

Hamburg, 28. Juni 2026

Michelgruß zum 4. Sonntag nach Trinitatis

Sehr geehrte Damen und Herren,

mit dem Wochenspruch aus dem Brief des Apostels Paulus an die Galater grüßen wir Sie herzlich aus der Hauptkirche St. Michaelis: „Einer trage des andern Last, so werdet ihr das Gesetz Christi erfüllen.“ (Galater 6, 2).

Mit unseren Gedanken und Gebeten sind wir besonders bei den Menschen, die von Krieg, Naturkatastrophen, Gewalt und Hunger betroffen sind – in Venezuela, in der Ukraine, im Nahen Osten und an so vielen Orten unserer Welt.

Als Pfarrteam stehen wir gemeinsam mit Diakonin Frickmann für Sie als Ansprechpartner für Seelsorge sowie für weitere Unterstützungsmöglichkeiten insbesondere älterer Gemeindeglieder zur Verfügung. Sie erreichen uns über das Kirchenbüro (Tel. 040 37678-0).

Diesen Michelgruß versenden wir als E-Mail oder per Post und stellen ihn auch zum Download auf unserer Internetseite (www.st-michaelis.de) zur Verfügung. Bitte leiten Sie ihn gern auch weiter oder verweisen Sie Interessierte an unser Kirchenbüro.

Mit herzlichen Grüßen und Segenswünschen
Ihre

Hauptpastor Alexander Röder

Pastorin Julia Atze

Pastorin Corinna Senf

Psalmgebet:

Sende dein Licht und deine Wahrheit, dass sie mich leiten.

Psalm 43, 3a

Wie der Hirsch schreit nach frischem Wasser,
so schreit meine Seele, Gott, zu dir.

Meine Seele dürstet nach Gott,
nach dem lebendigen Gott.

Was betrübst du dich, meine Seele,
und bist so unruhig in mir?

Harre auf Gott; denn ich werde ihm noch danken,
dass er mir hilft mit seinem Angesicht.

Psalm 42, 2. 3a. 6

Sende dein Licht und deine Wahrheit, dass sie mich leiten.

Psalm 43, 3a

Lied: EG 428, 1.2.5**Predigttext: Römer 12, 17-21**

17 Vergeltet niemandem Böses mit Bösem. Seid auf Gutes bedacht gegenüber jedermann. 18 Ist's möglich, soviel an euch liegt, so habt mit allen Menschen Frieden. 19 Rächt euch nicht selbst, meine Lieben, sondern gebt Raum dem Zorn Gottes; denn es steht geschrieben: »Die Rache ist mein; ich will vergelten, spricht der Herr.« 20 Vielmehr, »wenn deinen Feind hungert, so gib ihm zu essen; dürstet ihn, so gib ihm zu trinken. Wenn du das tust, so wirst du feurige Kohlen auf sein Haupt sammeln« 21 Lass dich nicht vom Bösen überwinden, sondern überwinde das Böse mit Gutem.

Predigt von Pastorin Julia Atze:

Es ist heiß. Alle sind am Anschlag. Die Hitze ist anstrengend. Ermüdend. Aufreibend.
Kein Wunder also, dass die Nerven blank liegen.

Als ich gestern Vormittag einkaufen war, konnte ich das live und in Farbe miterleben.
Sonnenabends vormittags ist hier in der Neustadt immer viel los, auf dem Großneumarkt ist Wochenmarkt, viele Menschen sind unterwegs und machen ihren Wocheneinkauf, gleichzeitig sind natürlich auch viele Touristen in der Stadt, wollen zum Michel, in die Innenstadt – kurzum: es ist trubelig. Plötzlich fährt ein junger Mann auf einem Elektroroller mitten in die Tische und Stühle eines Restaurants. Er kann gerade noch abspringen, ohne zu fallen. Zum Glück saßen keine Menschen an den Tischen. Er dreht sich um und schimpft einen älteren Mann an, der genauso empört zurückschimpft. Der Ältere war der Meinung, der Rollerfahrer hätte ihn fast umgefahren. Darum hatte er ihn weggeschubst, so dass dieser fast gestürzt wäre. Zurecht ist der Rollerfahrer empört.

