Osterfrühschicht 2021

7. Frühschicht 05.04.2021

Emmaus - Ich begegne der Auferstehung

Zünde deine Osterkerze an und nimm dir Zeit.

Lied: In resurrectione tua (Taizé)

<https://www.youtube.com/watch?v=M-hybuhxJg8>

In resurrectione tua Christe, coeli et terra laetentur!

In deiner Auferstehung Christus, freuen sich Himmel und Erde!

Et resurrexit (Martina Pesch)

Er ist auferstanden!

Können wir das glauben, wahrhaft glauben?

Diese eindringlichen Sätze, mit ganzer Konsequenz?

Wir alle kennen die Ostergeschichte, wir haben sie so viele Male gehört oder selbst gelesen.

Können wir glauben, dass Einer,

dass ein Mensch der tot war,

wieder zum Leben erweckt wird?

Aufsteht? Aufersteht?

Die Jünger Jesu waren Menschen wie Du und ich.

Immer wieder hatten sie Seine Worte gehört, hatten zugehört,

auch als er ihnen seinen Tod und seine Auferstehung ankündigte.

Doch jetzt, nach Jesu Tod, blieb scheinbar nichts als Trauer und Desillusion.

Hören wir, was zwei von ihnen uns zu sagen haben, gemeinsam auf dem Weg nach

Emmaus.

Text nach Lk 24, 13-33

Einmal Emmaus und zurück (Karin Osses)

Wir gehen!

Was sollen wir noch hier?

Weinen und klagen?

Eine nutzlose Hoffnung hochhalten?

Tot ist tot!

Auch wir sind sehr traurig...

aber man(n) muss den Tatsachen ins Auge blicken!

Wir gehen!

Doch unterwegs lässt uns das Geschehene nicht los.

Es kommt ein Fremder dazu – weiß er denn nicht...

Während wir erzählen,

ist es, als hörten wir in uns Jesus Stimme.

Als sprächen wir mit seiner Zunge Sätze, die wir so gut kennen...

aber bisher nicht begriffen haben.

Und heute, während wir sprechen,

fallen Jesu Worte wie Samenkörner in fruchtbare Erde.

Doch noch gehen wir weiter – eher wie Träumende.

Angekommen in Emmaus,

an der "warmen Quelle" in Sicherheit,

das duftende Brot vor Augen,

da nimmt es der Fremde und bricht es.

So normal und alltäglich.

Doch wir sehen -völlig unerwartet-, statt des Fremden, - Jesus!

Jetzt verstehen wir!

„Tut dies zu meinem Gedächtnis.“

Es ist so einfach!

Wir sind nicht am Ende - dies ist ein Anfang!

Wir....Ich werde gebraucht!

Keine Nacht mehr muss ich darüber schlafen!

Ich komme!

Gehmeditation (Martina Pesch)

Wir laden Dich nun ein, auch aufzustehen,
und durch Deinen Raum, durch Dein Zuhause zu gehen,
den Gedanken nach zu gehen.

Wie kann Auferstehung geschehen?

Kann ich sie spüren? erleben?

Kann das Wiedererwachen der Natur im Frühling, mit neuer Kraft,
das immer wieder Neuwerden mir da ein Zeichen sein?

Für die beiden Jünger in Emmaus,

ließ das Symbol des Brotbrechens

Jesus lebendig bei ihnen sein.

Vielleicht erinnerst Du Dich an das Symbol für Deine „Lebendigkeit“ vor drei Wochen.

Kann dieses auch ein Symbol für „Auferstehung“ sein,

die ja ganz nah mit Lebendigkeit, Lebendigsein verbunden ist?

Oder ist Auferstehung doch etwas ganz anderes?

Vielleicht braucht es ein anderes Symbol

für Deine Aufbrüche, Dein Neuwerden, Dein Auferstehen im Alltag?

Steh auf und geh und höre dabei das folgenden Lied:

Bleibe bei uns (Elbcanto und Helge Burggrabe)

<https://www.youtube.com/watch?v=xbJue12639U>

Osteraugen (Klaus Hemmerle)

Ich wünsche uns Osteraugen,

die im Tod bis zum Leben sehen,

in der Schuld bis zur Vergebung,

in der Trennung bis zur Einheit,

in den Wunden bis zur Heilung.

Ich wünsche uns Osteraugen,
die im Menschen bis zu Gott,
in Gott bis zum Menschen,
im ICH bis zum DU
zu sehen vermögen.

Und dazu wünsche ich uns
alle österliche Kraft und Frieden,
Licht, Hoffnung und Glauben,
dass das Leben stärker ist als der Tod.

Bete mit uns das „Vater unser“

Leben blüht auf (*Martina Pesch*)

in hummellockenden Blüten
in seelenverwöhnenden Lichtstrahlen,
im leuchtenden Lächeln des DU
im herzensverbundenen Aneinanderdenken,
in doch gewagter Umarmung,
in tanzleichter Zuversicht,

Leben blüht auf an der Schwelle
zum Grab
zu Leid und Einsamkeit
zu Distanz und Vermissen.

Leben blüht auf

wo wir mutig zugewandt bleiben,
wo wir selbstverständlich füreinander da sind,
wo wir uns glücksüberschwemmen lassen,
wo wir zukunftsfrohe Wege gehen
wo wir gesegnet und ein Segen sind.

Leben blüht auf

Segen

Und so geh in die nächste Zeit mit dem Vertrauen, dass das Leben immer wieder neu aufblüht, uns ermutigt, beglückt und Zukunft schenkt.

SEIN Friede sei mit uns allen.

