

## FCG KIEL - LIVINGROOM - ANDACHT - 25.3. 2020

*Momentan können wir aufgrund der Corona-Krise keine gemeinsamen Gottesdienste feiern. Darum zeichnen wir jede Woche zwei Predigten auf Video auf und stellen diese im Internet bereit. Da du aber keinen Internetanschluss hast, möchte ich dir auf diese Weise eine der Botschaften zukommen lassen. So kannst du dennoch in dieser Zeit ein Stück weit Anteil haben an dem, was Gott zu seiner Gemeinde spricht:*

### **GESUND BLEIBEN IN UNGESUNDEN ZEITEN (L. Jaensch)**

Es gibt einen kurzen, recht unscheinbaren Brief im Neuen Testament, den 3. Johannesbrief. Er hat nur ein Kapitel und beginnt mit einem hochaktuellen Wunsch: Es möge dir in jeder Hinsicht - also auch mental, emotional und geistlich - bleibend gut gehen.

***Ich wünsche dir, dass es dir in jeder Hinsicht gut geht und du gesund bist, innerlich wie äußerlich. (3. Johannes, Vers 2)***

Die Coronakrise mit ihren wochenlangen Kontaktbeschränkungen isoliert uns voneinander und wir müssen es erst lernen, damit persönlich zurecht zu kommen. Je länger nun diese Krise dauert, desto mehr müssen wir uns zudem die Frage stellen: Wie erhalte ich mich gesund? Wie erhalte ich mir meine Lebensfreude und inneren Frieden? Was dient meinem Wohlergehen ... wirklich? Und was belastet mich nur, macht mich vielleicht sogar krank.

Du trägst die Verantwortung für dich selbst. Wie gehst du zum Beispiel mit deinem Körper um? Wie hältst du dich fit? Momentan ist ja eine gute Hygiene sehr wichtig: ausreichend lang und gründlich die Hände waschen und vieles mehr. Darauf achten wir und das ist auch gut so. Es ist zum Erhalt der Gesundheit aber auch wichtig, z.B. auf massvolles, ausgewogenes und gesundes Essen zu achten und ausreichend zu schlafen. Ein Spaziergang an der frischen Luft dient nicht nur dem körperlichen Wohlbefinden, er tut rundum gut. Wenn du aber unkontrolliert alles in dich reinstopfst, nur auf dem Sofa „abhängst“, wenn du dich nur von Chips, Schokolade oder Fastfood ernährst und maßlos Softdrinks oder Alkohol trinkst („Es sieht ja niemand, ich bin ja allein zuhause ...“), dann macht dich das auf Dauer krank.

### **Halte fest das Bild gesunder Worte! (2. Timotheus 1,13)**

Das selbe gilt aber auch für deine Gedankenwelt, deine Gefühle. Welche Bilder malst du auf die innere Leinwand deiner Seele? Welche Farben hat das Bild? Ist es grau und düster? Oder ist es voller Hoffnung und Zuversicht. Grübelst du? Oder bist du dankbar und wohlgenut?

***„Mehr als alles, was man sonst bewahrt, behüte dein Herz, deine Gedanken! Denn aus ihm bildet sich - entspringt - dein Leben! (Sprüche 4,23)***

Deine Gedanken, deine Gefühle beeinflussen dein ganzes Leben. Achte auf deine Gedanken, denn dein Leben wird demgemäß! Auch deine Seele braucht Hygiene, sonst verwaht sie. Dafür bist nur du selbst verantwortlich! Niemand sonst. Frage dich also, was deiner Seele, deiner Gedankenwelt wirklich gut tut. Was erbaut dich? Was bringt dir Hoffnung? Was macht dir Mut? Was lässt dein Inneres lächeln? Und was tut genau das eben nicht?

