene Endlichkeit.

4. Der Winter: 81-120 Jahre



Dieser Baum hat keine Blätter mehr. Aber er ist nicht unbedingt „gebrechlich“. Er hat schon über viele Jahrzehnte Wind und Wetter getrotzt. Und er steht immer noch!

In dieser Lebensphase kommst du zu den „letzten Dingen“. Du machst deinen letzten Urlaub in Spanien. Du kaufst dein letztes Auto. Du nimmst Abschied von lieben Freun-

den und Weggefährten. Deine Endlichkeit wird dir bewusst. Vielleicht auch schmerzlich. Manches geht nicht mehr wie früher. Und du weißt: Das kommt auch nie wieder! Auf der anderen Seite hast du immer noch viel zu geben. Deine Lebenserfahrung und deine in Jahrzehnten angesammelte Weisheit kann vielen zum Segen werden.

Corona war für dich hart, weil es dich isoliert hat. Einsamkeit ist nicht schön. Du sehnst dich eigentlich nach der alten Normalität. Und gleichzeitig ahnst du, dass manches nicht mehr wiederkommt. Eigentlich hast du noch gar nicht daran gedacht, durchzustarten. Aber auch für dich könnte ein Neu-Start neues bringen!

Wo stehst du? Konntest du dich in der einen oder anderen Beschreibung wiederfinden (die Grenzen sind natürlich fließend ...)? Es ist aus meiner Sicht hilfreich, eine derartige Standortbestimmung durchzuführen. Und dich zu fragen, wo und wie du jetzt durchstartest. Doch bevor ich zur Frage komme, was für dich ein nächster Schritt sein könnte, möchte ich auf einen Bibeltext eingehen, der einiges zu diesem Thema beizutragen hat:

[Einblenden: Philipper 3,12-16]

„Ich möchte nicht behaupten, dass ich das alles schon erreicht habe oder bereits am Ziel bin. Aber ich laufe auf das Ziel zu, um es zu ergreifen. Denn ich bin ja auch von Christus Jesus ergriffen. Brüder und Schwestern, ich bilde mir wirklich nicht ein, dass ich es schon geschafft habe. Aber ich tue eines: Ich vergesse, was hinter mir liegt. Und ich strecke mich nach dem aus, was vor mir liegt. Ich laufe auf das Ziel zu, um den Siegespreis zu gewinnen: die Teilhabe an der himmlischen Welt, zu der Gott uns durch Christus Jesus berufen hat. Wir alle, die wir vollkommen sein möchten, sollen uns das stets vor Augen halten. Falls ihr anderer Ansicht seid, wird Gott euch auch darüber noch Klarheit verschaffen. Jedenfalls sollen wir festhalten, was wir bereits erreicht haben.“ (Philipper 3,12-16; *BasisBibel*)

Wenn ein Großer im Glauben wie der Apostel Paulus sagt, dass er noch nicht „alles erreicht“ hat, dann gibt es eigentlich kaum jemanden unter uns, der das Gegenteil behaupten könnte ... Er war jemand, der durchgestartet ist. Immer wieder. Und er hat enorm viel bewegt. Wir sollten es ihm nachmachen! In diesem Text sind drei Dinge entscheidend:

1. Vergessen

„Ich vergesse, was hinter mir liegt.“ Wäre das nicht auch wichtig für uns heute? Paulus geht am Anfang des 3. Kapitels des Philipperbriefes darauf ein: Er rühmt sich nicht seiner Herkunft. Er sieht nicht auf seine Ausbildung. Sondern er verankert sich in Christus (Phil 3,6) und lebt sein Leben im Hinblick auf die eigene Auferstehung. Und das betrifft uns doch alle, oder? Zum Re-Start gehört auch, dass wir bewusst hinter uns lassen, wie es „früher“ – in der so genannten „guten alten Zeit“ – war. Und dass wir vergessen, was wir an Krisen in diesem Jahrhundert bereits erlebt haben – und uns davon eben nicht beeindrucken oder gar ängstigen lassen.