Im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes. Amen

Wir verabschieden uns nun (vorerst) von Euch. Es war für uns eine schöne und intensive Zeit. Vielen Dank, dass Ihr dabei wart, danke auch für die eine oder andere Rückmeldung.

Frohe Ostern

Martina Pesch, Karin Osses

Und wenn du so richtig Halleluja-Stimmung brauchst, dann höre dir noch dies an:

<https://www.youtube.com/watch?v=akb0kD7EHIk>

Halleluja aus „Messias“ von G.F. Händel

Fastenfrühschichten 2021

6. Frühschicht 30.03.2021

Wüste - Ich begegne dem Kreuz und der Hoffnung

Lied: Nada te turbe

<https://www.youtube.com/watch?v=go1-BoDD7CI>

Nichts soll dich ängstigen, nichts soll dich quälen,
wer sich an Gott hält, dem wird nichts fehlen.

Nichts soll dich ängstigen, nichts soll dich quälen,
Gott allein genügt.

(T:Teresa von Avila, M:Taizé)

Text *(Karin Osses)*

Wir ließen dich hochleben
- und fallen,
wir, die Wankelmütigen - in der anonymen Masse.

Wir sagten, wir stehen zu dir
und dachten doch nur an uns,
wir, deine Freunde.

Wir wuschen nicht nur unsere Hände in Unschuld,
doch wir verurteilten, ließen dich leiden, lachten dich aus,
wir, die wir gut lachen haben.

Doch du bist uns nicht zum Opfer gefallen!
Längst in deinem Königtum angekommen,
ziehst du dir das Kreuz an,
wie einen Königsmantel.
Es ist dein Thron.
Aufgerichtet,
schenkst du Vergebung,

linderst deiner Mutter Leid,
gibst Hoffnung den Hoffnungslosen,
und mit deinem letzten Ausatmen
ist alle Bosheit
wie weggeblasen.

Herzlich willkommen zur Fröhschicht in der Karwoche!

Was für ein Wandel in einer Woche! Gerade noch „Hosianna!“ und wenige Tage später „Kreuzige ihn!“

Manchmal sind wir Menschen so. Erst begeistert uns die eine Meinung und dann eine andere. Je nachdem, was wir uns davon versprechen.

Jeder von uns hat gute und böse Seiten in sich. Böse... darf man das so sagen? Man möchte abmildern und sagen: „gute und nicht so gute Seiten“. Doch ich meine „böse“...Lausche in dich hinein. Gab und gibt es nicht auch bei dir Gedanken, vielleicht auch Taten, die nicht aus Liebe geschahen, noch nicht einmal aus einem freundlichen Herzen. Die bloßstellen sollten, die verletzen sollten, die den anderen klein machen sollten, damit du, damit ich, größer erschiene. Situationen, an denen ich am längeren Hebel saß und laut lachen konnte, in dem kurzen Genuss die andere wortlos gemacht zu haben und einiges mehr.

Jesus erlebt in dieser Woche den harten Wechsel der öffentlichen Meinung, den Verrat eines Freundes, die Gleichgültigkeit der anderen Freunde, den Bruch von Versprechen, die Willkür der Obrigkeit und Machtmissbrauch; aus dem Vergnügen, jemanden quälen zu können, der sich nicht wehren kann. Und zerbricht Jesus daran? Im Garten und auf Kreuzweg kann man das manchmal fürchten, doch immer wieder und besonders zum Ende spürt man seine Stärke. Er ist in sich sicher, auf dem richtigen Weg zu sein, der von Gott vorgezeichnet und begleitet wurde.

Jesus geht durch alle Bosheiten und Schmerz hindurch und nimmt sich dann die Zeit, noch an die Menschen um sich herum zu denken -
um dann loszulassen.

Lied: <https://www.youtube.com/watch?v=OKrSL4SVs3o>

Holz auf Jesu Schulter, von der Welt verflucht,
Ward zum Baum des Lebens und bringt gute Frucht.

Kyrie eleison, sieh wohin wir gehn.

Ruf uns aus den Toten, lass uns auferstehn.

Text: Jürgen Henkys (1977) Melodie: Ignace de Sutter (1964)

Dem Kreuz nach denken

Kreuzmeditation

Wir wollen hiermit das Kreuz als furchtbares Marterwerkzeug nicht beschönigen, nicht verweichlichen nur dem Zeichen nachspüren.

Das Kreuz: Zwei Achsen mit dem Menschen im Schnittpunkt. Mit Dir im Schnittpunkt.

Eine Waagerechte und eine Senkrechte,

zwei Richtungen, in denen wir über uns hinausdenken können.

Einerseits die Weite, die ausgestreckten Arme.

Verbunden bist Du mit allem, was lebt, eins bist Du mit allem Geschöpftem.

Der Wunsch, alles umarmen und segnen zu wollen, liegt darin.

Deine Fähigkeit zur Liebe wächst über Deine Fingerspitzen hinaus.

Andererseits: Die Senkrechte führt Dich in die Tiefe.

Der Grund, der Dich trägt, fordert Dich auch auf, loszulassen,

leer zu werden, die Leere, die Stille zuzulassen.

Der Himmel wartet auf Deine Öffnung, den Segen zu empfangen.

Beide Achsen stehen in Spannung, spannen die Ebene unserer Erfahrungen auf.

In den Momenten, in denen wir die Spannung aushalten können, eröffnet sich eine dritte

Dimension, ausgehend vom Schnittpunkt Deiner beiden Achsen, etwa in Herzhöhe.

Denn wo jeweils beide Pole sein dürfen

-Glück und Schmerz, Segen und Verlust....-

wird etwas Neues geboren:

HOFFNUNG,

der zuversichtliche Blick nach vorn.

