

**«Wer sucht, der wird finden...» – Matthäus 7,8**

Liebe Leserin, lieber Leser,



*pixabay*

Gerade in herausfordernden Zeiten im Privaten oder in unserer Gesellschaft ist sie da – die Frage:

Wo bist du Gott?

Vielleicht stecken Sie gerade in so einer Phase oder haben sie erst überwunden oder möchten sich für herausfordernde Zeiten wappnen. Wie kann es uns gelingen, schwierige Zeiten zu überwinden und dabei auf Gottes Kraft und seine Versprechen zu vertrauen?

Bevor wir uns dieser schwierigen Frage widmen, zunächst ein paar Grundlagen.

In der Bibel lesen wir viele Geschichten von Menschen, in allen Lebenslagen. So mancher Mann, so manche Frau fühlte sich von Gott verlassen, sogar Jesus am Kreuz rief: Mein Gott, mein Gott, warum hast du mich verlassen. Sogar die Person, die mit Gott am engsten verbunden war, fühlte sich alleine. Es ist also völlig normal, wenn wir an Gottes Dasein zweifeln und uns alleine fühlen. Doch was die Menschen in der Bibel gemeinsam haben und was auch Jesus erfahren hat, ist, dass Gott uns nie im Stich lässt. Er ist immer da, auch wenn wir ihn zwischen drin nicht erfahren oder er für uns nicht greifbar ist.

Warum ist das so? Wir Menschen leben häufig in der Zukunft oder in der Vergangenheit. Prägende Erlebnisse aus unserer Kindheit und Jugendzeit haben einen so grossen Einfluss auf uns, dass sie unser Hier und Jetzt bestimmen. Oder aber Sorgen um die Zukunft, Sehnsüchte oder Träume, halten uns davon ab, im Hier und Jetzt zu sein. Durch dieses Verharren in der Vergangenheit oder Sprinten in die Zukunft, verpassen wir Gott, der im Hier und Jetzt wirkt.

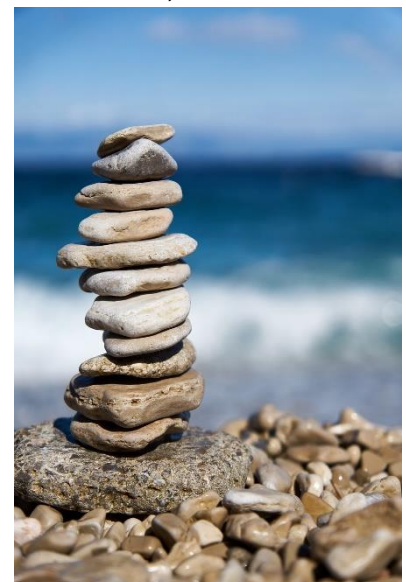
Ein erster Schritt, wie wir Gott nahe sein können, ist also, dass wir im Hier und Jetzt ankommen. Dabei können Meditationsübungen oder Achtsamkeitsmomente helfen. Das könnte z.B. so aussehen:

- Die Atmung bewusst wahrnehmen, evtl. die Augen schliessen
- Spüren, was im Körper passiert (wo tut vielleicht etwas weh, wo wird es warm, wo entspannt sich ein Muskel etc.)
- Gedanken, kommen und ziehen lassen
- Dankbar, den Moment abschliessen

Wenn uns das gelingt, sind wir schon einen grossen Schritt weiter und schaffen eine Grundlage, um Gott in unserem Leben wahrzunehmen.

Solche Momente der Achtsamkeit im Hier und Jetzt sollten uns täglich begleiten. In Klöstern oder Kommunitäten ist das tägliche Gebet, der Moment der Achtsamkeit ein fester Teil im Tagesablauf. In Taizé erleben täglich Hunderte Jugendliche und Erwachsene, welche Kraft vom täglichen Gebet und der Stille ausgeht. Sie verbinden sich mit sich selbst, ihrem Innersten, und öffnen sich dadurch für Gott, für die spirituelle Dimension.