Natürlich ist es wichtig, gerade jetzt, über die aktuellen Entwicklungen informiert zu sein. Aber dafür reicht auch einmal am Tag eine Nachrichtensendung - und danach schaltet man ab. Es liegt, gerade in Zeiten wie diesen, eine große Gefahr darin, sich den ganzen Tag mit Schreckensnachrichten zu beschäftigen. Manche Menschen verschlingen jede Corona-Meldung, sehen sich jede Sondersendung oder Talkshow an, lesen jeden Artikel zum Thema. Andere surfen den ganzen Tag (und oft auch noch die Nacht) in den dunkelsten Abgründen

des Internets, stopfen sich mit Soap-Operas voll, suchen billige Ablenkung und Befriedigung in ganz schmutzigen Ecken. Filme über Virusepidemien sind übrigens gerade groß in Mode. Die diversen Videoportale verzeichnen hier sprunghaft hohe Zuschauerzahlen. Das alles wird auf Dauer die Gesundheit ruinieren und schließlich fällst du in ein dunkles Loch.

Jeden Mittwoch und Sonntag produzieren wir momentan Online-Gottesdienste (LivingRoom - Wohnzimmergottesdienste) und biblische Impulse, die Mut machen, aufbauen und den Glauben stärken. Diese stellen wir bei YouTube online - dem weltgrößten Videoportal im Internet. Weit über unsere Gemeinde- und Stadtgrenzen hinaus können wir das Evangelium anderen weiter geben und Hoffnung bringen. Ich bekomme immer wieder von Nachbarn oder Menschen im ganzen Land das Feedback, wie sehr diese Predigten sie gestärkt und ermutigt haben. Die moderne Technik kann ein echter Segen sein.

Auf der anderen Seite finden wir bei YouTube, bei WhatsApp, bei Facebook und auch in den einschlägigen Käseblättern und Boulevardzeitungen den größten Giftmüll, den man sich denken kann. Es kursieren die abwegigsten Verschwörungstheorien - auch zu Corona. Das Thema variiert, aber es geht immer um dasselbe: Wir alle sind angeblich Opfer einer Verschwörung der Herrschenden, der Pharmaindustrie .... Tja, was soll man dazu sagen? Wer keine Verantwortung für sein eigenes Leben übernimmt, der sucht halt gerne und schnell nach Schuldigen: die Politiker, das System, die Ausländer oder was auch immer.

Das alles ist der reinste Giftmüll für die Seele: verpestet die Sinne, vernebelt den Verstand, verdunkelt das Gemüt und lähmt alle Lebenskraft. Es bleiben nur (Zukunfts-)Ängste und das dumpfe Gefühl von Ohnmacht und Hilflosigkeit. Auf Dauer macht so etwas entweder depressiv oder aggressiv. Nichts Gutes erwächst daraus - niemals. Ich kann dir nur dringend raten, deine Zeit nicht mit so etwas zu verschwenden. Wende dich davon ab. Und du wirst deiner eigenen Seele einen guten Dienst erweisen!

***Bewahre unverfälscht, was dir anvertraut worden ist - das Evangelium! Hab nichts zu schaffen mit dem gottlosen Geschwätz dieser Leute und den fragwürdigen Behauptungen, die sie im Namen einer fälschlich so genannten ›Erkenntnis‹ aufstellen. Manche haben den Glauben verloren, weil sie deren Geschwätz gefolgt sind! (1.Timotheus 6,20-21)***

Manch Frommer fragt sich auch bange: Ist das nun die Endzeit? Andere wiederum sagen Corona sei eine Strafe Gottes für dieses oder jenes. Aber das ist Unsinn! Letztlich zielen solche Drohbotschaften einzig darauf, dein Gottvertrauen, deinen Glauben zu zerstören. Sie säen ein Körnchen Mißtrauen gegenüber Gottes Güte in dein Herz und am Ende steht da ein großer Baum an Hoffnungslosigkeit und Verzweiflung.