Wir laden dich ein, bei der nächsten Musik, der Kreuzform, wie oben beschrieben, mit deinem Körper nach zu spüren. Stelle dich zwischen Himmel und Erde, aufrecht, und öffne die Arme zur Seite.

Lied: In manus tuas pater: In deine Hände Vater, lege ich meinen Geist

<https://www.youtube.com/watch?v=dN6JcOgUFAk>

Bete mit uns das „Vater unser“

Meine Engel (*Mario Wirz*)

Meine Engel verwandeln mein dunkles
Schweigen
in ein Lachen,
füttern mich mit Hoffnung,
ihre Hände trösten den geschundenen Körper,
zähmen seinen Schmerz,
meine Engel verteidigen mich,
halten Wache,
auch in dieser Nacht...

Segen

Und so gehe in die nächste Woche, mit Gespür für deinen Weg, stark und voller Hoffnung trotz Kreuz und Tod, sein Frieden sei mit dir.

Im Namen des Vaters, des Sohnes und des Heiligen Geistes. Amen

Martina Pesch, Karin Osses

P.S. Wir planen noch eine weitere Frühschicht für den Dienstag nach Ostern. Bist du dabei?

Fastenfrühschichten 2021

5. Frühschicht 23.03.2021

Herzlich willkommen! Zünde eine Kerze an und nimm dir Zeit.

Das Thema ist heute

Wüste - Ich begegne Gott

Lied: Hineni <https://www.youtube.com/watch?v=CnbaJxkuPqY>

die vorgeschaltete Werbung tut mir leid, lässt sich aber nicht ändern.

Begegnung mit Gott (Karin Osses)

Wie kann ich Gott begegnen? In der Bibel gibt es nur wenige direkte Begegnungen zwischen Mensch und Gott und auch da nur durch Zeichen: Regenbogen, Träume, brennender Dornbusch, Feuer- und Wolkensäule, Rufen, Säuseln im Wind...Ich selbst erlebte eine Gottesbegegnung vor vielen Jahren, in einem hellen Licht, in einer dunklen Kirche. Und wenn man mich heute fragt: „Bist du dir sicher?“, dann kann ich nur sagen, ich weiß genau, dass ich mir in dem Moment, als es passierte, ganz sicher war! Ganz in dem Sinne wie in dem Lied, das wir zu Anfang hörten: Hineni, ein hebräisches Wort das bedeutet: Hier bin ich! (mit Leib und Seele)

In den letzten Wochen aber, war ich wohl irgendwie woanders, und so erzähle ich euch eine Geschichte, eine wahre Geschichte von mir:

Eines Tages ging ich in die Wüste um die Stille zu suchen. Doch in meinem Kopf waren so viele Gedanken über Gott und die Welt, dass ich die Stille wie einen Verstärker empfand. Alles tönte überlaut, so dass ich der Meinung war, die Stille nicht gefunden zu haben.

Später versuchte ich es erneut mit der Wüste. Ich wollte mir selbst begegnen und dachte: Das ist einfach!...nur, ich fand mich nicht. Ich wusste nur, ich bin kein Pinguin (Wasser ist nicht mein Element) also: Wer oder was bin ich und warum?

So kam es, dass ich weiterging und dachte: Das muss ich später nochmal überdenken!

Kurz darauf begegnete ich Dir – Mitmensch. Ich erhoffte mir Anerkennung, Bestätigung doch du sagtest.... nichts....Mehr als jedes Wort wirbelte mich das umher wie ein Windteufel.

Jetzt war ich durcheinander, meine Erwartungen wurden aber auch gar nicht erfüllt.

Auch bei der nächsten Begegnung nicht. Nur hier war es ganz anders. Ich erwartete nichts und wurde beschenkt. Die Lebendigkeit, meine Lebendigkeit kam mir schon entgegen, während ich noch las. Sie war überwältigend! Anker und Flügel zugleich! Wie ich nun lachte und tanzte. Es war so einfach! -

Bis ich anfang zu grübeln, auf welche Weise ich wohl Gott in der Wüste begegnen könnte.

Ich hatte keine Idee. Mein Gehirn ratterte. Tagelang wälzte ich Bücher. Meine Augen flogen über die Zeilen, nichts sprach zu mir. Ich blieb immer wieder beim brennenden Dornbusch hängen, doch es zündete nicht. Bis ich, einfach so, ohne Plan, Musik anmachte und mich zur Musik bewegte....In einem Moment, mittendrin, wurde mir klar..

-Ihr wusstet es wahrscheinlich bereits-

Ich war Gott in der Wüste ja schon begegnet! Jedes Mal!

Geschichte von Gott am Flaschencontainer (*Axel Nocke*)

Neulich begegnete ich Gott am Flaschencontainer, er wohnt hier im Viertel, aber wir hatten uns lange nicht gesehen. Der müde Zug um seine Augen war noch müder geworden, seine weißen Haare hätten einen Schnitt vertragen und er trug wieder den alten grauen Wollmantel, auch Lederhandschuhe; es ist nun kalt geworden und er scheint empfindlich zu sein.

Wir gingen einen Kaffee trinken.

Ob es ihn nicht jucke, fragte ich: mal dreinzuhauen. Den Mordgestalten zu zeigen wo der Hammer hänge, Stichwort: Sintflut, Sodom, Gomorra.

