

Ein Gottesdienst in dieser anderen Zeit

Kleiner Lomersheimer Lese-Gottesdienst

Zum 22.3.2020

Liebe Leserin, lieber Leser,

leider müssen wir uns auf eine Zeit einstellen, in der wir mehrere Sonn- und Feiertage keinen Gottesdienst in der Kirche feiern können.

Gottesdienste im Internet und Fernsehen sind für diese Zeit eine gute Alternative. Um dennoch meine persönlichen Gedanken mit Ihnen zu teilen, schreibe ich diesen Lese-Gottesdienst.

Als Hörversion ist der Gottesdienst besser geeignet als zum Lesen. Eine Hörversion habe ich an alle Mitarbeiter verschickt. Vielleicht haben Sie Zugang dazu.

Ansonsten, machen Sie es sich jetzt bequem zum Lesen. Schön wäre es, wenn Sie eine Kerze anzünden, sich einen Moment die Flamme anschauen und dann weiter lesen. Im Folgenden werde ich in der „Du-Form“ schreiben.

Wellen werfen uns hin- und her. Es geht hoch und runter. Unser Leben hat sich in wenigen Tagen so massiv verändert, wie es kaum jemand von uns bisher erlebt hat. Wir sind in einen Sturm geraten. Alle zusammen. Mitten im Sturm. Das ist das Thema für diesem Lese-Gottesdienst. Mitten im Sturm.

Unser Leben ist gezeichnet vom Virus-Sturm. Was tun um nicht seekrank zu werden?

Egal welcher Sturm um uns tobt, gibt es ein einfaches Mittel, das gut tut. Es ist die Stille. Einen Moment aufhören irgendwas anderes zu tun. Einen Moment einfach still werden. Zur Ruhe kommen. Sich fallen lassen.

Stille ist das, was ich dir jetzt schenken möchte. Einfach Stille. Versuch zunächst ruhig zu werden, schließ deine Augen, genieße die Stille und wenn du möchtest, kannst du ein Gebet sprechen oder ein Lied singen. Nimm einfach das Lied, das dir in dem Moment in den Sinn kommt.

Ein Moment der Stille

Stille

Ganz bei mir. Mit mir verbunden.

Nichts muss sein.

Ich darf einfach sein.

Bei mir sein.

Stille.

Ganz bei mir. Mit dir verbunden.

Ich darf sein.

Ich öffne mich neu.

Und höre.

Die Welt um mich ist eine tiefblaue, schwankende Landschaft. Ich bewege mich nicht nur hoch und runter, sondern schaukle unregelmäßig von links nach rechts. Mal auf den höchsten Wellengipfel und tief hinab ins Tal, mal weniger hoch. Alles schwankt. Mein Boot gleitet geschmeidig über das

Wasser, aber meine Orientierung ist gestört. Wo bin ich? Die Welt um mich schwankt. Und ich bin mittendrin. Wenn das so weiter geht, werde ich seekrank. Mein Gehirn ist überfordert, weil die Landschaft aus wankenden blauen Wasserbergen sich so ungleichmäßig bewegt. „Schau zum Horizont!“, höre ich die Stimme des Kanulehrers durch die Wellen. Ich hebe meinen Blick und sehe ihn: den markanten Streifen in der Ferne, wo tiefes Meerblau in helleres Himmelblau übergeht. Er ist fest, bewegt sich nicht. Ich fahre in ein Wellental, kann den Streifen nicht mehr sehen, sehe nur noch blau. Doch die nächste Welle trägt mich nach oben. Da ist er, fest und unverändert. Alles schwankt, nur er zeichnet sich fest und klar ab, der Horizont.

Lies jetzt aus der Bibel aus Mk 4,35-39 (Hier aus der Übersetzung der Basisbibel)

Am Abend dieses Tages sagte Jesus zu seinen Jüngern: „Wir wollen ans andere Ufer fahren.“ Sie ließen die Volksmenge zurück. Dann fuhren sie mit dem Boot los, in dem er saß. Auch andere Boote fuhren mit.

Da kam ein starker Sturm auf. Die Wellen schlugen ins Boot hinein, sodass es schon voll lief. Jesus schloß hinten im Boot auf einem Kissen. Seine Jünger weckten ihn und riefen: „Lehrer, wir gehen unter!“ Jesus stand auf, bedrohte den Wind und sagte zu dem See: „Werde ruhig! Sei still!“ da legte sich der Wind und es wurde ganz still.

