



# Andacht zum sechsten Sonntag nach Ostern – Exaudi, 1. Juni 2025

von Pastorin Maren Trautmann

Der Friede Gottes sei mit uns allen - Herzlich Willkommen zur Newsletterandacht. Schön, dass Sie sich die Zeit dafür nehmen.

*Exaudi – Höre* – so lautet der Name dieses Sonntags, der sich darauf bezieht, dass Gott uns hören und erhören möge. Der Name kommt aus Psalm 27,7: *Herr, höre meine Stimme, wenn ich rufe; sei mir gnädig und erhöre mich!*

Im Übergang von Himmelfahrt und Pfingsten stehen wir und versuchen uns vorzustellen, wie es wohl den Freundinnen und Freunden Jesu ergangen sein mag in den zehn Tagen zwischen diesen beiden Ereignissen.

## **Aus Psalm 27**

Der HERR ist mein Licht und mein Heil;  
vor wem sollte ich mich fürchten?

Der HERR ist meines Lebens Kraft;  
vor wem sollte mir grauen?

Eines bitte ich vom HERRN, das hätte ich gerne:  
dass ich im Hause des HERRN bleiben könne mein Leben lang,  
zu schauen die schönen Gottesdienste[1] des HERRN  
und seinen Tempel zu betrachten.

Denn er deckt mich in seiner Hütte zur bösen Zeit,  
er birgt mich im Schutz seines Zeltes und erhöht mich auf einen Felsen.

HERR, höre meine Stimme, wenn ich rufe;  
sei mir gnädig und antworte mir!

Mein Herz hält dir vor dein Wort: »Ihr sollt mein Antlitz suchen.«

Darum suche ich auch, HERR, dein Antlitz.

Verbirg dein Antlitz nicht vor mir,  
verstoße nicht im Zorn deinen Knecht!

Denn du bist meine Hilfe; verlass mich nicht  
und tu die Hand nicht von mir ab, du Gott meines Heils!

Denn mein Vater und meine Mutter verlassen mich,  
aber der HERR nimmt mich auf.

Ich glaube aber doch, dass ich sehen werde  
die Güte des HERRN im Lande der Lebendigen.

Harre des HERRN!

Sei getrost und unverzagt und harre des HERRN!

### **Predigttext für den Sonntag Exaudi – Epheser 3,14-21 in der Übersetzung der Basis Bibel**

*Deshalb beuge ich vor dem Vater meine Knie.*

*<sup>15</sup>Jeder Stamm und jedes Volk im Himmel  
und auf der Erde erhält seinen Namen von ihm.*

*<sup>16</sup>Er soll euch so ausstatten,  
wie es dem Reichtum seiner Herrlichkeit entspricht:  
Durch seinen Geist soll er euch  
in eurer innersten Überzeugung fest machen.*

*<sup>17</sup>Denn Christus soll durch den Glauben  
in euren Herzen wohnen.*

*Und ihr sollt in der Liebe verwurzelt  
und fest auf ihr gegründet bleiben.*

*<sup>18</sup>So könnt ihr sie zusammen mit allen Heiligen  
in ihrer Breite, Länge, Höhe und Tiefe erfassen.*

*<sup>19</sup>Ihr werdet auch in der Lage sein,  
die Liebe von Christus zu erkennen,  
die alle Erkenntnis übersteigt.*

*Auf diese Weise werdet ihr Anteil bekommen  
an der Gegenwart Gottes.*

*Sie wird euer Leben ganz erfüllen.*

*<sup>20</sup>Dank sei Gott, der die Macht hat,  
unendlich viel mehr zu tun –  
weit mehr als alles, was wir von ihm erbitten  
oder uns ausdenken können.*

*So groß ist seine Macht, die in uns wirkt.*

*<sup>21</sup>Er regiert in Herrlichkeit in seiner Gemeinde –  
das heißt: in der Gemeinschaft derer,  
die zu Christus Jesus gehören.*

*Das gilt für alle Generationen  
auf immer und ewig. Amen.*

### **Predigtimpuls**

Da schauten sie in den Himmel, die Freundinnen und Freunde Jesu. Er hatte es ja angekündigt, dass er da hin gehen würde, wo sein himmlischer Vater ist. Aber die Freude darüber, dass der Auferstandene mitten unter ihnen war und alles so war als hätte es Karfreitag nie gegeben, die war viel größer gewesen. So richtig konnten sie es sich nicht vorstellen wie es (wieder) ohne ihn sein würde. Und jetzt das. Eine Wolke, Jesus emporgehoben und weg. Was für eine Enttäuschung. Was für eine Ratlosigkeit. Ich glaube, der Sonntag nach Christi Himmelfahrt ist aus der Perspektive der ersten Jüngerinnen und Jünger Jesu, wohl einer der ratlosesten Tage.

