

## **Ein Gottesdienst, ein Moment der inneren Einkehr, im Sommer 2020**

**– allein in der Kirche oder am Strand oder Zuhause – aber immer durch den Geist verbunden !  
von Pastorin Karoline Jaeger**

*Kerze anzünden*

Die Glocken rufen zum Gebet, zur Sammlung und zur Gemeinschaft.

Was auch immer uns in diesen Zeiten trennt, wir begegnen einander - in Gedanken...

Wir feiern diesen Moment des Innehaltens in Namen dieses dreieinigen Gottes,

Quelle unseres Lebens, Grund unserer Hoffnung, Kraft, die in uns ist. Amen.

### **Lied: Sieh, da hebt die Sonne sich übers Meer (EG 629, 1-3)**

*(Klicken Sie hierzu gerne die Audiodatei auf der Website zum Mitsingen an!)*

1. Sieh, da hebt die Sonne sich übers Meer./ Luft und Welle lodern rot um sie her,/ Licht, dem stummer Jubel entgegenschlägt,/ wenn es an der Küste der Welt anlegt.

2. Atem will ich holen, so tief ich kann,/ will dem Schöpfer singen: Mein Tag bricht an!/ Dank dir, dass die Freude mir wiederkehrt,/ meiner Nacht und Sünde den Sieg verwehrt!

3. Dank, dass du die Sonne mich fühlen lässt!/ Leib und Seele feiern ein Morgenfest./ Wenn das Dunkel schwindet, das Seelenweh,/ sag ich's neu: Dein Wille, mein Gott, gescheh!

### **Gebet**

Gott, hier bin ich.

Allein und doch durch deinen Geist mit vielen verbunden.

In deine Hand lege ich meine Angst und Sorgen.

Lass mich Zuversicht spüren in Dir!

Gott, ich brauche Dich in dieser besonderen Zeit.

Höre mich. Sieh mich an. Lass mich Deine Nähe spüren. Amen.

### **Psalm 36**

HERR, deine Güte reicht, so weit der Himmel ist,  
und deine Wahrheit, so weit die Wolken gehen.

Deine Gerechtigkeit steht wie die Berge Gottes  
und dein Recht wie die große Tiefe.

HERR, du hilfst Menschen und Tieren.

Wie köstlich ist deine Güte, Gott,

dass Menschenkinder unter dem Schatten deiner Flügel Zuflucht haben!

Sie werden satt von den reichen Gütern deines Hauses,  
und du tränkst sie mit Wonne wie mit einem Strom.

Denn bei dir ist die Quelle des Lebens,  
und in deinem Lichte sehen wir das Licht.

### **Meditation mit den Füßen**

Im Sommer und ganz besonders im Urlaub ist vieles möglich, wofür sonst keine Gelegenheit ist.

Wir dürfen loslassen, lange zurückgestellte Wünsche verwirklichen.

Aber nicht immer fällt es leicht, den gewohnten Alltag loszulassen und sich auf eine andere Lebensart einzustellen...

Dazu gibt es eine schöne Übung, die besonders am Strand gut tut:

Strümpfe und Schuhe ausziehen und barfuß gehen!

Das ist ohnehin am Strand viel praktischer, denn wenn ich am Strand die Schuhe anbehalte, sammeln sich darin schnell Sand und Steinchen an und machen das Weiterlaufen unbequem. Mit bloßen Füßen durch den Sand oder durchs Wasser zu laufen... was für eine Befreiung! Es erfrischt und belebt den ganzen Körper.

Den Boden spüren, hart und weich zugleich, und das Trockene und die Nässe.

Manchmal piekst eine Muschel oder ein spitzer Stein... dann ist Vorsicht angesagt.

Mit nackten Füßen bin ich verletzlicher als mit festen Schuhen.

An der Wasserkante probiere ich aus, wie weit ich ins Wasser gehen kann ohne die Klamotten nass zu machen... Strandläufer sind Grenzgänger.

„*Du stellst meine Füße auf weiten Raum*“ sagt der Psalmbeter zu Gott (Psalm 31,9)

Am Strand spüren meine Füße diesen weiten Raum – nahe an diesem grenzenlosen Wasser...

Mit nackten Füßen am Strand kommen mir viele Fragen:

Was für Wege gehe ich? Woher komme ich? Was ist mein Ziel?

Sind es nur die Füße, die die Last meines Lebens tragen?

Mit nackten Füßen komme ich langsamer vorwärts, als mit festen Schuhen.

Ich fühle mich der Erde in besonderer Weise verbunden.

Die Langsamkeit des Barfußlaufens bewahrt mich vor der Flüchtigkeit des Alltags.

Die Zehen graben sich in den Sand, lassen mich neu spüren.

Meine nackten Füße sagen mir: nimm dir Zeit, komm zur Ruhe!

Suche den Grund auf dem du stehen kannst, der dich trägt.

Im Sommer darf vieles anders sein – Gott sei Dank!

### **Fürbittengebet**

Gott, ich bitte Dich für... (fügen Sie hier Ihre Bitte ein - für die Welt und für die Menschen, für die Sie gerade besonders bitten möchten)

### **Vater unser**

**Segen** (eventuell Hände zum *“Segenskörbchen“* falten)

Gott segne uns und behüte uns.

Gott lasse dein Angesicht leuchten über uns und sei uns gnädig.

Gott erhebe dein Angesicht auf uns und schenke uns Frieden. Amen.

### **Lied: Bewahre uns Gott, behüte uns Gott (EG 171)**

*(Klicken Sie hierzu gerne die Audiodatei auf der Website zum Mitsingen an!)*

1. Bewahre uns Gott, behüte uns Gott, sei mit uns auf unsern Wegen.

*Sei Quelle und Brot in Wüstennot, sei um uns mit deinem Segen. (wdh.)*

2. Bewahre uns, Gott, behüte uns Gott, sei mit uns in allem Leiden.

*Voll Wärme und Licht im Angesicht, sei nahe in schweren Zeiten. (wdh.)*

3. Bewahre uns Gott, behüte uns Gott, sei mit uns vor allem Bösen.

*Sei Hilfe und Kraft, die Frieden schafft, sei in uns, uns zu erlösen. (wdh.)*

4. Bewahre uns Gott, behüte uns Gott, sei mit uns durch deinen Segen.

*Dein Heiliger Geist, der Leben verheißt, sei um uns auf unsern Wegen. (wdh.)*

*Kerze auspusten*