Ich bin überzeugt, wer Gott, in guten Zeiten erlebt und eine Routine entwickelt hat, wie er oder sie sich mit Gott verbinden kann, dem fällt es auch leichter, in herausfordernden Zeiten auf Gottes Versprechen und sein Da-Sein zu vertrauen. Denn in schwierigen Momenten hilft die Achtsamkeitsübung ins Hier und Jetzt zu kommen, Sorgen zu relativieren und Kraft zu tanken. So bekommt man einen klaren Kopf. Wenn wir die Verbindung zu Gott in guten Zeiten einüben, fällt es uns in den herausfordernden leichter, die Verbindung herzustellen.



*pixabay*

Im Matthäusevangelium Kapitel 7, Vers 7+8 lesen wir die Sätze:

Bittet, so wird euch gegeben; sucht, so werdet ihr finden; klopf an, so wird euch aufgetan. <sup>8</sup>Denn wer bittet, empfängt; wer sucht, der findet; wer anklopft, dem wird aufgetan.

Diese Stelle ermutigt uns a) Gott zu suchen und b) dran zu bleiben.

Wenn wir uns wirklich intensiv mit der Suche beschäftigen, dann werden wir auch Erfolg haben und ihn finden. Dazu werden Ausdauer und Geduld benötigt. Um dies zu bewerkstelligen, kann uns Gemeinschaft mit anderen Christen helfen. In Taizé z.B. ist es auch die Gemeinschaft, die die Besuchenden zu den Gebeten bringt. Während den Gebetszeiten ist ganz Taizé in der Kirche, niemand ist mit etwas anderem beschäftigt. Ausserhalb von Taizé ist dies natürlich schwierig umzusetzen.

Doch zu wissen, dass sonntags überall auf der Welt Christen Gottesdienste feiern, kann schon dabei unterstützen, sich auch Zeit für sich und Gott zu nehmen. Schön wäre es natürlich, bei einem unserer Gottesdienste dabei zu sein und so gemeinsam mit uns Gott zu suchen. Doch auch zuhause im Privaten oder in der Natur lässt es sich am Sonntag Morgen gut beten oder meditieren.

Jetzt bin ich Ihnen noch einen Antwortversuch auf die eingangs gestellte Frage schuldig. Er lautet: Sich in schwierigen Zeiten mit Gott verbinden, es immer wieder versuchen und einen Schritt nach dem anderen gehen.

Herzlich, Pfarrerin Sandra Karth



*pixabay*

#### GOTTESDIENSTE und VERANSTALTUNGEN im Februar 2024:

**Sonntag, 4.2.2024**, 9:30 Uhr in der Kirche Aarwangen  
Gottesdienst mit Andreas Gygli, Pfarrer, und Barbara Sägesser, Organistin.

**Sonntag, 11.2.2024** 9:30 Uhr in der Kirche Aarwangen  
Gottesdienst am Kirchensonntag zum Thema «Hoffnung wagen» gestaltet vom Freiwilligen Team rund um Kurt Widmer, und Barbara Sägesser, Organistin. Anschliessend Apéro.

**Dienstag, 13.2.2024**, 14:00 Uhr im Kirchgemeindehaus  
Senioren-Nachmittag: Musikalischer Anlass mit Urs Ackermann

**Freitag, 16.2.2024**, 20:00 Uhr im Kirchgemeindehaus  
«Dios Mio, mehr Gold!» Ein Erzähltheater vom reichsten Mann der Welt von und mit Christoph Schwager.  
Eintritt 20 CHF / 18 CHF (AHV) inkl. Pausengetränk  
Reservationen: kulturkreis@refaarwangen.ch / 062 923 23 79

**Samstag, 17.2.2024**, 17:00 Uhr in der Kirche Aarwangen  
Abendserenade mit dem Kirchenchor Aarwangen und Worten von Marcel Schneiter, Pfarrer und Svetlana Artemenko, Organistin.

**Sonntag, 18.2.2024**,  
Herzliche Einladung einen Gottesdienst in den Nachbargemeinden zu besuchen.

**Dienstag, 20.02.2024**, 10 Uhr im Kirchgemeindehaus  
Seniengottesdienst mit Marcel Schneiter, Pfarrer, und Marcel Lappert, Pianist.

**Sonntag, 25.2.2024**, 9:30 Uhr in der Kirche Bannwil  
Gottesdienst mit Marcel Schneiter, Pfarrer, und Barbara Sägesser, Organistin.