Ja, aber wo fange man an, höre man auf? Tag für Tag sei das Übel in der Welt, überall, da hätte er viel zu tun. Er habe das Böse geschaffen, weil er gedacht habe, wie solle man das Gute erkennen wenn es das Böse nicht gebe? Wie könne man den Tag begrüßen, wenn man die Nacht nicht habe? Wie sei es möglich das Leben zu schätzen, wenn es keinen Tod gebe? Nicht falsch – oder? Aber es quäle ihn, er sehe was er angerichtet habe. Bis zum Urknall zurück reue es ihn. Was solle er tun? Er sei Schöpfer, Rückbau sei seine Sache nicht. Er wisse gar nicht wie das gehe.

Was er überhaupt hier mache im Viertel, fragte ich.

Das sei eben die andere Seite, sagte er. Das großartige Leben- die Kultur! Er habe es nicht mehr ausgehalten draußen, er sei quasi hierher geflüchtet,

rief er nun lauter und warf mit rudernden Armen beinah seine Tasse um.

Er sei Universumsflüchtling. Das Alleinsein, die Ewigkeit, die Weite! Dieses haltlose Herumschweben, das könne sich kein Mensch vorstellen. Ob ich wisse, wie langweilig die Unendlichkeit sei? Und deshalb sei er hier, weil er endlich einmal etwas davon haben wolle was er selbst geschöpft habe. Ja, so drückte er sich aus, „geschöpft“ sagte er und fügte hinzu: Endlich sei er hier!

Blöder Zeitpunkt! sagte ich.

Kannst du laut sagen, sagte er. Das macht mich fertig! Erstens bin ich schuld an allem, - letztlich, zweitens kann ich euch nicht helfen. Echt nicht. Ihr müsst euch selbst helfen.

Könnt ihr auch! Werdet ihr!

Gott am Flaschencontainer? In einem alten grauen Wollmantel mit ungepflegten Haaren? Ein Gott der nur Schöpfer ist, Fehler aber nicht ändern kann? Das entspricht nicht so dem, was wir uns vorstellen. Erinnert aber schon an das, was Jesus sagte: „Was ihr einem meiner geringsten Brüder getan habt, das habt ihr mir getan.“

Gott ist anders als wir denken. Wo begegnen wir Gott und merken es bestenfalls im Nachhinein? In welcher Form kommt uns Gott entgegen? Spüre ich das manchmal? oder frage ich mich: Will dieser Gott des Volkes Israel überhaupt mein Gott sein? und wo ist er, wie ist er....wie ist sie???

Bei der nächsten Musik wollen wir (anders als sonst) versuchen unser Denken ausblenden. Öffnen wir uns für Gott, gehen wir ihm - ihr entgegen und spüren wir hin ...In uns hinein oder um uns herum. Wir spüren...öffnen uns....

Dabei laden wir dich ein, wenn du magst, auch deine Hände, deinen Körper in eine offene Haltung zu bringen.

<https://www.youtube.com/watch?v=w5VxXp3CKww>

Lied: „Wait for the Lord Whose day is near Wait for the Lord Keep watch, take heart“
Erwarte Gott, sein Tag ist nah, erwarte Gott, lass dein Herz wachsam sein.

Text (*Karl Rahner*)

Wir gehen und müssen suchen
Aber das Letzte und Eigentliche
kommt uns entgegen,
sucht uns,
freilich nur, wenn wir entgegen gehen.
Und wenn wir gefunden haben werden,
weil wir gefunden wurden,
werden wir erkennen,
dass unser Entgegengehen,
selbst schon getragen war,
von der Begegnung Gottes zu uns.

Bete mit uns das „Vater unser“

Gott(es) Begegnung (*Martina Pesch*)

ist die Stille,
die mein Herz befriedet,
ist das Feuer in mir,
das mich zum Tun antreibt
ist das Andere im Du,
das Herausforderung bedeutet
und meine Liebe entfacht,
ist das Leben in Allem,
das meiner Lebendigkeit Flügel (Kraft) verleiht, -
ist täglich.

Und so gehe in die nächste Woche, mit Gott, der dir in so vielen Formen und auf so vielen Wegen entgegen kommt, besonders in deinem Herzen - sein Frieden sei mit dir!
Im Namen des Vaters, des Sohnes und des Heiligen Geistes.

wenn du uns dazu etwas schreiben möchtest, dann tu das unter k.osses@gmx.de

Fastenfrühschichten 2021

4. Frühschicht 16.03.2021

Zünde wieder eine Kerze an, nimm dir Zeit.

Wüste- Ich begegne der Lebendigkeit

Lied: Und ein neuer Morgen... Sing mit, wenn du magst

<https://www.youtube.com/watch?v=uFAJIsCxEdQ>

1) Herr, du bist die Hoffnung, wo Leben verdorrt, auf steinigem Grund wachse in mir,
sei keimender Same, sei sicherer Ort, treib Knospen und blühe in mir.

Und ein neuer Morgen bricht auf dieser Erde an in einem neuen Tag, blühe in mir.

2) Herr, du bist die Güte, wo Liebe zerbricht, in kalter Zeit, atme in mir

sei zündender Funke, sei wärmendes Licht, sei Flamme und brenne in mir.

Und ein neuer Morgen bricht auf dieser Erde an in einem neuen Tag, brenne in mir.

3) Herr, du bist die Freude, wo Lachen erstickt, in dunkler Welt, lebe in mir,

sei froher Gedanke, sei tröstender Blick, sei Stimme und singe in mir.

Und ein neuer Morgen bricht auf dieser Erde an in einem neuen Tag, singe in mir.

Text und Melodie Gregor Linssen / aus der Messe „Lied vom Licht“.

