

Passionsandachten 2022 „Üben – 7 Wochen ohne Stillstand“
– „Mein Ziel“

Glockengeläut

Musik zum Eingang

Votum: Wir feiern diese Passionandacht im Namen des Vaters,
des Sohnes und des Heiligen Geistes. **Amen**

Unsere Hilfe steht in Namen des Herrn,

der Himmel und Erde gemacht hat.

Begrüßung:

Willkommen zur Passions- und Friedensandacht: „Üben – 7
Wochen ohne Stillstand“. Heute: „Mein Ziel.“

Wir wollen miteinander beten und auf Gotteswort hören. Wir
können ein Bild betrachten und ein Hörspiel erleben.

Lassen Sie uns einen gemeinsamen Weg durch die Passionszeit
gehen, die Fastenzeit vor Ostern: die Zeit, in der wir des Leidens
und des Sterbens Jesus gedenken. Und uns auf das Fest der
Auferstehung vorbereiten. In diesen Tagen wollen wir auch für
den Frieden in der Ukraine beten, wo nun schon den 7 Tag Krieg
ist.

Danke, an alle, die diese Gottesdienste mit vorbereitet haben und
mitgestalten und mitfeiern.

Psalmlesung: Psalm 1

Glücklich ist der Mensch, der nicht dem Vorbild der Frevler folgt
und nicht den Weg der Sünder betritt.

Mit Leuten, die über andere lästern, setzt er sich nicht an
einen Tisch.

Vielmehr freut er sich über die Weisung des HERRN. Tag und
Nacht denkt er darüber nach und sagt Gottes Wort laut vor sich
hin.

Er gleicht einem Baum, der am Wasser gepflanzt ist.
Früchte trägt er zu seiner Zeit, und seine Blätter welken
nicht. Alles, was er tut, gelingt ihm gut.

Anders ist das bei den Frevlern: Sie gleichen der Spreu, die der
Wind vom Dreschplatz fegt.

Darum können die Gewalttätigen vor dem Gericht nicht
bestehen. Und für die Sünder ist kein Platz in der Gemeinde
der Gerechten.

Ja, der HERR achtet auf den Weg, den die Gerechten gehen.

Doch der Weg der Gewalttätigen führt in den Untergang.

Liedruf: Herr, gib uns deinen Frieden!

Gott, du sagst: Übt Geduld! Hofft auf mich! Das ist nicht immer
leicht. Stärke unsere Geduld! Mach unsere Hoffnung groß!

Wir rufen: Herr, gib uns deine Frieden!

Jesus Christus, du sagst: „Trachtet zuerst nach dem Reich Gottes und nach seiner Gerechtigkeit, so wird euch das alles zufallen.“
Hilf uns zu erkennen, was gerecht ist und wie wir Gerechtigkeit üben können!

Wir rufen: Herr, gib uns deinen Frieden!

Heilige Geistkraft, du bewegst wie der Wind, du erleuchtest wie der zündende Funke. Wenn wir uns leer fühlen, erfülle uns! Wo Stillstand herrscht, setz du uns in Bewegung!

Wir rufen: Herr, gib uns deinen Frieden!

GNADENZUSPRUCH

Glücklich ist der Mensch, der nicht dem Vorbild der Frevler folgt und nicht den Weg der Sünder betritt. Ja, der HERR achtet auf den Weg, den die Gerechten gehen. (Worte aus Psalm 1)

Tagesgebet:

Jesus Christus, du hast gezeigt, wie man mit Gottvertrauen glücklich werden kann. Du hast vorgelebt: Gottvertrauen trägt sogar durch Leiden und Tod.

Wir bitten dich: Gib uns deine Kraft und deinen Geist, damit unser Vertrauen in Gott tiefer wird in unseren schweren Stunden genauso wie in den Tagen voller Glück.

Amen.