Wie wichtig ist dir die Vergangenheit? Hängst du an ihr? Hängt dir das Alte noch „in den Klamotten“? Befürchtest du nach der letzten Krise schon die nächste? Oder misst du mit deinem Standard alles andere? Z.B.: „Damals war es einfach besser! Da hatten wir eine ganz tolle Zeit in den Gottesdiensten. So *sollte* es wieder sein, dann wäre es top!“ Wir können aber die Zeit nicht zurückdrehen. Das Leben kann man nur nach vorne leben. Oder, um es mit einer Bekannten zu sagen: „Du kannst dein Lebensauto nicht lange fahren, wenn du nur in den Rückspiegel schaust.“

→ **Gibt es Dinge, die du aktiv vergessen musst?**

2. Ausstrecken

„Ich strecke mich nach dem aus, was vor mir liegt.“ Nur zu vergessen, wo wir herkommen, reicht noch nicht. Erst dann, wenn wir auch etwas haben, das vor uns liegt, kommt Bewegung in die Sache. Ausstrecken bedeutet ja, dass ich mich bewege – und nicht alle anderen ... Ich möchte etwas erreichen. Und danach strecke ich mich aus. Hier stellen sich folgende Fragen:

→ **Wonach streckst du dich aus? Was möchtest du erreichen?**

3. Laufen

„Ich laufe auf das Ziel zu ...“ (Phil 3,12.14) Gleich zweimal schreibt Paulus diesen Satz. „Laufen“ ist noch viel aktiver und dynamischer als sich nur „auszustrecken“. Aus der Streckung hinaus kommt der Läufer in die Bewegung. Wer sich nach etwas ausstreckt, hat das Ziel in Reichweite. Wer losläuft, hat möglicherweise ein Ziel, das zwar da ist, aber noch gar nicht sichtbar ist. Entscheidend für einen erfolgreichen Lauf (es geht ja um den „Siegespreis“, den es zu erlangen gilt!) ist, dass man mit der Strecke vertraut ist (zumindest, wo es lang geht) und auch weiß, wo das Ziel ist.

→ **Was ist dein Ziel? Wohin führt dich dein Weg? Bist du schon unterwegs?**

Paulus stellt eines klar: Vergessen, Ausstrecken, Laufen – diese Dinge hängen zusammen. Es geht letzten Endes um eine Haltung. Und diese Haltung drückt sich darin aus, dass wir uns den gesamten Prozess „stets vor Augen halten“ (Phil 3,15). Hier geht es um eine Fokussierung, die Klarheit schafft: „Da geht es lang! Dort will ich hin!“

Und dies bringt mich zu folgender Frage: **Was ist dein nächster Schritt?**

Ihr kennt das von mir schon: Mir ist die „Kultur des nächsten Schrittes“ sehr wichtig. Denn jeder Weg, den wir gehen, besteht aus vielen kleinen Schritten, die wir tun. Wichtig ist dabei:

- Ein Schritt muss **machbar** sein (also nicht zu groß).
- Er muss **klar** sein („Ein Schritt von wo nach wo?“).
- Und das **Ziel** sollte auch deutlich sein (sonst klettert man auf eine Leiter, die an der falschen Wand steht ...).

Ich habe eingangs kurz drei Bereiche benannt, in denen Schritte in Bezug auf den „Re-Start“ gemacht werden können:

(1) Persönlich

Hier gibt es natürlich sehr viele Möglichkeiten. Aber wahrscheinlich fallen dir gleich ein paar Bereiche ein, in denen du schon länger eine Veränderung vornehmen wolltest, es aber – aus welchen Gründen auch immer – bisher nicht geschafft hast.

