

Gottesdienst aus der Stille – Das Leben feiern

Sonntag 22. März 2020 17.00 Uhr
an verschiedenen Orten feiern
sich darin verbinden

Hinweise zum Feiern

Material: *Klangschale oder Zimbeln, Steine und Teelichter (oder Ähnliches), evtl. Musik über ein Smartphone oder einen CD-Player*

Vorbereitung: *Den Raum/Platz richten und alles vorbereiten, vielleicht auch mit Blumen. Eine größere Kerze aufstellen, die zum Anzünden von Teelichtern geeignet ist. Falls keine Steine und Teelichter vorhanden sind, andere Symbole überlegen, wie Blüten oder aus Papier erstellte Symbole, die durch helle und dunkle Farbe unterscheidbar sind, evtl. beschriftet.*

Die vorgegebenen Lieder sind Vorschläge, die leicht ersetzt oder gelassen werden können. Alleine oder in einer kleinen Gruppe singen ist nicht so einfach. Musik oder abgespielte Lieder können an die Stelle treten. Der Text kann nur auch einfach gesprochen werden.

Alternativen zu den vorgeschlagenen Liedern sind: „Du Gott stützt mich“ (EG 592) oder „oculi nostri“ (EG 789,7) sind in unserem evangelischen Gesangbuch zu finden.

Eine Kerze entzünden

Eine Klangschale dreimal zum Klingen bringen

Gebet

In dir sein, Gott, das ist alles

Das ist das Ganze, das Vollkommene, das Heilende.

Die leiblichen Augen schließen,

die Augen des Herzens öffnen

und eintauchen in deine Gegenwart.

Ich hole mich aus aller Zerstreutheit zusammen

und vertraue mich dir an.

Ich lege mich in dich hinein

wie in eine große Hand.

Ich brauche nicht zu reden, damit du mich hörst.
Ich brauche nicht aufzuzählen, was mir fehlt,
Ich brauche dich nicht zu erinnern
oder dir zu sagen, was in dieser Welt geschieht
und wozu wir deine Hilfe brauchen.

Ich will schweigen und mich darin verbinden
mit allen, die im Moment keine Ruhe finden
mit allen, die jetzt zu viel Zeit haben,
mit allen, die im Moment mehr arbeiten müssen als sonst,
mit allen...
Mit allen Sinnen und Gedanken warte ich
bis du da bist.

In dir sein, Gott, das ist alles
was ich mir erbitte.
Damit habe ich alles erbeten,
was ich brauche für Zeit und Ewigkeit.

nach einem Gebet von Jörg Zink,

aus: Jörg Zink, Wie wir beten können, Stuttgart 1970, S. 21

Lied: Schweige und höre, neige deines Herzens Ohr, suche den Frieden
-Das Lied verklingt in die Stille-

Kurze Zeit der Stille

Einstimmung

Wir sind hier vor dir, Gott.

Du bist da. Lass uns jetzt auch da sein.

Miteinander verbunden trotz Entfernungen, miteinander verbunden
in unseren Herzen und geborgen in deiner Gegenwart.

Amen.

Leiblich da sein

Ich nehme bewusst wahr, wie ich sitze. Wo spüre ich Kontakt? Wie gebe ich mein Gewicht im Sitzen ab? Ich sitze aufrecht. In der Aufrichtung spüre ich, dass ich wach da bin. Ich bin getragen und darf mein Gewicht abgeben.

Ich nehme meinen Atem wahr.

Meine Atemzüge.

Mein Atem strömt ein und wieder aus.

Das ist mein Rhythmus, mit dem ich jetzt da bin.

Im Atmen verbinde ich mich mit der Welt und mit Gott. Das Atmen verbindet uns mit der ganzen Erde, mit allen Menschen, Tieren und der Natur, mit allem, was uns umgibt.

Ein paar Minuten in der Stille da sein und atmen

Lied Schweige und höre, neige deines Herzens Ohr, suche den Frieden

Ritual mit Steinen und Lichtern (*wenn möglich mit Musik begleitet*)

Es gibt vieles, was uns besorgt zur Zeit und es gibt hoffnungsvolle Zeichen und Ereignisse, die uns freuen. In der Stille legen wir vor Gott das ab, was uns bedrückt und das, wofür wir dankbar sind, das was uns bewegt und beschäftigt. Wir vertrauen uns Gott an und nehmen das Licht in uns auf, das aus dieser unerschöpflichen Quelle immer für uns da ist.

Bei der Kerze können Steine abgelegt werden oder an ihr Lichter entzündet werden. Das geschieht in Ruhe und solange es braucht.

Zeit um Steine abzulegen oder Lichter zu entzünden

Gebet zum Abschluss des Rituals

Du, Gott, kennst uns und weißt um uns.

Wir vertrauen uns dir an und

vertrauen auf deine stärkenden und heilsamen Kräfte.

Amen.

Lied: Bei Gott bin ich geborgen, still wir ein Kind,
bei ihm ist Trost und Heil.

Ja, hin zu Gott verzehrt sich meine Seele,
kehrt in Frieden ein.

(Text & Musik: Jaques Berthier, Taizè)

Impuls

ES IST ZEIT einfacher zu leben

dann wächst von alleine das Bedürfnis alles Überflüssige, Anmaßende und Verschwenderische loszulassen, äußeren Reichtum in inneren Reichtum zu verwandeln und das Glück im Einfachen zu finden.

ES IST ZEIT achtsamer zu leben

dann wächst von alleine die Sehnsucht wacher im Augenblick zu leben und das Große im Kleinen zu sehen, anderen Menschen und der ganzen Schöpfung mit offenem Herzen zu begegnen und tiefe Liebe, Mitgefühl und Dankbarkeit für das Leben zu entwickeln.

ES IST ZEIT bewusster zu leben

dann wächst von alleine die Tatkraft eigene Verhaltensweisen zu überdenken und zu ändern entschieden einzutreten für ein gerechteres Miteinander ohne Ausgrenzung und aufzustehen für eine lichtvollere Welt.

ES IST ZEIT

(Helge Burggrabe)

Stille *beginnt und endet mit dem Ton einer Klangschale (ca. 15 Minuten)*

Lied: Trage mich, jeden Tag

trage mich durch die Nacht

In deinen Händen hältst du mich

ich vertraue fest auf dich

(Quelle unbekannt)

Vaterunser

Segen

Eine*r: Gott behüte uns vor allem Übel

Gott behüte unsere Seele.

Gott behüte unseren Ausgang und Eingang

von nun an bis in Ewigkeit.

Alle: Amen.

Musik zum Ausklang

**ES IST ZEIT
einfacher zu leben**

*dann wächst von alleine das Bedürfnis
alles Überflüssige, Anmaßende und Verschwenderische loszulassen,
äußeren Reichtum in inneren Reichtum zu verwandeln
und das Glück im Einfachen zu finden.*

**ES IST ZEIT
achtsamer zu leben**

*dann wächst von alleine die Sehnsucht
wacher im Augenblick zu leben und das Große im Kleinen zu sehen,
anderen Menschen und der ganzen Schöpfung mit offenem Herzen zu begegnen
und tiefe Liebe, Mitgefühl und Dankbarkeit für das Leben zu entwickeln.*

**ES IST ZEIT
bewusster zu leben**

*dann wächst von alleine die Tatkraft
eigene Verhaltensweisen zu überdenken und zu ändern
entschieden einzutreten für ein gerechteres Miteinander ohne Ausgrenzung
und aufzustehen für eine lichtvollere Welt.*

ES IST ZEIT

(Helge Burggrabe)