



KurzGottesdienst zum Selbermachen Juli 2024

*Mach Dir einen Tee und zünde eine Kerze an,
wenn Du magst.
Such Dir einen ruhigen, angenehmen Platz.
Komm zur Ruhe. Lass Deine Gedanken los.
Atme einfach ruhig.
Sei jetzt ganz bei Dir.*

*Sprich:
Unsere Hilfe kommt von dem Herrn.
Er hat Himmel und Erde gemacht.
Er hält Wort und Treue ewiglich
Und lässt nicht los ein Werk seiner Hände. Amen*

*Bete:
Gott,
manchmal habe ich Angst - nicht alles im Griff zu haben.
Dass mir alles entgleitet. Das Tagtägliche.
Manchmal habe ich Furcht. Richtig Furcht.
Tiefgreifende Furcht.
Ohne Ausweg.
Und dann bist du da: mit deiner bedingungslosen Liebe.
Und sagst: Fürchte dich nicht! Du gehörst zu mir!
Und ich? Ich sag: Ja!
Amen*

*Lies: **Fürchte dich nicht, ich habe dich befreit.
Ich habe dich bei deinem Namen gerufen, du gehörst zu mir.***

Jesaja 43,1

Ehrlich gesagt: Wir fürchten uns wohl unterschwellig ständig, oder? Um Leib und Leben. Genauso ist es mit der Angst, jede Orientierung, jede Kontrolle zu verlieren. Oder der Furcht, beschämt, erniedrigt zu werden. Oder mit der Angst, irgendwann und irgendwo, mutterseelenallein da zu stehen. Niemanden zu haben, zu dem man gehört, niemanden, mit dem man verbunden ist. Angst dient dem Selbstschutz. Er kann sogar im Spiel sein, wenn wir andere Menschen besser verstehen wollen, weil wir in Frieden mit ihnen leben wollen. Manchmal passt man sich aus lauter Angst so an, dass man sich selbst verliert. Dann dominiert nicht die Zuneigung zu anderen, sondern nur noch die Angst vor dem Alleinsein.

Will man Beziehungen wegen der anderen Menschen pflegen, dann also ist Angstfreiheit, besser Furchtlosigkeit besonders gefragt.

Angst und Furcht habe ich in einem Zuge genannt. Aber, sie sind unterschiedlich. Angst ist eine archaische Reaktion in bedrohlichen Situationen. Das Sich-Fürchten ist weniger spontan. Im Sich-Fürchten steigt einem ins Bewusstsein, was man in sich selbst erlebt. Im Uns-Fürchten erkennen wir nicht nur, wovor wir uns fürchten, sondern auch, wer wir selbst sind. Jeder und jede von uns mit unseren ganz persönlichen Geschichten.

Im Christentum geht es um die große Liebesgeschichte Gottes zur Schöpfung. Es geht deshalb auch um die kleinen Geschichten zwischen Schöpfer und Geschöpf. Gott - so steht es bei Jesaja - ruft uns mit Namen. Jeden und jede mit der eigenen Furchtgeschichte. Jeden und jede mit der eigenen Sehnsuchtsgeschichte.

Gott ruft uns beim Namen. Das weckt auch die Erinnerung daran, wie oft wir schon als besondere Wesen angesprochen wurden. Die Erinnerung an Spuren der Liebe in unserem Leben - sie löst uns von der Fixierung auf die Furcht. Die Spuren der Liebe verwandelt unsere Erde nicht in einen Ort der Glückseligkeit. Aber schon die Erinnerung an Spuren beglückender Liebe - sie kann lockern und den Mut stärken, wir selbst zu sein: Gottes Kinder, frei und fähig zum aufrechten Gang, zum offenen Blick. Amen

Bete:

Unser Vater 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 unseren 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

Bitte Gott um seinen Segen:

Herr, segne uns und behüte uns.
Lass dein Angesicht leuchten über uns und sei uns gnädig.
Herr, erhebe dein Angesicht auf uns.
Und gib uns deinen Frieden.
Amen

Heike Bliklager, Pfarrerin