Gleichzeitig verstehe ich den älteren Mann – Menschen auf E-Rollern fahren manchmal gefährlich dicht an einem vorbei, so dass man sich ganz schön erschrecken kann. Einfach

schubsen ist aber natürlich auch keine Lösung. Zum Glück kommt eine Frau dazu, die die Streithähne beruhigen kann. Der ältere Mann geht davon – nicht ohne weiterhin zu schimpfen. Der junge Rollerfahrer hat sich von dem Schreck noch nicht ganz erholt. „Ich bin Schrittempo gefahren und habe wirklich gut aufgepasst!“, sagt er zu der Frau, „ich habe ihn nicht im Entferntesten berührt!“ „Das glaube ich dir,“, sagt die Frau, „ich kenne den Herrn. Der regt sich immer wahnsinnig schnell auf. Der hat echt ein Problem mit seiner Aggressivität. Und bei diesen Temperaturen noch viel mehr. Ärger dich nicht. Zum Glück ist ja nichts Schlimmeres passiert.“

Vergeltet niemandem Böses mit Bösem, schreibt Paulus. Seid auf Gutes bedacht gegenüber jedermann. Ist's möglich, soviel an euch liegt, so habt mit allen Menschen Frieden.

Mein Erlebnis von gestern Morgen könnte nicht passender sein. Denn Paulus meint hier tatsächlich nicht das abgrundtief Böse, sondern er spricht hier vom Schlechten im Sinne von Mangel an Tugend und gutem Verhalten. Eben genau das Böse, die kleinen Gemeinheiten oder auch Achtlosigkeiten, die uns im täglichen Miteinander begegnen und passieren.

Und es ist ganz normal, dass die uns wütend machen, dass wir es der anderen Person heimzahlen wollen, dass wir uns rächen wollen – so geht es ja auch dem jungen Rollerfahrer, der sich nur schwer beruhigen kann.

Und ich bin überzeugt: solche Gedanken sind richtig und wichtig. Denn die Wut, die Rachegelüste, der Ärger über die Ungerechtigkeit oder Gemeinheit, sind Ausdruck der Verletzung und der Trauer, die erfahren wurde. Die sollten wir nicht unter den Teppich kehren, aber eben auch nicht voll ausleben, sondern irgendwie anders bewältigen.

Auch da hat Paulus eine Empfehlung:

Rächt euch nicht selbst, meine Lieben, sondern gebt Raum dem Zorn Gottes; denn es steht geschrieben: »Die Rache ist mein; ich will vergelten, spricht der Herr.«

Auch, wenn das dem ersten Impuls zur Genugtuung nicht entspricht, sagt Paulus doch: Das Böse, das euch getan wurde, wird vor Gott nicht einfach unter den Teppich gekehrt. Irgendwann wird der andere erkennen, dass er Unrecht getan hat. Irgendwann wird die andere verstehen, dass ihr Verhalten nicht in Ordnung war und jemanden verletzt hat. Irgendwann werden wir erkennen, welche Folgen unser Handeln hatte. Darauf vertraut Paulus. Daran glaubt er. Und daran glaube ich auch. Es wird Gerechtigkeit geben im Angesicht eines gerechten und gnädigen Gottes.

Aber wohin mit unserer Wut und unseren Rachewünschen?

Hoffentlich gibt es Menschen in unserem Leben, denen wir davon erzählen können. Denn darüber zu reden, wie ich mich fühle, was ich denke und am liebsten tun möchte, hilft. Zum Glück war die Frau gestern Morgen so umsichtig, einzugreifen und dem älteren Mann und dem Rollerfahrer zuzuhören. Ihrer Wut Raum zu geben. Das hat ganz offensichtlich geholfen. Und wenn da niemand ist, dem wir unsere „bösen“ Gedanken und Wünsche erzählen können, gibt es noch eine andere Möglichkeit:

Wir können sie auch getrost vor Gott bringen. Die Bibel gibt uns da viele Beispiele: Die Psalmen zum Beispiel sind voll mit Rachefantasien.

So heißt es zum Beispiel im 92. Psalm:

Die Gottlosen grünen wie das Gras, und die Übeltäter blühen alle – nur um vertilgt zu werden für immer!

Und das ist gut, genau da haben Wut und Rachegefühle einen guten Platz – gerichtet an Gott. Das befreit und ermöglicht, diese Gefühle zu überwinden, ohne sie auszuleben – im Gebet vor Gott.