Bild und Hörspiel: Alles auf Anfang

1. WOCHE: MEIN ZIEL

Bild 1 „Hände“



Sprecher/in: Üben! Sieben Wochen ohne Stillstand. *(Pause)*

Erste Woche: Mein Ziel. *(Pause)*

Aus dem Buch Jesaja: „Es wird zur letzten Zeit der Berg, da des HERRN Haus ist, fest stehen, höher als alle Berge, und viele Völker werden hingehen und sagen: Kommt, lasst uns hinaufgehen zum Berg des HERRN, zum Hause des Gottes Jakobs, dass er uns lehre seine Wege und wir wandeln auf seinen Steigen! Und Gott wird richten unter den Nationen und zurechtweisen viele Völker. Da werden sie ihre Schwerter zu

Pflugscharen machen und ihre Spieße zu Sicheln. Denn es wird kein Volk wider das andere das Schwert erheben, und sie werden hinfort nicht mehr lernen, Krieg zu führen. Kommt nun, ihr vom Hause Jakob, lasst uns wandeln im Licht des HERRN!“

(etwas längere Pause. Während das Lutherzitat verlesen wird, tritt Marc auf, bestückt seine Hantelstange und beginnt mit ersten Übungen)

Martin Luther schreibt: „Das Leben ist keine Frömmigkeit, sondern ein Fromm-Werden. Keine Gesundheit, sondern ein Gesund-Werden. Kein Wesen, sondern ein Werden. Keine Ruhe, sondern ein Üben. Wir sind es noch nicht; werden es aber. Es ist noch nicht getan oder geschehen, es ist aber im Gang und im Schwang. Es ist nicht das Ende, es ist aber der Weg.“*

Wir sehen Marc, der mit seiner Hantelstange erste Übungen beginnt. Marie kommt hinzu, auf ihrem Smartphone tippend und wischend, blickt dann erstaunt auf Marc

Marie: Hey Marc, was machst du denn hier oben auf dem Dachboden und an deiner alten Hantelstange? So aktiv habe ich dich ja ewig nicht mehr gesehen.

Marc: Das stimmt, ich hocke den ganzen Tag am Schreibtisch. Das Homeoffice hat das Ganze noch verschlimmert. Höchste Zeit, mal wieder in die Gänge zu kommen, ich roste ja ein! Außerdem ist Fastenzeit, und das Motto heißt diesmal: „Üben! Sieben Wochen ohne Stillstand.“ Das passt doch bestens für einen Neustart, oder?

Marie: *(begeistert)* Ist ja witzig – gerade habe ich auch über diese Fastenaktion im Netz gelesen. Cooles Motto! Richtig gut, um nach der langen Zeit mit Lockdown und Stillstand, Vorschriften, Einsamkeit und Langeweile wieder auf die

Beine zu kommen. Und meine Matte hast du gleich mit ausgerollt! Wenn das kein Motivationsschub ist!

Sie geht zur Matte, zieht Schuhe und Strümpfe aus und beginnt mit einfachen, dann komplizierteren Qigong-Figuren. Während auch Marc seine Übungen intensiviert.

Marie: Von wegen komplett aus der Übung! Es sieht ganz schön schwer aus, was du da hebst.

Marc: Aber deine Figuren sehen auch ganz schön schwer aus – nur eben nicht in Kilo gemessen, sondern in Haltung oder Dehnung oder Gleichgewicht oder Schönheit ... Was weiß ich, ist schwer, in Worte zu fassen.

Marie: Leicht und schwer, Anfang und Fortschritt sind wohl für jeden etwas anderes. Und denke nur an die vielen kleinen und großen Ziele, die man sich erträumen und setzen kann: die sozialen, die politischen, die umweltbezogenen – und eben auch die sportlichen.

Marc: Stimmt. Leichte und schwere Übungen sind für jeden etwas anderes. Tatsächlich habe ich gerade gar nicht viel Gewicht aufgelegt, zumindest nicht nach meinen Maßstäben. Ich war früher mal in ganz anderen Dimensionen.

Marie: Und diese Qigong-Figur war auch nicht schwer. Sie heißt „Zerteile die Wolken und halte den Mond“. Aber sie ist erst der Anfang. Du solltest mal den „Der weiße Kranich zeigt seine Schwingen“ sehen! Es gibt viel kompliziertere Figuren. Aber Spaß machen sie alle – und sie bringen mich näher zu mir selbst und in meine Mitte.

Marc: Was heißt „Qigong“ eigentlich?

Marie: „Qi“ bedeutet im Chinesischen so viel wie „Lebensenergie“. Und „Gong“ ist „Arbeit, Weg und Üben“. Also: „Stetes Üben und Arbeiten mit und an der Lebensenergie“.

Marc: (*grinsend*) Dachte ich mir's doch fast. Na ja, dann lass uns an die Arbeit gehen. Den ersten Schritt haben wir schon gemacht: Wir haben angefangen, und wir haben ein konkretes Ziel: Wieder dahin kommen, wo wir einmal waren. Das ist doch schon viel. Und sieben Wochen sind eine lange Zeit.

