

## KurzGottesdienst zum Selbermachen

Mach Dir eine Tasse 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:  
*Du, unser Gott,  
ich suche Deine Nähe.  
Vieles ist auf mich und auf uns eingestürzt.  
Ständig neue Nachrichten, neue Apelle und Regeln.  
Ich fürchte mich. Ich bin unsicher.  
Aber eins weiß ich: Du bist da!  
Du hilfst mir, du stärkst mich, du beschützt mich.  
Sei bei mir! Amen*
- Lies laut vor:  
*„Meine Seele ist stille zu Gott, der mir hilft!“ (Psalm 62, 2)*
- Lies nun die Predigt:

Liebe Gemeinde,

gestern öffnete ich meine Fenster weit, wie jeden Morgen... .

Normalerweise flutet dann schon der Lärm der Innenstadt herein: Autohupen, schimpfende Radler, streitende Kinder im Nachbarhof, telefonierende Nachbarn auf dem Balkon nebenan, in allen Sprachen.

Gestern öffnete ich nun meine Fenster weit, wie jeden Morgen, und es war still... .

Meine Stadt war noch nie so still, dachte ich.

Und ich habe es genossen! Durchgeatmet, gehorcht, auch still geworden.

Mir kam ein Satz in den Sinn: Meine Seele ist Stille zu Gott... .

Ja, ein wunderschönes altes, uraltes Wort aus den Psalmen.

Tief empfunden habe ich das: Meine Seele ist stille zu Gott.

Und mir wurde mulmig, als mir wieder bewusst wurde, warum es so still ist, in meiner sonst so lärmenden Stadt.

Zwangspause. Verordnete Stille.

Unheimlich.

Donnerstag noch ein übervoller Kalender: dies muss ich noch und das muss ich noch; Mensch, wann soll ich das dann auch noch reinquetschen... Gemeindebrief und Predigt schreiben und dann Presbytersitzung und Ausschusssitzungen und dann Absprachen mit Mitarbeiterinnen und Handwerkern und ... das Telefon klingelt... und dann: Bäähmm! Alles abgesagt! Nichts geht mehr!  
Verordnete Pause. Verordnete Stille.

Selbstverständlich! Ohne Frage! Kein Widerstand! Es geht um die Schwachen und Älteren! Wenn nicht wir, Kirche, wer dann sonst hat ein sofortiges und absolutes Einsehen!

Und dann fällt mir ein Gedicht der für mich unangetasteten Queen unter den Theologinnen ein:

Du sollst dich selbst unterbrechen  
Zwischen Arbeiten und Konsumieren  
soll Stille sein und Freude,  
dem Gruß des Engels zu lauschen:  
Fürchte dich nicht!  
Zwischen Aufräumen und Vorbereiten  
sollst du es in dir singen hören,  
das alte Lied der Sehnsucht:  
Maranata, komm, Gott, komm!  
Zwischen Wegschaffen und Vorplanen  
sollst du dich erinnern an den ersten Schöpfungsmorgen,  
deinen und aller Anfang,  
als die Sonne aufging ohne Zweck  
und du nicht berechnet wurdest  
in der Zeit,  
die niemandem gehört  
außer dem Ewigen.  
(Dorothee Sölle)

Zwangspause. Verordnete Stille.

Unheimlich. Ja. Ein furchtbarer Grund. Angst sitzt im Nacken.

Und gleichzeitig: eine riesige Chance!  
Innezuhalten, still zu werden, in sich hinein zu hören und zu schweigen.  
Wesentlich zu werden.  
Einander wesentlich zu begegnen.  
Meinetwegen nun am Telefon, im Netz, online!

Werden wir kreativ! Lassen wir doch einen schöpferischen Neubeginn zu!

Raus aus dem ewigen Stress, der Unbarmherzigkeit des Alltags und den Ansprüchen an sich selbst und von anderen!

Jeder kreative Prozess braucht Hohl- und Warteräume, Leere, in der sich eine Krise zu allererst anbahnen kann, in der die Preisgabe von Routinelösungen möglich und Frustration unumgänglich sind und aus der heraus das Geschenk erarbeiteter echter Lösungen das Ergebnis wird...schreibt mein alter Professor aus Marburg. Krass!

Wenn es uns gelingt, liebe Gemeinde, nicht in eine destruktive Schockstarre zu verfallen, sondern besonnen, offen und liebevoll diese ganze furchtbare Situation als Möglichkeit begreifen, die uns neue Gedanken oder neue Blickrichtungen schenkt, wenn es uns gelingt, eine Art Mantra, eine Art Denkwerkzeug aus der Stille für die Stille entstehen zu lassen, dann erschaffen wir aus dem ganzen Desaster etwas Heilsames, etwas Wunderbares, etwas Gutes, etwas Tragfähiges für alles Schwere und Anstrengende, das die Situation vielleicht noch mit sich bringt, wer weiß.

Der Psalm, der mir gestern Morgen an meinem weit geöffneten Fenster in den Sinn kam, der endet voller Hoffnung.  
Meine Seele ist stille zu Gott, der mir hilft!

Ja, so ist das. Davon will ich mich inspirieren lassen!

Zwangspause. Verordnete Stille.

Ich fürchte dich nicht, ich nehme dir den Wind aus den Segeln, verwandle dich in Gutes, in Achtsamkeit, in Segen.

Meine Seele ist stille zu Gott, der mir hilft. Ja, so ist das! Amen

- Sprich:  
*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*
- Und bitte Gott nun 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 Frieden. Amen*

Heike Blikslager, Pfarrerin