Wir sind zusammen in einen Sturm geraten. Mittlerweile fast die ganze Weltbevölkerung. Wellen schlagen ins Menschheitsboot. Und ein unangenehmer Gast fährt im Boot mit. Der Gast ist ein Gefühl, das ganz grundlegend zu uns gehört. Es ist: Die Angst. Sie sitzt im Boot bei den

Jüngern. Und sie sitzt in unserem Menschheitsboot. In jedem Menschen in seiner Form: noch leichte Ungewissheit, Sorge um sich und um andere, Bangen um die Zukunft, waberndes Unbehagen, nicht-wahr-haben-wollen, Bedrohung der Gesundheit, verdrängte Panik, Beklemmung beim Gedanken an die Folgen... Angst. Angst vor dem Jetzt. Und Angst vor dem Morgen und Übermorgen. Die Angst fährt mit in unserem Boot.

Was können wir tun um nicht seekrank zu werden?

So wie es für ein Boot auf dem Wasser das A und O ist, Balance zu halten, so ist sie es auch für uns. Balance. Auf der einen Seite: „Werde ruhig! Sei still!“ und auf der anderen Seite: „Tu was, egal was.“

Werde ruhig. Sei still.

Damit haben wir diesen Gottesdienst angefangen. Stille. Ruhig werden. Auch im Sturm die Stille suchen. Sich Auszeiten nehmen von den vielen Nachrichten, die um uns toben. Äußerlich haben wir Stille gesucht, sind ruhig geworden. Wenn du einen Schritt weiter gehen möchtest, kanns du dich auch fragen: Wie du innerlich ruhig werden kannst.

Hast du Gedanken, die du gerne denkst, deine Lieblingsgedanken?

Welcher Gedanke gibt dir Halt?

(Ist es der Gedanke an eine stabile Beziehung,

jemand, der jetzt bei dir ist

oder: ein Ort, wo du Geborgenheit fühlst,

oder: deine Fähigkeiten, etwas, das du gerne machst,

oder: der Gedanke an Gott, der bleibt und nicht schwankt...?)

Was hat sich für dich in den letzten Wochen nicht verändert?

Was ist für dich wie der Horizont? Fest und immer da?

Such dir einen Gedanken aus, der dir Halt gibt. Und bleib einen Moment nur bei diesem Gedanken.

Es ist ein wichtiger Gedanke. Dein Gedanke.

Stell dir jetzt vor deinem inneren Auge ein tosendes Meer vor. Blau über Blau über Blau. Und dann darüber den hellblauen Himmel.

Kannst du es sehen? Dein Bild aus Blau und Blau? Das Entscheidende ist der Streifen. Die klare Kante, wo meerblau auf himmelblau trifft. Der Horizont.

Hol jetzt deinen Halt gebenden Gedanken noch einmal hervor, und schreibe ihn direkt über den Horizont. Wort für Wort. (Mach eine kleine Pause.) Dann schau dir dein Bild nochmal an. Es ist dein Bild. Deine Vorbeugung, um in diesem Sturm nicht seekrank zu werden. Schau dir dein Bild immer wieder an.

Und um in der Balance zu bleiben: werde aktiv. Das Naheliegendste ist, dass du dir nach dem Hören des Audios ein Blatt Papier und blaue Farbe suchst, und dein inneres Bild aufmalst. Einfach blau und blau. Dafür braucht man keine besondere Begabung zum Malen.

Aktiv werden ist ein Wundermittel gegen Angst. Die Jünger haben Wasser geschöpft und Jesus geweckt. Angst kann sich ausbreiten, wenn wir es uns zu Hause nur passiv bequem machen. Viele Stunden Fernsehen, Videos kucken und Audios anhören. Wenn wir passiv bleiben, füttern wir die Angst in uns. Sie wächst am besten, wenn wir sitzen, schauen und hören. Aufstehen, was anpacken, sich bewegen (soweit es geht), ist wie Wasser

schöpfen gegen die Angst. Hast du schon Ideen, wie du in dieser Zeit aktiv sein kannst? Die Grundregel dafür ist: Tu was, egal was.

Ein braunhaariger Rechtsanwalt, säht Kürbissamen in Blumentöpfe.

Ein neu-zugezogener Arbeiter, macht jeden Abend Musik an seinem Fenster.

Eine kreative Sekretärin macht ein Fotobuch für ihre Frau.

Ein sportlicher Ingenieur schreibt eigene Gedichte.

Eine zärtlicher Opa malt wilde Bilder mit Wasserfarbe.

Eine frisch verliebte Unternehmensberaterin räumt ihre Garage auf.

Ein bärtiger Tischtennis-Trainer fährt für Omis zum Einkaufen.

Eine blonde Gitarristin verschenkt Klorollen aus ihrem Vorrat.

Ein geschiedener Versicherungsmakler schreibt einen handschriftlichen Brief.

Ein humorvoller Programmierer näht einen bunten Strampelanzug für seinen Neffen.

Ein ruhiger LEse-Gottesdienst-Leser malt ein blaues Bild.

Tu was, egal was.

Amen.

Ich wünsche dir eine aktive Woche mit wohltuenden Ruhezeiten und dem Blick auf deinen Horizont. Deine Susanne Conza