Ja, der Kopf, er weiß, dass Jesus da ist, wo er hingehört: An Gottes Seite. In Gottes Machtbereich. An Christi Himmelfahrt geht es nicht darum, diesen uns so menschlich nahe gekommenen Jesus wegzunehmen. Es geht darum, uns durch ihn ein Stück dem Himmel näher zu bringen. Eigentlich profitieren wir, aber fühlt es sich auch so an? Ich stelle mir die Ratlosigkeit riesig vor. In der Apostelgeschichte wird berichtet, wie sie nach Jerusalem zurückkehren und einmütig beieinander bleiben im Gebet. Über ihre Gefühle wird nichts gesagt. Ich stelle mir vor, dass sie sich zurück ziehen. Nichts treibt sie nach Draußen ins Normale. Das Normale ist erst einmal gar nicht möglich. Wer kennt es nicht, dieses Gefühl. Manchmal ist es unerträglich, dass die Welt sich einfach weiterdreht und alles seinen Gang geht während man selbst im Ausnahmezustand ist. So stelle ich mir die Gefühlslage der Jünger vor. Ausnahmezustand. Wie gelähmt. Einmal mehr. Wie soll es jetzt weitergehen? Wieder alle Hoffnungen dahin. Sie ziehen sich zurück. Aber immerhin, sie bleiben beieinander. Sie halten gemeinsam aus. Dann kommt Pfingsten und das Ganze bekommt eine neue Wendung. Doch soweit ist es noch nicht. Die Jünger müssen diese Leere aushalten. Die Abwesenheit von Jesus. Aber nicht die Abwesenheit von Hoffnung. Vielleicht erinnern sie auch einander daran, was Jesus zu ihnen gesagt hatte. Vielleicht erinnern sie sich an den Tröster, den Jesus ihnen versprochen hatte, wenn er nicht mehr da sein würde. An den heiligen Geist. Der kommen soll und kommen wird.

Wir leben ein bisschen wie diese Himmelfahrtsjünger. Pfingsten ist zwar gewesen und kommt jedes Jahr neu, aber eben anders. Die Kraft des Heiligen Geistes wirkt blass heutzutage. Viel lauter und viel präsenter die Realität. Welche Stimmen hören wir? Welchen glauben wir? Es wird nicht leichter die Stimme Gottes, die Stimme der aufgeklärten Religion zu hören. Das Gemäßigte ist nicht in. Weder politisch noch religiös. Der Predigttext traut uns und Gottes Geist einiges zu:

*Durch seinen Geist soll er euch  
in eurer innersten Überzeugung fest machen.*

*<sup>17</sup>Denn Christus soll durch den Glauben  
in euren Herzen wohnen.*

*Und ihr sollt in der Liebe verwurzelt  
und fest auf ihr gegründet bleiben.*

*<sup>19</sup>Ihr werdet auch in der Lage sein,  
die Liebe von Christus zu erkennen,  
die alle Erkenntnis übersteigt.  
Auf diese Weise werdet ihr Anteil bekommen  
an der Gegenwart Gottes.  
Sie wird euer Leben ganz erfüllen.*

Es wird uns hier kein Patentrezept ausgestellt. Es ist keine Handlungsanleitung. Es bleibt abstrakt. Aber es ist eine starke Ermutigung: Eigentlich wissen wir, was in uns steckt. Eigentlich wissen wir, dass wir unserem Herzen vertrauen können. Wir müssen uns nicht vom Zeitgeist irritieren lassen. Wir haben alles Rüstzeug auf dem Weg der Gottes- Selbst- und Nächstenliebe zu bleiben. Nichts daran ist falsch geworden, auch wenn wir uns vielleicht manchmal falsch in dieser Welt fühlen und sie nicht mehr begreifen. Lasst es uns so machen wie die ersten Jüngerinnen und Jünger: Beieinander bleiben, mit- und füreinander beten, Kraft tanken und dann hinausgehen und bestärkt leben. Dazu sende uns Gott immer wieder seine Heilige Geistkraft. Amen.

### **Vater unser** im Himmel

Geheiligt werde dein Name.

Dein Reich komme.

Dein Wille geschehe, wie im Himmel, so auf Erden.

Unser tägliches Brot gib uns heute.

Und vergib uns unsere Schuld.

Wie auch wir vergeben unseren Schuldigern.

Und führe uns nicht in Versuchung, sondern erlöse uns von dem Bösen.

Denn dein ist das Reich, und die Kraft und die Herrlichkeit in Ewigkeit.

Amen.

### **Segen**

Jesu Mut beflügele unser Reden.

Gottes Geist stärke unsere Gemeinschaft.

Das Reich Gottes wachse mitten unter uns.

Es segne und begleite uns der dreieinige Gott,  
der Vater, der Sohn und der Heilige Geist. Amen.

Segen gefunden auf: [Segen, der befreit und beflügelt - EKHN](#)