



Ich will den HERRN loben allezeit; sein Lob soll immerdar in meinem Munde sein. Meine Seele soll sich rühmen des HERRN, dass es die Elenden hören und sich freuen. Preiset mit mir den HERRN und lasst uns miteinander seinen Namen erhöhen! Da ich den HERRN suchte, antwortete er mir und errettete mich aus aller meiner Furcht. Die auf ihn sehen, werden strahlen vor Freude, und ihr Angesicht soll nicht schamrot werden. Als einer im Elend rief, hörte der HERR und half ihm aus allen seinen Nöten. Der Engel des HERRN lagert sich um die her, die ihn fürchten, und hilft ihnen heraus. Schmecket und sehet, wie freundlich der HERR ist. Wohl dem, der auf ihn trauet!
Psalm 34,2–9 ([Hier vorgelesen von Helge Heynold](#))

Liebe Unverdrossene,

mal unter uns: Wie hat sich Ihre . . . ich nenne es einmal „Glaubenspraxis“ in den letzten Monaten geändert? Gehörten Sie zu denen, die sonntags regelmäßig in die Kirche gingen? Dann vermissen Sie wahrscheinlich immer noch eine Menge, denn wir dürfen zwar wieder in den Gottesdienst gehen, aber Gottesdienst feiern ist immer noch schwierig. Dazu sitzen wir zu vereinzelt, und vor allem: Wir singen nicht. Ich zumindest empfinde es so, dass nur schwer eine feierliche Stimmung aufkommen will. Die Unsicherheit ist so groß.

Oder haben Sie sich auf das eingelassen, was die Gemeinden und Kirchen als Alternativen zum realpräsenten Gottesdienst entwickelt haben? Die Angebote sind sehr vielfältig: Gottesdienste zum Lesen, die in der Gemeinde verteilt werden, Online-Gottesdienste, natürlich Gottesdienste im Fernsehen, Gebetsgruppen im Internet; es gibt sogar Chorproben bei Facebook. All das sind Möglichkeiten einer gemeinsamen Glaubenspraxis.

Oder fehlt Ihnen im Grunde genommen in dieser Hinsicht nichts? Braucht Ihre Glaubenspraxis vor allem Ruhe und Einsamkeit? Dann wäre diese Zeit im Grunde genommen die passende für Sie. Wer für sich bleibt, tut derzeit etwas Gutes für alle. Man kann auch still und für sich beten, man kann zu Hause oder im Grünen sein und sich Gott hinhalten. Wer in diesen Tagen sonntags zwischen zehn und elf in den Garten anstatt in die Kirche geht, wird selbst von denen nicht argwöhnisch angeschaut, die sonst die Nasen rümpfen.

Mir persönlich fehlt es sehr, mit anderen Menschen in möglichst großer Schar und lediglich mit einem Abstand zusammenzukommen, den der Anstand gebietet. Ich vermisse es, in einen gemeinsamen Gesang einzustimmen und zu merken, wie meine Stimme Teil von etwas Großem wird. Ich mag es, wenn ich meinen Glauben mit anderen ausdrücken kann, so individuell unser Glauben auch ist. Es fällt mir schwer, nicht wirklich von demselben Brot zu essen und aus demselben Kelch zu trinken wie meine Geschwister. Dennoch bleibe ich natürlich bei dem, was geboten ist. Ich halte Abstand, ich halte aus.

Und das bringt mich nun endlich zu dem Bibeltext, den ich für heute ausgesucht habe. Der ist ein

lauter Aufruf zum gemeinsamen Lob Gottes. Wer „loben“ so versteht, dass man jemand anderem sagt, dass er oder sie etwas richtig und gut gemacht hat, wird nicht recht verstehen, was hier gemeint ist. Loben bedeutet zumindest in diesem Zusammenhang, Gott zu danken. Wer Gott im Sinne des Psalms lobt, erkennt staunend an, wie gut Gott es mit der Welt meint. Gotteslob ist so etwas wie ein großes Wow! Der Psalm ruft dazu auf, immer wieder zu erkennen, dass und wie Gott hilft, und mit dieser Erkenntnis nicht hinter dem Berg zu halten, sondern andere anzustiften mitzumachen.

Darum lautet meine **Wochenaufgabe** so: Singen Sie mit mir Gottes Lob! Preisen Sie mit mir Gott! Suchen Sie sich ein Lied aus, das Sie gut kennen und mit dem Sie Ihre Freude und Ihren Dank ausdrücken möchten. Wenn Sie es nicht ganz auswendig kennen, suchen Sie nach dem Text und lernen ihn möglichst komplett. Es kommt nicht darauf an, dass es sich um einen Coral handelt, um ein Lobpreislied oder einen Gospel. Es darf auch ein Schlager sein, wenn Sie sagen, dass dieses Lied Ihre Freude und Ihren Dank ausdrückt. Und dann singen Sie dieses Lied, sei es unter der Dusche, im Wald oder in der Küche, nur singen Sie es laut! Stimmen Sie mit ein in einen Chor, von dem Sie gerade nur Ihre eigene Stimme hören können. Stellen Sie sich vor, dass Gott alle Lieder und Stimmen hört und sich daran erfreut. Viel Spaß dabei!

Nun noch ein paar Worte zu dieser Mail. Ich habe mich nach Ostern entschieden, Ihnen diese Post einfach weiter zu schicken. Viele von Ihnen haben sich dafür bei mir bedankt, und das freut mich sehr. Allerdings gibt es selbstverständlich auch viele, die die Fastenmail bei „7 Wochen Ohne“ bestellt haben, um ausschließlich für die Fastenzeit Impulse per E-Mail zu bekommen. Wir möchten Ihnen nichts schicken, das Sie nicht haben möchten. Darum haben wir uns Folgendes überlegt: Wenn Sie lieber erst wieder mit Beginn der nächsten Fastenzeit unsere Mail bekommen möchten, klicken Sie bitte auf den "Abmelden"-Link ganz am Ende der Mail. Dort können Sie sich für diese Post abmelden und uns gleichzeitig mitteilen, dass Sie zu Beginn der Fastenaktion 2021 wieder Mails bekommen möchten. Wenn Sie diese Mail weiterhin bekommen möchten, brauchen Sie nichts zu tun. Dann geht es am nächsten Mittwoch weiter.

Darum, egal ob bis nächste Woche oder bis nächstes Jahr: Bleiben Sie zuversichtlich! Gott behüte Sie!

Ihr Frank Muchlinsky



Frank Muchlinsky ist Pastor der Nordkirche. Er hat viele Jahre in der Erwachsenenbildung und in der Diakonie gearbeitet. Sein Schwerpunkt liegt darauf, Glaube und Theologie erfahrbar und verständlich zu machen. Seit 2012 arbeitet er bei evangelisch.de.

Herausgeber und Verlag

Gemeinschaftswerk der Evangelischen Publizistik gGmbH

Emil-von-Behring-Straße 3

60439 Frankfurt am Main

(Amtsgericht Frankfurt HRB 49081)

Umsatzsteueridentifikationsnummer: DE 114 235 916

Geschäftsführer: Direktor Jörg Bollmann

Geschäftsführer der Aktion: Arnd Brummer

Einzelprokura: Verlagsleiter Bert Wegener