In der Wüste begege ich dem Lebendigen (*Rüdiger Osses*)

Ich habe als Jugendlicher Karl Mays „Durch die Wüste“ gelesen, Disney und später dann Lawrence von Arabien gesehen und war von Wüsten fasziniert.

Meine Erwartungen an Wüste, wurden dann auch durch die hier gängigen Bilder geprägt: Leere, Stille, Einsamkeit, aber auch Gefahr!

Vor etwa 20 Jahren war ich dann selbst in der Wüste, genau genommen sogar in mehreren. Wir haben damals mehrfach im südlichen Afrika Urlaub gemacht und waren in der Karoo, einer Halbwüste, in der der Kalahari und auch in der Namib, der ältesten Wüste der Welt.

Die Karoo überraschte uns mit riesigen Flächen voll mit bunten Kapmargeriten und Tieren überall. Na gut, es war ja nur eine Halbwüste, bunt, belebt...

Die Kalahari erinnerte uns eher an eine Steppenlandschaft denn an eine Wüste. Löwen und Antilopen kreuzten unseren Weg, selbst Elefanten haben wir gesehen.

Die Namib ist eine Sandwüste, hier gibt es die größten Dünen der Welt. Und hier wollte ich MEIN Wüstenerlebnis finden.

Wir haben anfangs einen Abstecher zum Deadvlei gemacht, einer Tonpfanne, in der alle Bäume abgestorben sind und nur noch die toten Stämme mahndend in den Himmel ragen. Hier war sie also, die Wüste: Leere, nur Tod, Einsamkeit...

Es war nicht allzu warm, also setzte ich mich in den Sand, um den Eindruck, den die Landschaft machte, zu vertiefen.

Plötzlich bemerkte ich, dass der Sand mitnichten tot und leer war: mehrere schwarze Käfer krabbelten umher, auf der Suche nach Nahrung. Und Spuren von Echsen waren zu sehen, die wohl im Sand umhergelaufen waren. Zeichen von Leben in der Wüste.

Am nächsten Morgen sind wir dann lange vor Sonnenaufgang zu einer der höchsten Dünen gefahren, um den Sonnenaufgang zu beobachten. Die mehrstündige Fahrt durch eine nächtliche Sandwüste ist recht anstrengend, aber auch hier blitzten im Scheinwerferlicht immer wieder Augen von Tieren auf, um dann schnell zu verschwinden. Vom Fuß der Düne benötigten wir etwa eine Stunde, um oben auf den Kamm zu kommen. Der Sonnenaufgang war überwältigend, Sand und Dünen wohin das Auge blickte....

und da fing es an zu regnen!

Mitten in der Wüste!

Wasser, Grundlage allen Lebens. Unfassbar...

Klatschnass erreichte ich später das Auto und sah 2 Oryx-Antilopen, die in einiger Entfernung vorbeitrabten. Auch die Eidechsen zeigten sich und selbst kleine Vögel kamen zu einer Kuhle, in sich Wasser gesammelt hatte, um zu trinken.

Die ganze Umgebung hatte sich verändert, - oder eher, meine Sicht auf die Umgebung hatte sich verändert. Hatten mich vorher die "starken" Bilder der imposanten Dünen und der farbenprächtige Sonnenaufgang gefangen und die vermeintliche Leere und Ödnis, so hatte ich jetzt Zeit und einen Sinn für die kleinen Dinge der Schöpfung. Käfer, Vögel, oder das Wasser, denen ich sonst wahrscheinlich keine so große Bedeutung zugemessen hätte. Die Einsicht, dass auch an diesem Ort, der auf den ersten Blick nur Wüste und Sand war, noch etwa anderes ist, hat mich berührt.

Als wollte es mir zeigen: Ich bin hier.

Dieses ES nenne ich Gott

Letzte Woche hat jemand gesagt, das ihn die Corona-Krise an die Wüste erinnere.

Ich wollte erst dagegen argumentieren, aber eigentlich stimmt der Vergleich, wenn auch leicht verändert:

Die starken Bilder und Ereignisse fehlen: ich kann meine Freunde nicht treffen, muss Maske tragen, werde in vielem eingeschränkt.

Ängste und Gefahren bereiten uns Sorgen: die Angst, sich anzustecken oder die Gefahr, seine Arbeit zu verlieren.

Aber auch die Corona-Wüste ist nicht öde und leer. Die kleinen, früher wenig beachteten Dinge nehme ich heute stärker wahr:

die Kassiererin im Supermarkt, die zu mir den Blickkontakt sucht,

der Mann, der am Supermarkt vor der Tür steht und mit seinem Kaffeebecher um Geld bittet und sich heute umso mehr freut, dass er etwas bekommt.

Freunde, die nicht nur anrufen, wenn sie etwas brauchen, sondern sogar telefonisch ein Bier mit mir trinken.

ICH nehme mir mehr Zeit für Menschen und Tätigkeiten, ich kann ja eh nicht irgendwohin, wo es vermeintlich wichtiger wäre.

Und selbst hinter den Masken der Menschen, mit denen ich zu tun habe, kann ich mittlerweile das Lächeln erkennen.

Die Einsicht, das auch in dieser Zeit, die auf den ersten Blick nur öde und leer ist, noch etwas anderes ist, berührt mich. Als wollte es mir zeigen: Ich bin hier.

Dieses ES nenne ich Gott

Ich begegne meiner Lebendigkeit (*Karin Osses*)

Das Fehlen der Ablenkung kann mir also das Lebendige deutlicher vor Augen führen
was ist mit meiner Lebendigkeit?

Hol dir nochmal das Bild der Wüste zurück --

Spüre den Sand oder die Steine unter deinen Füßen, den leichten Wind auf deiner Haut.