Gedanke:

„Da werden sie ihre Schwerter zu Pflugscharen machen und ihre Spieße zu Sicheln. Denn es wird kein Volk wider das andere das Schwert erheben, und sie werden hinfort nicht mehr lernen, Krieg zu führen“

Eine schöne Vision des Propheten Jesaja.

Als diese Texte ausgewählt wurden hat wohl keiner geglaubt, dass das Gegenteil der Fall sein wird.

Nicht Schwerter zu Pflugscharen, sondern die Ankündigung von Nachrüstung, Aufrüstung.

Nicht Frieden sondern Krieg!

Kein Hände reichen sondern Fäuste ballen.

Erschreckend, was uns seit einer Woche beschäftigt.

Grausam, was sich in Mitten in Europa auch in diesem Moment ereignet.

Krieg in der Ukraine

Zerstörung von Städten

Vertreibung von Menschen

Mord an der Menschheit.

Menschen auf der Flucht.

Wir gehen auf Ostern zu. Das Fest der Auferstehung.

Aber in diesem Jahr führt uns dieser Weg durch großes Leid.

Üben – 7 Wochen ohne Stillstand ist das Thema der Fastenaktion.

Stillstand wird es nicht geben. Und was werden wir üben?

Krieg führen?

Ich hoffe nicht!

Ich hoffe, wir können uns darin üben, wie wir uns in Frieden begegnen.

Der Krieg darf uns nicht zerreiben.

Der Krieg darf uns nicht zu Kriegstreibern machen.

Der Krieg darf uns nicht entzweien.

Wir müssen uns einsetzen für den Frieden.

Den Frieden bei uns!

Den Frieden in der Welt.

Wir wollen nicht lernen Krieg zu führen.

Unserer Ziele sollten andere sein.

Auch wenn Krieg ist, lade ich sie ein DENKEN sie über ihre ZIELE nach.

Hanteltraining oder Qigong?

Sich für die nächsten 7 Wochen etwas vornehmen, was uns gut tut, was unseren Blick erweitert. Was vielleicht bei etwas anknüpft, was mir schon einmal gut getan hat.

Vielleicht nehmen wir uns etwas vor, was uns dem Frieden näher bringt, bei uns im Kleinen und auch in der Welt.

Mit offenen Sinnen und Herzen in die Welt schauen und gemeinsam für den Frieden beten.

Zeichen setzen gegen das Einerlei des Alltags, gegen Krieg und Gewalt.

Behalten wir die Vision des Propheten Jesaja im Blick.

Setzen wir uns ein für den Frieden in der Welt.

IMPULSFRAGEN:

1. Was ist mein Ziel – heute, in der Fastenzeit, im Leben?
2. Warum möchte ich dahin?
3. Habe ich schon begonnen, mich auf den Weg dorthin zu machen?

Lied: Wenn das Brot das wir teilen EG.E 28

Gebete aus der Gebetswand:

Gott hilf uns, einander in schweren Zeiten des Lebens nah zu sein. Dass wir das Leid miteinander teilen können und es so etwas leichter werden kann.

Wer denken vor die an die Menschen, die heute großes Leid erleben - schweigen

An die vielen Menschen, die jetzt im Krieg in der Ukraine leben
– schweigen

An die Kinder und Jugendlichen, denen ihre Zukunftsperspektive genommen wird
– schweigen

An die Frauen, die Gewalt erfahren
– schweigen

An die Alten Menschen, denen die Kraft ausgeht – schweigen

An die Menschen, die jetzt auf der Flucht sind, um diesem Krieg zu entfliehen
– schweigen

An die Menschen, die unfreiwillig als Soldaten in den Krieg gezogen wurden
– schweigen

An die Menschen, die schon jetzt Angehörige durch die Kriegstaten verloren haben
– schweigen

Gib Kraft für die schweren Wege. Stärke uns im Gebet, und tröste die Trauenden, lass uns alle gewiss werden, dass die Liebe und das Leben stärker sind als das Leid und der Tod.

Vater unser

Segen

So geht in diesem Abend und in die Passionszeit mit dem Segen und im Frieden des Herrn.

Der Herr segne Dich und behüte Dich.

Der Herr lasse seine Angesicht leuchter über.

Der Herr erhebe sein Angesicht auf Dich und schenke Dir deinen Frieden.

AMEN.