Das kann die Renovierung eines Badezimmers sein. Oder die Veränderung der eigenen Ernährungsgewohnheiten. Oder auch das Fitness-Programm, das dir gut täte. Oder die Wiederaufnahme einer Beziehung, die dir wichtig ist. Vielleicht auch das Ausmisten deines Kleiderschranks oder bestimmter Zimmer in deiner Wohnung. Mein Vorschlag (im Prinzip ein erster, notwendiger Schritt):

- Nimm dir eine halbe Stunde Zeit.
- Definiere das Ziel, das du erreichen möchtest.
- Nimm dir nur ein Ziel vor und ein A4-Blatt.
- Und dann versuche, dieses Ziel in Schritten zu erreichen: Welche wären das? Wer oder was könnte dir dabei helfen? Was wäre der nächste Schritt?

Wenn es dir hilft, kannst du das natürlich auch mit einer Freundin oder einem Freund zusammen machen. Manchmal ist der Blick von außen sehr hilfreich für solche Veränderungsprozesse.

(2) Geistlich

Das Geistliche ist natürlich nicht minder „persönlich“ ... Aber es ist ein engerer Bereich, der damit gemeint ist. Hier geht es um deine persönliche „spirituelle Dimension“. Wie geht es dir „geistlich“? Würdest du sagen, dass du in den letzten beiden Jahren geistlich gewachsen bist? Dass du Gott tiefer kennengelernt hast? Ich habe dazu in den letzten beiden Jahren immer wieder Predigten gehalten, weil mir das Thema des geistlichen Wachstums sehr auf dem Herzen liegt. Ich möchte exemplarisch einige konkrete Schritte aufzeigen, die du tun kannst (es gibt natürlich noch viel mehr):

Wenn du auf der Suche nach Gott bist, kann ich dir empfehlen, dich bei unserem nächsten **Alpha-Kurs** anzumelden (bei meiner Kollegin Britta Koß-Misdorf). Oder bei unserem nächsten **Farbwechsel online** (bei mir), einen Grundkurs des Glaubens, der online stattfindet (einen Abend pro Woche für 7 Wochen). Informationen dazu gibt es mehrmals im Jahr auf unserer Homepage (www.bs-friedenskirche.de). Bei beiden Kursangeboten triffst du andere Menschen, die auf demselben Weg sind und auf andere, die diesen Weg vor einigen Jahren selbst beschritten haben und ein offenes Ohr für dich und deine Fragen haben.

Wenn du merkst, dass dir die regelmäßigen Zeiten mit Gott abhanden gekommen sind, möchte ich dich ermutigen, meine Predigt „**Dein Stuhl**“ anzugucken. Du findest sie in unserem YouTube-Kanal. Dabei geht es um einen Ort, den du dir suchst, an dem du Zeit mit Gott verbringst: mit dem Lesen der Bibel, mit Gebet und mit dem Festhalten, was dir in dieser Zeit wichtig geworden ist.

Vielleicht ist dir auch in den letzten Jahren klar geworden, dass du dich eigentlich nach intensiver Gemeinschaft mit jemand anderem sehnst. Auch dazu habe ich eine Predigt gehalten: „**BASAL – Die kleinste gemeinschaftliche Einheit**“. Vertiefend gibt es dazu auch einige Podcasts in unserer Reihe „Erlebt“ auf unserem YouTube Kanal. Dabei geht es um eine Gebetspartnerschaft. Du triffst dich regelmäßig mit einer weiteren Person (oder auch zwei Paare miteinander), tauschst dich aus und betest für die Anliegen, die obenauf liegen. Ich selbst habe seit Jahrzehnten einen Gebetspartner (wobei ich inzwischen aufgrund von Umzügen usw. den sechsten Gebetspartner habe ...) und habe sehr davon profitiert.

Und natürlich bieten wir als Gemeinde auch **Kleingruppen** an. Das sind Gruppen von meist 6-12 Teilnehmern, die sich im privaten Rahmen treffen. Meist wird sich in diesen Gruppen ausgetauscht und für wichtige Anliegen gebetet. Dann wird aber auch gemeinsam in der Bibel gelesen und Gott angebetet. Sie finden meist wöchentlich statt. Manche treffen sich auch nur zweimal im Monat. Meist finden die Treffen persönlich und nicht digital statt. Dein nächster Schritt könnte vielleicht eine E-Mail sein, an: klein.gruppen@bs-friedenskirche.de

(3) Gemeindlich

Als Gemeinde stehen wir gerade in der Herausforderung, viele Dienste wieder „hochzufahren“, die seit gut anderthalb Jahren nicht oder nur eingeschränkt stattgefunden haben.

