

Herr, ich suche deine Ruhe
fern vom Getöse dieser Welt!
Ich hör jetzt auf mit allem, was ich tue
und tu' das eine, das im Leben zählt.
Ich geh' im Geist jetzt vor dir auf die Knie
und höre auf die Stimme meines Herrn.
Führe du mein Innerstes zur Ruhe
und lass dein Feuer meine Hast verzehren!

Du bist ein starker Turm,
du bist das Auge im Sturm.
Du sprichst zum aufgewühlten Meer
meiner Seele in mir, Herr,
Friede mit dir, Friede mit dir!
Du bist ein starker Turm, du bist das Auge im Sturm.
Du sprichst zum aufgewühlten Meer
meiner Seele in mir, Herr,
Friede mit dir, Friede mit dir.

(Martin Pepper © 1997 mc-peppersongs)

...lade gern jemand zum nächsten Gottesdienst ein oder sprich mit jemanden über das,
was dich angeregt oder inspiriert hat...

© Stefan Pentzek / Ev. Stadtmission Alsfeld 2020



SCHABBAT SCHALOM!?

**Herausforderung
HEILIGE PAUSE**



Gedanken und Impulse zum Weiterdenken
Gottesdienst am 9.1.2022.
2.Mose 20, 8-11



Was sind die wichtigsten 3 Stichworte, an die du dich erinnerst oder die dich bewegt haben?

.....

.....

.....

.....



Über welchen Aspekt der Predigt möchtest du noch einmal intensiver nachdenken, etwas nachfragen oder dich mit anderen austauschen?

.....

.....

.....

.....



Persönliche Fragen & zum Austausch:

- Was gibt deinem Leben Rhythmus und Takt?
- Wie geht es dir mit „heiligen Zeiten“ - regelmäßig und verbindlich? Wie sehen sie für dich aus und was fordert dich da ganz praktisch am meisten heraus?
- Wie verbindlich siehst du für dich das (An-)Gebot in 2. Mose 20,8-11? Warum - oder warum nicht (vielleicht im Vergleich zu anderen Leitlinien in den „zehn Worten“?)
- Was bedeutet für dich „Ruhe“ - was geschieht (oder geschieht auch nicht...), wenn du zur Ruhe kommst?
- Welche guten Erfahrungen hast du mit „heiligen Zeiten“ gemacht?
- Was macht deinen Sonntag „besonders“?



BIBELTEXTE ZUM WEITERLESEN:
2.Mo.31,12ff; Mt.12,1-14; Mt.11,25-30; Mk.6,30-32; Lukas 10, 38-42



PRAKTISCHE ANREGUNGEN

- Mache eine Liste und schreibe auf, wer oder was dir alles für deinen Tag, deine Woche, dein Jahr den „Takt“ vorgibt.
- Was davon ist aus deiner Sicht UNVERZICHTBAR (überlege: IST das wirklich so, warum?)
- Welche „Taktgeber“ drohen für dich zu echten „Sklaventreibern“ zu werden? Nimm dir etwas Zeit (🕒) und frage Gott, auf welche Weise er dich hier „befreien“ könnte - und wenn du etwas hörst: TU ES!
- Zünde eine Kerze an einem ruhigen Platz an. Mache gar nichts. Atme ruhig ein und aus. Wie geht es dir mit „Stille“ und „Ruhe“?
- Lass diese Woche etwas weg, das dir Zeit „stiehlt“. Ein Tag ohne Internet (von der Arbeit natürlich abgesehen...), Fernsehen, Social-Media.
- BUCHEMPFEHLUNG: „Trost der Nacht“ von Reinhard Deichgräber



Hier noch mal Kernstichworte aus der Predigt

1. Die Anweisung den Schabbat und heilige Unterbrechungen ernst zu nehmen, beginnt anders als die anderen Gebote. Es geht um etwas Gutes, das Gott FÜR unser Leben will. „Überlass diesen Tag Gott! Setz der Arbeit Grenzen! Gib Gott in deinem Leben Raum! Schaffe Raum auch für alle anderen um dich: Deine Familie, deine Kinder, Menschen und auch Tiere, für die du Verantwortung trägst. Gott selbst braucht und will diese besondere Zeit. Er will sie für dich mit dir.“

2. DIE 3 FEINDE DES SCHABBAT:

- Egoismus und Gier
- Götzendienst (falsche „Lebensmitten“)
- Selbstüberschätzung (z.B. Grenzenlosigkeit)

Daraus folgen: Sklaverei; soziale Ungerechtigkeit; Überforderung von Mensch, Natur & Beziehung; Lebensunruhe; BurnOut

3. GRUNDIMPULSE FÜR EINEN NEUEN RHYTHMUS: GEDENKE - HEILIGE - RUHE

- Gedenken & Besinnen: (Wer bist du und wo kommst du her?)
- Heiligen: Welche Zeiten machen Leben „besonders?“ (wo kann das Heilige und der Heilige prägen?)
- Ruhe & lass los (Zur Ruhe kommen, sich Gott überlassen, aus Freiheit leben...)