

## ➤ Gedanken zum Wochenende, 03.11.2018

### Beklemmende Nachtgedanken

Letzte Woche wurde die Uhr auf Winterzeit umgestellt. Hoffentlich ist es das letzte Mal, denn die überwiegende Mehrheit der Europäer empfindet die jährliche Umstellung als Unsinn. So oder so: Es wird jetzt zunehmend Winter und wir müssen uns mehr an Dunkelheit gewöhnen. Und wenn es dunkel ist, dann kommen sie, die bösen Geister und Fratzen, die uns in Angst und Schrecken versetzen... - Vielleicht denken Sie jetzt an den Spuk von Halloween in den letzten Tagen und Sie sagen: „So ein Quatsch, so ein Ärgernis“. Und Sie haben Recht: Wir aufgeklärten, modernen Menschen müssen nicht an die Existenz von bösen Geistern glauben, die herum laufen und die Menschen verfolgen, quälen, piesacken... und dennoch: Wer wollte leugnen, dass nicht doch böse, widergöttliche Mächte am Wirken sind, die uns Menschen beeinflussen? Wenn es dunkel und still um uns herum geworden ist, dann kommen sie, diese quälenden Gedanken von offen gebliebener Schuld, von Ängsten und Sorgen, aber auch von Neid und Missgunst, Hass und Ärger und die stets nagende Überzeugung des Zukurzgekommenen: „Das Leben geht an mir vorbei, die anderen haben immer Glück, nur ich bin immer der Looser“... Kennen Sie diese nächtlichen Gedanken, die Sie am Schlaf hindern? Man wälzt sich von einer Seite auf die andere, blickt ständig auf die Uhr und steigert sich immer mehr hinein: „Ich bräuchte doch dringend den Schlaf, um morgen wieder fit zu sein!“ – Man fühlt sich krank vor Sorgen, Neid und Ärger, wie besessen von beklemmenden Nacht-Gedanken...

In der Bibel, im Markus-Evangelium Kap. 1, 32-39 wird uns berichtet, dass Jesus Kranke und Besessene heilte. Er gibt den bösen Geistern keine Chance, er lässt sie einfach nicht reden. - Was meinen Sie, liebe Leserin, lieber Leser, funktioniert das heute noch, auch bei uns?

Fromme Menschen aus den Klöstern der vergangenen Jahrhunderte haben es ausprobiert und erlebt, dass es tatsächlich gelingt, wenn man in Jesu Namen böse Geister einfach nicht zu Wort kommen lässt. Sie haben das so genannte „Herzensgebet“ entwickelt: Drei Worte beim Einatmen: „Herr - Jesus - Christus“ – ein Atemzug lang Pause. - Drei Worte beim Ausatmen: „Erbarm - Dich - meiner“ – Pause. Immer und immer wieder im Vierertakt...- Vielleicht kann dies eine Einladung auch für uns sein, dass wir uns mitten in einer unruhigen Nacht auf Jesus konzentrieren und auf SEINE Macht vertrauen. Probieren Sie's aus, ob da nicht die bösen Geister in ihren Gedanken verstummen werden...?

Durch die Taufe haben wir allen bösen Mächten deutlich abgesagt. Wir stehen auf der Seite Jesu. Somit können uns all die üblen Geister und Gedanken eigentlich nichts anhaben, die uns einreden wollen: „Du musst alles selbst schaffen“; „es gibt keinen Gott“; oder „dieser Gott ist so fordernd, dass wir seinen Ansprüchen nie genügen könnten“. Wenn wir auf

der Seite Jesu stehen, können uns die üblen Geister und Gedanken nichts anhaben, die uns verhaften und fesseln wollen in unserer Schuld, unseren Verfehlungen, unserem Versagen, unserer Schwachheit. Weil wir auf der Seite Jesu stehen, ist ER der HERR und mächtig genug, für uns einzutreten, dass wir Ruhe finden und leben können.

Ich wünsche Ihnen ein ruhiges und friedvolles Wochenende.  
Ihr Pfarrer Bernd Töpfer, Evangelisch - Lutherische Kirchengemeinde Marktheidenfeld

Die jeweils aktuellen Gedanken zum Wochenende können auch auf unserer Homepage: [www.marktheidenfeld-evangelisch.de](http://www.marktheidenfeld-evangelisch.de) gelesen und heruntergeladen werden.  
Die Andachten der letzten Jahre zu den verschiedensten Themen finden Sie unter „Archiv“, - für den Fall, dass Sie selbst mal eine Andacht halten wollen.