

22. März 2020 – Miteinander unterwegs

Ein Wander-Gottesdienst zu zweit

Diese kleine Idee für den kommenden Sonntag einer Kollegin hat mich angesprochen: Ein Liturgischer Spaziergang zu zweit oder allein.

Denn draußen unter freiem Himmel Gottesdienst feiern – das geht noch immer. In diesen Zeiten nicht in großer Gemeinschaft, aber zu zweit mit dem Partner, der Partnerin oder in der Familie. Oder auch ganz allein. Und das Schöne daran: Der Hund darf auch mit dabei sein.

Und so kann es gehen:

Sich einfinden

Sucht euch für den Beginn einen guten und ruhigen Ort, unter einen Baum, an einem Bachlauf, einer Weggabelung, einer Schutzhütte, am Strand. Verständigt euch über den Weg, den ihr gemeinsam gehen wollt, damit euch diese Frage nicht später beschäftigen muss.

Werdet miteinander still und stimmt euch ein auf euren gemeinsamen Weg. Wenn ihr mögt, schließt für einen Augenblick die Augen. Nehmt die Erde wahr, die unter euren Füßen ist. Nehmt die Geräusche wahr, die da sind. Lauscht der „Musik zum Anfang“, dem Gesang der Vögel, dem Plätschern des Wassers.

Einer /eine spricht ein Gebet:

Gott, Schöpfer der Welt,
öffne unsere Augen, um deine Gegenwart zu sehen,
unsere Seelen, um deine Gegenwart zu fühlen,
unsere Herzen, um deine Gegenwart zu lieben,
hier in deiner Schöpfung
und einst in deiner Ewigkeit.
Amen.

Sich verbinden

Macht euch nun gemeinsam auf den Weg. Teilt im Gehen miteinander, wie ihr heute an diesem Tag unterwegs seid. Einer spricht und eine hört zu, fragt vielleicht nach, kommentiert aber nicht. Wenn du allein unterwegs bist, hör dir selbst gut zu – das tun wir viel zu selten. Wenn ausgesprochen ist, was gesagt werden soll, schenkt einander oder euch selbst diesen kleinen großen Zuspruch: „Mit und in allem was ist: Gott schaut dich (mich) liebevoll an.“

Ein fremder Gast auf dem Weg

Lest miteinander einen Bibeltext, z.B. den Predigttext des Sonntags Laetare (22. März 2020):

Freuet euch mit Jerusalem und seid fröhlich über die Stadt, alle, die ihr sie lieb habt! Freuet euch mit ihr, alle, die ihr über sie traurig gewesen seid. Denn nun dürft ihr saugen und euch satt trinken an den Brüsten ihres Trostes; denn nun dürft ihr reichlich

trinken und euch erfreuen an ihrer vollen Mutterbrust. Denn so spricht der HERR: Siehe, ich breite aus bei ihr den Frieden wie einen Strom und den Reichtum der Völker wie einen überströmenden Bach. Da werdet ihr saugen, auf dem Arm wird man euch tragen und auf den Knien euch liebkosen. Ich will euch trösten, wie einen seine Mutter tröstet; ja, ihr sollt an Jerusalem getröstet werden. Ihr werdet's sehen und euer Herz wird sich freuen, und euer Gebein soll grünen wie Gras. (Jesaja 66,10-14)

Nehmt im Gehen die Predigt der Schöpfung wahr – gern im Austausch miteinander.

Laetare! Freue dich – das ist die Überschrift dieses Sonntags und der Aufruf des Predigttextes. Der Text erzählt von Fülle und vom mütterlichen Trost Gottes. Bilder der Fürsorge und des Überflusses prägen die Worte Jesajas.

Macht euch auf die Suche nach Spuren dieser Fülle auf eurem Weg. Entdeckt gemeinsam im achtsamen Wahrnehmen und im Austausch miteinander, die Spuren der Fürsorge Gottes in der Schöpfung: Neben noch kahlen Bäumen werdet ihr vielleicht Bäume und Büsche entdecken, die schon in voller Blüte stehen. Zwischen vertrocknetem Gras vom Vorjahr wachsen frische, grüne Halme. Wenn ihr im Wald unterwegs seid, haltet Ausschau nach Buschwindröschen und anderen Frühblüher.

Vielleicht trifft ihr auf Tiere in der Natur. Nehmt die Gerüche wahr – berührt behutsam tastend die vollen Knospen der Bäume. Legt euer Ohr an die Rinde eines glatten Baumstammes (z.B. Buche) – wenn es ganz still ist, könnt ihr jetzt im März (und nur im März) das Rauschen seiner Lebensäfte hören. Vielleicht ist die Luft noch so kühl, dass ihr mit Mütze und Schal unterwegs seid – doch wenn die Sonne scheint, dann haltet eure Gesichter für ein paar Augenblicke in die wärmenden Strahlen und spürt den Unterschied.

Antwort geben

Tauscht euch aus, was ihr von euren Entdeckungen mit in euren Alltag nehmen möchtet: Was stärkt und tröstet mich? Erwächst daraus ein konkretes Vorhaben für die nächste Woche?

Wenn ihr mögt oder mit Kindern unterwegs seid, Bevor ihr euren Weg beendet, könnt ihr Gott um Trost für die Menschen in dieser verunsicherten Welt bitten. Wenn ihr mögt, nennt dabei konkrete Namen von Menschen, an die ihr besonders denkt:

Vorschlag für ein gemeinsames Gebet

Wohin wir uns auch wenden,
erblicken wir dein Angesicht, Gott.
Wohin wir auch sehen,
wir finden Spuren deiner Sorge für diese Welt.

Wir bitten dich:

Tröste wie eine Mutter alle, die sich in diesen Tagen um einen kranken Menschen sorgen....
Tröste alle, die sich in diesen Tagen einsam und allein fühlen...

Tröste alle, die sich in diesen Tagen um ihre materielle Sicherheit sorgen....
Lass uns stark sein mit einander und für einander, achtsam und besonnen,
verbunden mit dir und allem, was lebt.
Amen.

Wenn ihr es im Herzen habt, sprecht miteinander das Vater Unser.

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 unsern 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 erbitten

Bittet Gott um seinen Segen für den Weg und die Zeit, die vor euch liegt.

Segne uns, Gott,

die Erde unter unseren Füßen,

segne uns, Gott,

den Weg, auf dem wir gehen,

segne uns, Gott,

das, was wir so sehr wünschen.

Du, der du ewig bist,

segne uns unsere Rast.

Segne uns,
worauf sich unser Glaube richtet.

Segne uns,
worauf sich unsere Liebe richtet.

Segne uns,
worauf sich unsere Hoffnung richtet.

Gott des Lebens,

segne uns den Blick unserer Augen und Herzen.

Amen

Diese Segensbitte ist angelehnt an ein altes schottisches Pilger-Gebet.

Beendet euren Spaziergang so wie es jetzt gerade passt – im Schweigen oder im Austausch über das gemeinsam Erlebte.

Bleibt behütet und gesund!