Paulus geht aber noch weiter mit seinen Ermahnungen:

Vielmehr, »wenn deinen Feind hungert, so gib ihm zu essen; dürstet ihn, so gib ihm zu trinken. Wenn du das tust, so wirst du feurige Kohlen auf sein Haupt sammeln«

Also: lass es nach Möglichkeit gar nicht erst dazu kommen, dass du Feindschaft empfindest, dass Feindschaft entsteht. Versuche vielmehr freundlicher zu handeln als der andere es je erwartet hätte, so dass die andere Person die Gemeinheit und Boshaftigkeit erkennt, die sie getan hat und sich die Scham und die Schuld dafür anfühlt wie feurige Kohlen auf dem Kopf. Freundlicher zu handeln als der andere es je erwartet hätte – das ist eine echte Herausforderung, aber nicht unmöglich. Wir sind in der Lage großzügig und großherzig zu sein. Wir können jemanden NICHT schubsen, auch wenn er uns fast umgefahren hat und uns einen richtigen Schrecken eingejagt hat. Wir können auch anders reagieren. Versuchen, das Gespräch zu suchen, sagen, wie es uns geht. Um mehr Rücksicht, Nachsicht, Freundlichkeit bitten. Und ich bin mir sicher: Es wird Sie erstaunen, auf wie viel Freundlichkeit man mit Freundlichkeit stoßen kann. Probieren Sie es aus!

Oder mit Paulus' Worten gesagt:

Lass dich nicht vom Bösen überwinden, sondern überwinde das Böse mit Gutem.

Amen.

Und der Friede Gottes, der höher ist als alle Vernunft, wird eure Herzen und Sinne bewahren in Christus Jesus.

Amen.

Fürbitten:

Gütiger Gott, in Jesus Christus erkennen wir: du bist voll Barmherzigkeit und Liebe.

Du verzeihst und richtest Menschen auf.

So bitten wir dich für die Kirche in allen Ländern und unsere Gemeinden:

mache sie zu Zeichen deiner Barmherzigkeit in dieser Welt.

Gemeinsam rufen wir zu dir: Herr, erbarme dich!

Wir bitten dich für die Männer und Frauen, die Macht und Einfluss haben in Staat und Gesellschaft: dass sie die Menschen am Rande der Gesellschaft nicht aus dem Blick verlieren.

Gemeinsam rufen wir zu dir: Herr, erbarme dich!

Wir bitten dich für alle Menschen, die leiden in unserer Welt, unter Kriegen und Naturkatastrophen, unter Gewalt und Zerstörung. Wir denken an die Menschen in Venezuela, in der Ukraine, im Nahen Osten und an so vielen Orten unserer Welt. Hilf ihnen und stell ihnen Menschen an die Seite, die für sie eintreten.

Gemeinsam rufen wir zu dir: Herr, erbarme dich!

Wir bitten dich für alle, denen andere Menschen anvertraut sind: Gib ihnen Verständnis und Geduld und schenke ihnen Kraft und Phantasie, dass sie deine Liebe weitergeben.

Gemeinsam rufen wir zu dir: Herr, erbarme dich!

Wir bitten dich für unsere getauften Kinder:

Lass sie fröhlich und mutig ins Leben gehen

und begleite sie und ihre Familien mit deinem Segen.

Behüte und stärke die Liebe unseres getrauten Paares

und begleite ihren gemeinsamen Lebensweg mit deiner Liebe und Güte.

Für unsere Verstorbenen bitten wir:

Nimm sie in Frieden bei dir auf und schenke allen, die um sie trauern, deinen Trost.

Gemeinsam rufen wir zu dir: Herr, erbarme dich!

Heiliger Gott, wandle uns durch deinen Geist, dass wir zu Menschen werden,
die deine Liebe und Freundlichkeit weitergeben können.

Dir sei Ehre in Ewigkeit.

Michel-Segen Juni 2026:

Auf der Höhe des Jahres schenke dir Gott den dankbaren Blick zurück,

auf alles, was er dir Gutes getan hat,

und den vertrauensvollen Blick voraus

auf die Wege, die er dich führen will.

Das helle Licht dieser Tage sei dir ein Bild für das ewige Licht,

mit dem Gott in deinem Herzen aufstrahlen will,

und die Wärme des beginnenden Sommers

ein Bild für die Liebe, mit der du von ihm geliebt bist.

Gott schenke dir Freude an jedem Tag

und bewahre dich vor Unglück und jeder Gefahr.

Er gebe dir Frieden in deinem Haus und in deinem Herzen.

So segne dich der gütige und liebende Gott, der Vater, der Sohn und der Heilige Geist.
Amen.