

Meinem Glauben Raum geben
12 Abende der Besinnung

Sorge dich nicht...

Zeit und Raum
von sich selber
Abstand zu nehmen

Die Perle der Gelassenheit

Du Stern des Abends

Eingangsvotum: Gott, der in väterliche Liebe am Anfang die Welt erschuf, Jesus Christus, das menschliche Wort unseres Schöpfers, Sohn des lebendigen Gottes, der Heilige Geist, der uns öffnet für die Weite Gottes – der dreieinige Gott, sei mit uns allen. Er lasse uns Ruhe finden in ihm. Amen

Stille

Füh-re und lei-te mich, mein Gott. Voll-en-de du, was ich be - gin-ne.

(c) Text und Melodie: Jürgen Grote (2006)

Aus Psalm 127

Wenn der HERR nicht das Haus baut,
so arbeiten umsonst, die daran bauen.

Wenn der HERR nicht die Stadt behütet,
so wacht der Wächter umsonst.

Es ist umsonst, dass ihr früh aufsteht
und hernach lange sitzt

und esset euer Brot mit Sorgen;
denn seinen Freunden gibt er es im Schlaf.

Füh-re und lei-te mich, mein Gott. Voll-en-de du, was ich be - gin-ne.

(c) Text und Melodie: Jürgen Grote (2006)

Will ER das Haus nicht erbauen,
wahnhaft müh'n sich dran seine Erbauer.

Will ER die Stadt nicht behüten,
wahnhaft durchwacht der Hüter.

Wahrheit ist's euch
die ihr überfrüh aufsteht,
die ihr euch überspät hinsetzt,
die das Brot der Trübsal ihr esset: -
Rechtes,
im Schlaf gibt er's seinem Freund.
(Übersetzung nach Martin Buber)

Füh-re und lei-te mich, mein Gott. Voll-en-de du, was ich be-gin-ne.
(c) Text und Melodie: Jürgen Grote (2006)

Stille

Meine Hoffnung und meine Freude

Biblischer Text : Mt 6, 25-34

Darum sage ich euch: Sorgt nicht um euer Leben, was ihr essen und trinken werdet; auch nicht um euren Leib, was ihr anziehen werdet. Ist nicht das Leben mehr als die Nahrung und der Leib mehr als die Kleidung?

Seht die Vögel unter dem Himmel an: sie säen nicht, sie ernten nicht, sie sammeln nicht in die Scheunen; und euer himmlischer Vater ernährt sie doch. Seid ihr denn nicht viel mehr als sie?

Wer ist unter euch, der seines Lebens Länge eine Spanne zusetzen könnte, wie sehr er sich auch darum sorgt?

Und warum sorgt ihr euch um die Kleidung? Schaut die Lilien auf dem Feld an, wie sie wachsen: sie arbeiten nicht, auch spinnen sie nicht.

Ich sage euch, dass auch Salomo in aller seiner Herrlichkeit nicht gekleidet gewesen ist wie eine von ihnen.

Wenn nun Gott das Gras auf dem Feld so kleidet, das doch heute steht und morgen in den Ofen geworfen wird: sollte er das nicht viel mehr für euch tun, ihr Kleingläubigen?

Darum sollt ihr nicht sorgen und sagen: Was werden wir essen? Was werden wir trinken? Womit werden wir uns kleiden?

Nach dem allen trachten die Heiden. Denn euer himmlischer Vater weiß, dass ihr all dessen bedürft.

Trachtet zuerst nach dem Reich Gottes und nach seiner Gerechtigkeit, so wird euch das alles zufallen.

Darum sorgt nicht für morgen, denn der morgige Tag wird für das Seine sorgen. Es ist genug, dass jeder Tag seine eigene Plage hat.

Stille

Meine Hoffnung und meine Freude

Meditation zu den Perlen:

Hier muss ich hin, dies darf ich nicht vergessen, jenes will erledigt sein.

Ich kann heute nicht, ich muss unbedingt noch dies oder jenes erledigen.

Tu dies noch, tu jenes noch. Mach das schnell und denk auch dran, dass du das nicht vergisst.

Wir kennen diese Worte, hören die Stimmen, die uns das sagen. Fremde Stimmen von außen – und Stimmen, die aus uns selber kommen.

Und anderes sagen diese Stimmen: was wird noch werden, was kann alles noch kommen. Bedrückungen angesichts der Zukunft machen sich breit. Tage, Wochen, Monate, Jahre – wir schauen sorgenvoll nach vorne und spüren die Last der Zukunft auf unseren Schultern.

Und dann kommt da der, der die Last des Kreuzes trägt, der die Last des Lebens auf seinen Schultern hat: kommt her zu mir, die ihr mühselig und beladen seid, ich will euch erquicken. Sorge dich nicht um den morgigen Tag.

Und irgendwie öffnet sich da der Himmel.

Das Blau dieses geöffneten Himmels ist die Farbe der Perle der Gelassenheit.

Der Himmel ist weit und groß – ich bin klein, ein winziger Teil dieser Erde.

Unter der Güte des Himmels stehend darf ich mir sagen lassen: Gott trägt diese Welt und Gott hat Geduld mit uns.

Ich muss mich nicht aufregen über alles und jedes, daran hängt mein Leben nicht.

Ich muss nicht immer hetzen, die Ewigkeit hat Zeit. Lauf nicht immer hinterher, sei einfach einmal da, hier und jetzt an diesem Ort. Alles andere hat zu anderer Zeit seine Bedeutung. Gelassenheit, das hat mit lassen zu tun: los-lassen, weg-lassen, ab-lassen, zu-lassen, sich einlassen.

Jesus sagt: Lass dir Zeit, gib dir Ruhe, nimm dir Raum zum Leben – Gott schenkt ihn dir. Habe Geduld mit dir und anderen, Gott hat sie auch für dich und die anderen. All eure Sorge werft auf ihn.

Glück, so sagt jemand, ist die Fähigkeit, das Leben so anzunehmen, wie es ist.

Darum Gott: Schenke mir die Ruhe und Gelassenheit, nicht alles so unendlich wichtig zu nehmen im Alltag meines Lebens.

Stille

Laudate omnes gentes, laudate dominum.

Lobsingt, ihr Völker alle, lobsingt und preist den Herrn

Das walte Gott Vater, Sohn und Heiliger Geist! Amen.

Ich danke dir, mein himmlischer Vater, durch Jesum Christum, deinen lieben Sohn, dass du mich diesen Tag gnädiglich behütet hast, und bitte dich, du wolltest mir vergeben alle meine Sünde, wo ich Unrecht getan habe, und mich diese Nacht gnädiglich behüten.

Denn ich befehle mich, meinen Leib und Seele und alles in deine Hände. Dein heiliger Engel sei mit mir, dass der böse Feind keine Macht an mir finde.

Vaterunser - Segenswort

Du Stern des Abends

Stille

Ablaufidee:

Uta Bartels, Pfr. Jürgen Grote, Petra Lampe, Vikar Dennis Stork
Pfarrverband Groß Elbe Am Pfarrgarten 5 38274 Groß Elbe
www.kirche-in-elbe.de