Manche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter haben die letzte Zeit auch dafür genutzt, sich umzuorientieren, nachdem sie über Jahre oder gar Jahrzehnte in bestimmten Bereichen mitgearbeitet haben. Wir leben vom ehrenamtlichen Engagement vieler.

Allein für diesen Gottesdienst braucht es ja nicht nur ein Lobpreisteam, die Moderation und jemanden, der oder die predigt. Es braucht ja auch Mitarbeiter im Kinderbereich, Menschen, die den Begrüßungsdienst gestalten. Und natürlich auch jemand, der sich um die Tontechnik (sowohl im Saal als auch im Livestream) kümmert, das Licht regelt, die Kameras bedient, Videoregie oder Ablaufregie managt. An einem „normalen“ Sonntag sind das pro Gottesdienst bis zu 25 Personen. Und dann haben wir ja noch viele Bereiche, die nicht sonntags, sondern unter der Woche stattfinden: Kleingruppen, Chöre, diakonische Angebote, Jugendarbeit und so weiter. Mit unserem Angebot wollen wir niemanden „erschlagen“, sondern nur deutlich machen: Es ist für jeden und jede etwas dabei!

Mitzuarbeiten hilft auch enorm dabei, die Gemeinde kennenzulernen. Von daher möchte ich besonders die „Neuen“ in der Gemeinde herzlich einladen, euch unsere Broschüre ***Ich bin dabei*** mitzunehmen, die wir im Foyer ausgelegt haben. Es sind zwar nicht mehr alle Kontaktdaten aktuell, aber die meisten E-Mail-Adressen und Telefonnummern sollten noch funktionieren. Wir freuen uns über alle, die bereit sind, dazu beizutragen, dass unsere Gemeinde gut auf Kurs bleibt! Und wenn ihr gute Ideen habt, wie wir es noch besser schaffen können, zur Mitarbeit einzuladen und die Schritte dafür schön klein und machbar zu halten, meldet euch am Besten direkt bei unserer Diakonin für Mitarbeiterförderung, Fabi Knittel (fabi.knittel@bs-friedenskirche.de).

Was ist dein nächster Schritt? [Auf die Flipchart zeigen] Ich wollte euch mit dieser Predigt Mut machen, dies neu für euch ins Auge zu fassen. Vielleicht bist du ja schon mittendrin in deinem Re-Start. Vielleicht aber brauchtest du auch diese heutige „Starthilfe“. Möge es dir zum Segen werden!

Amen.

→ **Fragen zur Anwendung auf der nächsten Seite!**

Fragen zur persönlichen Vertiefung und Anwendung

Persönliche Fragen

- Wo stehst du? In welcher Lebensphase, an welcher Weggabelung deines Lebens?
- Vergessen – Ausstrecken – Laufen: Was ist gerade dein Thema?
- Persönlich – Geistlich – Gemeindlich: Wo möchtest du durchstarten?
- Nimm dir eine halbe Stunde und frage dich: Was ist mein Ziel? Was sind konkrete Schritte dorthin? Was ist mein nächster Schritt?

Impulse für den Austausch mit anderen

- In welcher Lebensphase befindetet ihr euch? Wie wollt ihr in die nächsten Jahre starten?
- Persönlich – Geistlich – Gemeindlich: Wo wollt ihr durchstarten? Habt ihr Ziele vor Augen? [und vielleicht auch: Sind sie realistisch?]
- Arbeitet ihr in einem Bereich der Gemeinde mit? Was sind eure Erfahrungen dabei?
- Wie kann dich unsere Gruppe darin unterstützen, deine Schritte zu gehen und dein Ziel zu erreichen?
- Betet für neue Mitarbeitende in der Gemeinde. Für den Re-Start brauchen wir viele neue Köpfe, Hände und Füße ;-)