Spüre die Wärme in den noch jungen Sonnenstrahlen des Morgens

Und sieh, sie kommt dir entgegen

Leuchtend – verheißungsvoll - in fließenden Farben..

Es ist deine Lebendigkeit --

Sie ist kraftvoll, strahlend, kreativ – in voller Entfaltung.

Sie zeigt sich dir so, wie sie in dir sein könnte.

Sie tut das liebevoll, aufrichtend, stärkend.

Siehst du ihr Strahlen, spürst du ihre Kraft?

Du und Sie. Wenn ihr euch nun gegenübersteht, was hat sie dir zu sagen?

Heute bitten wir dich, während des nächsten Liedes nicht vor dem Bildschirm zu verharren
Geh durch deine Wohnung, tanze wenn du magst. Dabei suche nach etwas, was dich an
einen lebendigen Moment erinnert oder was ein Symbol für deine Lebendigkeit sein kann. Du
hast Zeit! Und---wenn dich deine Lebendigkeit nach draußen entführt, dann gehe ihr nach!

Was hat mir die Lebendigkeit zu sagen und welches Symbol finde ich in meiner
Wohnung?

Lied: This little light of mine

<https://www.youtube.com/watch?v=ZT9itu2JwEA>

Dieses kleine Licht von mir
Ich werde es leuchten lassen
Dieses kleine Licht von mir
Ich werde es leuchten lassen
Dieses kleine Licht von mir
Ich werde es leuchten lassen
Lass es scheinen, lass es scheinen, lass es scheinen

Und nun los mach dich auf die Suche!

Wenn du ein Symbol gefunden hast, gib ihm in der nächsten Woche einen wichtigen Platz. Und wenn du dem Symbol dann begegnest, lass der Lebendigkeit etwas Raum, sich zu entfalten. Mache etwas anders als sonst. Mache schillernde Seifenblasen oder gibt es einen Ball in deiner Wohnung? Versende „Sei-trotz-allem-lebendig“-Karten an liebe Menschen (trotz Fastenzeit, trotz Corona, trotz Depression...), vielleicht findest du dabei andere Worte als sonst, male, suche in der Natur nach dem ersten Frühlingserwachen, mache Fotos --- was auch immer dich lebendiger sein lässt. Jeden Tag aufs Neue!

Text (*Rabindranath Tagore*)

Derselbe Lebensstrom,
der Tag und Nacht
durch meine Adern fließt,
strömt durch die Welt und
tanzt in rhythmischen Maßen.
Es ist dasselbe Leben,
das in Gestalt zahlloser Gräser
durch den Staub der Erde
nach oben ins Licht schießt
und sich in wirbelnden Wellen
von Blättern und Blumen ergießt.
Es ist dasselbe Leben,
das geschaukelt wird in der Meereswiege
von Geburt und Tod, von Ebbe und Flut.

Bete mit uns das „Vater unser“ (Wir sind in Gedanken mit dir verbunden.)

Segen

Geh mit Gott, deiner Lebendigkeit bewusst, in die nächste Woche, sein Frieden sei mit dir.
im Namen des Vaters, des Sohnes und des Heiligen Geistes.

Fastenfrühschichten 2021

3. Frühschicht 09.03.2021

Nimm dir Zeit für die Texte, lies nicht alles hintereinander weg. ☺ Zünde wie immer eine Kerze an und schreibe dir etwas auf wenn du magst.

Wüste- Ich begegne dem und der Anderen

Lied: Du bist gesegnet ein Segen bist du (*Helge Burggrabe*)

<https://www.youtube.com/watch?v=ulcvX1U9pKc>

Begegnung (*Martina Pesch*)

Begegnung mit dem, mit der Anderen

fordert mich heraus	ergänzt mich
erweitert meinen Horizont	bringt mich an meine Grenzen
zeigt mir den Balken in meinem Auge	heilt mich
kostet mich Energie	schenkt mir Lebenskraft
ist Nähe	ist Distanz
lockt meine Kreativität	fordert meinen Einsatz
zeigt mir Gottes Angesicht	lässt mich in menschliche Abgründe blicken
lässt mich lauschen	schenkt mir Gehör
veranschaulicht meine Unvollkommenheit	krönt mich mit Würde

In der Wüste dem anderen begegnen – das ist erst einmal eine komische Idee. Vielleicht ist es sinnvoll einen Brunnen zu suchen, wenn ich in der Wüste, in meiner Wüste, Menschen begegnen möchte.

Begegnung am Brunnen (*Karin Osses*) nach Joh. 4 6-28

Ein Mann, müde vom Weg ruht am Brunnen aus.

Eine Frau kommt zum Brunnen um Wasser zu schöpfen.

An sich nicht ungewöhnlich,

doch der Mann ist Jude – die Frau Samariterin.

Er ist auf der Durchreise – sie ist hier zu Hause.

Die Juden und die Samariter mögen sich nicht besonders...

Seine Freunde sind ins Dorf gegangen etwas zu essen zu kaufen.

Sie ist allein und offensichtlich nicht sehr beliebt in der Dorfgemeinschaft. Normalerweise gehen die Frauen morgens gemeinsam und nicht in der Mittagshitze Wasser schöpfen. So treffen sich die Beiden und beginnen ein Gespräch.