***Gott hat seinen Sohn nicht in die Welt gesandt, um sie zu verurteilen, sondern um sie durch ihn zu retten. (Johannes 3,17) // Wer zu Gott kommen will, muss glauben, dass es ihn gibt und dass er die belohnt, die ihn aufrichtig suchen. (Hebräer 11,6) // Seid nicht bekümmert, denn die Freude am Herrn ist euer Schutz! (Nehemia 8,10)***

Wenn du an Gottes „Güte und Menschenliebe“ (Titus 3,4) Zweifel hast, dann wirst du nicht wirklich seine Nähe suchen. Wenn du mit Angst und Sorge aber nicht zu ihm gehst, wohin willst du dich dann wenden? Wem willst du dann seine Sorgen und inneren Nöte abgeben? Dann frisst du alles in dich hinein und trinkst nicht länger aus der einzigen frischen und lebendigen Quelle, der Quelle des Heils, deiner Gesundheit. Und das macht krank! Mach dein Ohr, mach dein Inneres also bitte nicht zu einer Müllkippe für haltloses Geschwätz und Lüge. Wende dich weg davon!

**... damit meine Hoffnung wiederkommt**

Der Prophet Jeremia lebte in einer schlimmen Zeit. Krieg und Hungersnot verheerten seine Heimat. Tod, Not und Verzweiflung waren überall um ihn. Jeremia schreibt ganz offen über sein inneres Ergehen, seine seelischen Achterbahnfahrten in dieser Zeit. In seinen Worten erkennen wir uns sicherlich manchmal wieder (Klagelieder 3,19-25):

***An all dieses rastlose Elend zu denken ist Gift für mich und macht mich bitter. Doch immer wieder muss ich daran denken und bin erfüllt von Verzweiflung und Schwermut. Ich will (!) mich an etwas anderes erinnern, (doch das will ich mir in den Sinn zurückrufen) ...***

Jeremia hatte erkannt, dass seine Gedanken immer wieder Karussell führen. Unproduktiv und immer nur um sich selbst drehend - bis ihm ganz schwindelig wurde. Jemand musste in die Speichen greifen. Und so traf er eine wichtige, lebensrettende Entscheidung: „Ich will ...“! Er ließ sich nicht hängen. Er nahm Verantwortung für seine Gefühle und Gedanken:

***Ich will mich an etwas anderes erinnern, damit meine Hoffnung wiederkommt: Von Gottes Güte kommt es, dass wir noch leben. Sein Erbarmen ist noch nicht zu Ende, seine Liebe ist jeden Morgen neu und seine Treue unfassbar groß. Klagelieder 3:19-25 (GNB)***

Wenn du morgen früh aufwachst, dann denke doch zuerst einmal an diesen Vers: Heute ist Gottes Liebe, seine Treue, sein Erbarmen wieder ganz neu, ganz frisch und unfassbar groß! Das ist wirklich eine gute Nachricht. Das wird deinem Inneren wohl tun! Und du wirst es sehen - mit diesem Gedanken startet man schon ganz anders in den Tag!

Ich möchte für heute schließen mit einigen hilfreichen Worten des Apostels Petrus.

***Demütigt euch also unter die starke Hand Gottes; ... indem ihr alle eure Sorgen bei ihm ablegt, denn er sorgt für euch. Seid besonnen, seid wachsam! Euer Feind, der Teufel, streift umher wie ein brüllender Löwe, immer auf der Suche nach einem Opfer, das er verschlingen kann. (...)***

Sei besonnen, sei wachsam! Gib acht auf dich selbst! Der Teufel ist der Vater der Lüge. Wie eine Spinne möchte er dich umgarnen, will deine inneren Bilder prägen, deine Gedanken und Gefühle einwickeln und dich schließlich lähmen. Leih' ihm nicht länger dein Ohr. Sein Löwengebrüll soll dich einschüchtern und dir eine „Heidenangst“ einjagen.

***Widersteht ihm, indem ihr unbeirrt am Glauben festhaltet (siehe: „Halte fest das Bild gesunder Worte“); ihr wisst ja, dass die Leiden, die ihr durchmacht, genauso auch euren Geschwistern in der ganzen Welt auferlegt sind. (...)***

Du bist nicht allein in dieser schweren Zeit. Menschen in aller Welt machen durch, was auch du durchmachst. Darum beten wir füreinander (Lukas 22,32). Das verbindet und macht Mut.