Mann: „Gib mir zu trinken!“

Frau: „Du willst, dass ich dir zu trinken gebe?“

Mann: „Wenn du wüsstest wer ich bin, dann hättest du mich gefragt! Ich könnte dir lebendiges Wasser geben!“

Frau: „Du hast ja nicht mal etwas zum Schöpfen und der Brunnen ist tief. Woher hast du das lebendige Wasser? Ich glaube, du übertreibst ein bisschen!“

Mann: „Wenn du das Wasser aus dem Brunnen trinkst, wirst du wieder Durst bekommen, trinkst du aber von dem Wasser das ich dir gebe, wirst du keinen Durst mehr bekommen. Das Wasser wird in dir zur Quelle, die fließt bis ins ewige Leben.“

Frau: „Praktisch, dann gib mir doch von deinem Wasser, dann brauche ich nicht mehr in der Hitze bis zum Brunnen laufen.“

Ein Geplänkel könnte man meinen, wenn man den beiden unbedarft zuhört. Er trägt etwas dick auf und sie kontert praktisch. Doch der nächste Satz trifft ihr Sein an der Wurzel. Er spricht Dinge aus, über die man sonst nicht spricht. Durchbricht die Sprachlosigkeit, lüftet das offene Geheimnis. Er - der Fremde!

Wie kann er davon wissen? Ihr ist sofort klar, dass das ein besonderer Mensch ist.

Sie kann jetzt nicht stillstehen, ist wie elektrisiert, das kann sie nicht für sich behalten. Sie lässt ihr Wasser stehen und läuft los.

Gespräch (*Karin Osses*)

Die Wasseroberfläche kräuselt sich
im Hin und Her der Worte
als ginge ein leichter Wind
~sanfte Wellen~
und während ich noch
vom fernen Segelboot träume
da reißt mich eine Welle von den Füßen

stellt mich auf den Kopf
wirbelt mich herum und -
bevor ich noch überlegen kann
was ich davon halte -
bin ich hin und weg.

Vielleicht ist es sinnvoll einen Brunnen zu suchen, wenn ich in der Wüste, in meiner Wüste Menschen begegnen möchte.

So fing unsere Geschichte oben an. Ihr kennt sie aus der Bibel, hier frei erzählt von uns.

Es ging uns dabei um die Essenz, um eine zentrale Botschaft.

Bleib´ nicht in der Trockenheit der Wüste hocken. Mache dich auf! Zum Brunnen, zum anderen, lasse Grenzen, Vorbehalte fallen. Und dann sei offen, lass dich beschenken mit dem, was der andere Mensch in seinem Anderssein zu geben hat.

So laden wir dich ein, dem ein kleines bisschen auf die Spur zu kommen:

Lied: Wo ist der leise Wind

<https://karmel-duisburg.eu/2020/04/lieder-der-karmelgemeinde/>

Gedanken dabei:

Wozu-wohin muss ich mich auf den Weg machen?

Was macht mich lebendig?

Welche Begegnung, welcher Mensch kann mir lebendiges Wasser schenken, das nicht nur leise plätschert sondern mich auch mal durchwirbelt?

Solches lebendiges Wasser, das Verkrustungen auflöst und mir mehr Lebendigkeit, Kreativität, Leichtigkeit, Bewusstheit schenkt.

Gebet (*Jörg Zink*)

Herr,

ich möchte manchmal alles,

was sich so wichtig gebärdet, hinter mir lassen.

Meinen Beruf und die unablässige Arbeit,

manchmal sogar meine nächsten Menschen,

und möchte frei sein für mich und für dich.

Aber dann sehe ich deinen Weg:

Zu den Menschen bist du gegangen.

Zu den Mühsamen und Verdrehten,
denen so viel Unwichtiges wichtig ist
und mit denen so schwer zu leben ist.

Ich sehe deinen Weg und möchte ihn gehen,
aber ich möchte dabei frei sein wie du.

Bete das „Vater unser“

Segen

Geh mit Gott, deiner selbst und deiner Mitmenschen bewusst in die nächste Woche, sein
Frieden sei mit dir, im Namen des Vaters, des Sohnes und des Heiligen Geistes.

Für die kommende Woche: Corona hat unsere Beziehungen verändert. Welche Menschen
habe ich aus dem Blick verloren? Nimm dir für einen von ihnen Zeit. Schreibe einen Brief,
rufe an ...

Falls du uns etwas sagen, schreiben, fragen möchtest, tu das unter k.osses@gmx.de

Fastenfrühschichten 2021

Schön, dass du dabei bist. Wir wollen in dieser Fastenzeit nicht nur Texte auf die Karmelseite stellen, sondern ein Stück Gemeinschaft spüren. Wer bei unseren Zoom-Meetings mitmachen möchte, kann noch jederzeit dazu kommen. Wir nehmen aber auch die mit hinein, die über die Texte mit uns verbunden sind. Mache es dir bequem. Zünde nach Möglichkeit eine Kerze an. Hole dir einen Stift und ein Stück Papier, falls du gleich etwas notieren willst. Bitte Sorge heute selbst für etwas ruhige Musik nach deinem Geschmack.

2. Frühschicht 02.03.2021

Wüste – Begegnung mit mir selbst

ruhige Musik zum Ankommen

Wilhelm Bruners

Rat

„Verabschiede die Nacht
mit dem Sonnenhymnus
auch bei Nebel,

hol dir die ersten
Informationen aus den
Liedern Davids,

dann höre die
Nachrichten und lies
die Zeitung,

beachte die Reihenfolge
wenn du die Kraft
behalten willst
die Verhältnisse zu ändern.“

Die Nacht verabschieden mit dem Sonnenhymnus? Ich verabschiede die Nacht lieber mit einer Tasse Kaffee.

Die ersten Informationen aus den Liedern Davids? Das ist doch uralt. Welche Informationen soll ich denn dort finden, die heute noch aktuell sind?