***Der Gott aber, der euch seine Gnade auf jede erdenkliche Weise erfahren lässt und der euch durch Jesus Christus dazu berufen hat, an seiner ewigen Herrlichkeit teilzuhaben, auch wenn ihr jetzt für eine kurze Zeit leiden müsst – dieser Gott wird euch mit allem versehen, was ihr nötig habt; er wird euch im Glauben stärken, euch Kraft verleihen und eure Füße auf festen Boden stellen. Ihm gehört die Macht für immer und ewig. Amen. (1. Petrus 5:6-11; NGÜ)***

Beherrze diese zeitlosen und vielfach erprobten und bewährten Tipps von Jeremia und Petrus. So bleibst du gesund in ungesunden Zeiten. Schau auf diese Verheissung und gewinne Mut und Lebensfreude zurück: Gott wird dich mit allem versehen, was du brauchst, wird dein Vertrauen belohnen, dir Kraft und Gesundheit verleihen. Und deine Seele verliert nicht länger jeden Halt, sondern bekommt wieder Grund unter die Füße.

In diesem Sinne wünsche ich dir von ganzem Herzen, dass es dir „in jeder Hinsicht gut geht und du gesund bist“ und bleibst.

**Dein Lars Jaensch**  
(Pastor; Freie Christengemeinde Kiel)

## KONTAKTADRESSEN

Wir sind auch in den kommenden Wochen für dich persönlich erreichbar und ansprechbar. Hier die Kontaktdaten der jeweiligen Ansprechpartner:

<b>Pastorales, LivingRoom:</b>	<b>Pastor Lars Jaensch</b> (0173-2413789 / pastor@fcgkiel.de)
<b>Kleingruppen:</b>	<b>Verena Sandow</b> (0176-21814789) oder Lars Jaensch
<b>Nothilfe, Einkaufshilfe:</b>	<b>Oliver Vieth</b> (0170-8211076)
<b>Büro und Finanzen:</b>	<b>Manfred Köpnick</b> (0152-54080360; office@fcgkiel.de)
<b>Familien und Kinder:</b>	<b>Stuart Timm</b> (0157-78867514)
<b>Hausangelegenheiten:</b>	<b>Erhard Menzel</b> (0172-4171039)

## KOLLEKTEN: DEINE INVESTITION IST WEITERHIN GEFRAGT

Vielleicht ist es dir nicht bewusst, aber durch den Ausfall der Gottesdienste können wir auch keine Kollekten sammeln. Damit bricht zur Zeit ein wichtiger Teil der Einnahmen der Gemeinde weg. Aber dennoch laufen weiterhin Rechnungen auf. Auch die Gestaltung von Online-Gottesdiensten kostet einiges. Ich möchte dich daher darum bitten, weiter Teilhaber zu bleiben, an unsere Gemeinde zu spenden und den Zehnten zu geben. Hier nochmals unsere Kontoverbindung:

**Freie Christengemeinde Kiel e.V.**  
**Evangelische Bank e.G. / BIC: GENODEF1EK1**  
**IBAN: DE18 5206 0410 0106 4072 26**

Wenn du aber nicht überweisen kannst oder möchtest, dann ermutige ich dich, der Bitte aus 1.Korinther 16,2 zu folgen: *„Am ersten Tag jeder Woche, dem Sonntag, soll jeder von euch bei sich zu Hause einen Betrag auf die Seite legen, der seinen Möglichkeiten entspricht. Auf diese Weise kommt nach und nach eine größere Summe zusammen ..“*.

## GEBETSINITIATIVEN

Ich möchte dich auch in diesen Zeiten zum gemeinsamen Gebet ermutigen. Es gibt dazu unzählige Möglichkeiten, zum Beispiel:

- **regelmässige Gebets-Zweierschaften per Telefon**
- **Telefonkonferenzen einer ganzen Gruppe**  
So gestaltet Christa Sünemann momentan ihr monatliches Israel-Gebet.
- **Jeden Abend um 20.20 Uhr** wird bei der Aktion „Deutschland betet“ der Deutschen Evangelischen Allianz gleichzeitig für eine Eindämmung des Virus, für Kranke, für Verantwortungsträger in Politik und Behörden, für das medizinische Personal und für einen Erhalt der Arbeitsplätze gebetet. Viele Kirchen, Gemeinden und Verbände haben sich dem angeschlossen. Bitte bete auch du mit.