Worum geht's also? Den Morgen beginnen mit dem Blick in die Natur. Sich zu freuen an dem erwachenden Tageslicht, in Dankbarkeit zu Gott zu spüren, dass ich ein Teil ihrer Schöpfung bin. Hallo Schwester Sonne! Ankommen in meinem Tag. Die Füße fest auf dem Boden spüren.

Und die Lieder Davids? Obwohl etwa 3000 Jahre alt, zeigen sie mir, dass auch die damaligen Menschen die gleichen Gefühle durchlebten, wie Menschen aller Generationen. So wie auch ich!-- Jubel, Freude, Wut, Enttäuschung, Angst, DankbarkeitIch lese, ich bin hineingestellt in eine lange Reihe von Menschen, die täglich versuchen das Leben zu meistern. Und nicht nur das, wir sind Teil einer langen Reihe von Menschen auf dem Weg mit Gott. Auch Jesus war Teil dieser Menschen-auf-dem-Weg-mit-Gott-Staffel. Er wusste das und fühlte sich von den vergangenen Generationen getragen. So konnte er auch loslassen und den Staffelstab weitergeben. Er wusste, es wird weitergehen.

Die alten Worte tun mir gut. Ich spüre durch sie die Erfahrungen der früheren Generationen, bin Teil eines größeren Ganzen, fühle mich getragen. Trotzdem kommt es eine kleine Zeit auch auf mich an. Ich kann meiner Zeit meinen Stempel aufdrücken. Jesus hat es vorgemacht, den eigenen Weg und auch das Loslassen.

Jetzt weiß ich wieder wer ich bin und wo ich bin. Ich bin mir begegnet, habe mich wiedergefunden und kann nun weitergehen.

Jetzt ist Zeit für die Nachrichten und für den Rest der Welt.

Eckart von Hirschhausen

Spring ins Kalte

Endlich, nach drei Tagen auf See fester norwegischer Boden. Ich ging in den Zoo. Oder besser gesagt: Ich wankte. Im Zoo sah ich auf einem Felsen einen Pinguin stehen. Ich dachte: „Du hast es ja auch nicht besser als ich. Immerzu Smoking? Wo ist eigentlich deine Taille? Die Flügel zu klein, du kannst nicht fliegen. Und vor allem, hat der Schöpfer bei dir die Knie vergessen?“ Mein Urteil stand fest: Fehlkonstruktion!

Dann ging ich eine kleine Treppe hinunter und sah durch eine Glasscheibe das Schwimmbecken der Pinguine. Und da sprang „mein“ Pinguin ins Wasser, schwamm dicht vor mein Gesicht, schaute mich an und ich spürte, jetzt hat er Mitleid mit mir. Er war in seinem Element. Boh ey. Ohne Worte. Ich habe es nachgelesen: Ein Pinguin ist zehnmals windschnittiger als ein Porsche! Mit der Energie aus einem Liter Benzin käme er über 2.500 km weit! Pinguine sind hervorragend geeignet, zu schwimmen, zu jagen, zu spielen – und im Wasser viel Spaß zu haben. Sie sind besser als alles was Menschen je gebaut haben!

Und ich dachte: Fehkonstruktion!

Der Pinguin erinnert mich an zwei Dinge: erstens, wie schnell ich Urteile fälle nachdem ich jemanden in nur einer Situation gesehen habe, und wie ich damit komplett daneben liegen kann. Und zweitens: wie wichtig das Umfeld ist, damit das, was man gut kann, überhaupt zum Tragen kommt, zum Vorschein und zum Strahlen. Menschen ändern sich nur selten komplett und von Grund auf. Salopp gesagt: Wer als Pinguin geboren wurde, wird auch nach sieben Jahren Therapie und Selbsterfahrung in diesem Leben keine Giraffe werden, Sich für die Suche nach den eigenen Stärken um Hilfe zu bemühen, ist kein Zeichen von Schwäche, sondern von Intelligenz. Und wenn du merkst, du bist ein Pinguin, schau dich um, wo du bist. Wenn du dich schon länger in der Wüste aufhältst, liegt es nicht nur an dir, wenn es nicht „flutscht“. Alles was es braucht, sind kleine Schritte in die Richtung deines Elements. Finde dein Wasser! Und dann heißt es: Spring ins Kalte! Und schwimm! Und dann weißt du wie es ist in deinem Element zu sein. Spring ins Kalte!

Ruhige Musik oder Stille

Überlege dabei:

Würde ich mir selbst begegnen, welche Eigenschaften würden mir an mir auffallen?

Was ist stark an mir oder kreativ? Worin bin ich richtig gut?

Was ist mein „Element“, dh. welches Umfeld, welche Beziehungen helfen mir meine Talente zur Entfaltung zu bringen?

Was brauche ich?

Vielleicht schreibst du etwas auf.

Wilhelm Bruners

Ergebnis

Nach dem morgendlichen

Gang über die

Psalmbrücke

drehe ich mich nicht

mehr um die eigene

Achse

ich atme die alten

Heilworte in meine

Tagängste

und bin

guter Hoffnung

Bete das „Vater unser“

Hier noch eine kleine Aufgabe für die nächste Woche. Wenn du dir in den nächsten Tagen im Spiegel begegnest, denk' nicht als erstes an deine Coronafrisur, an dunkle Ringe unter den Augen oder den üppigen Bartwuchs. Schenke dir ein Lächeln! Du hast es verdient!

Segen

Geh mit Gott und deiner selbst bewusst, lächelnd in die nächste Woche,

sein Frieden sei mit dir,

im Namen des Vaters des Sohnes und des Heiligen Geistes. Amen

Auf der Karmelseite und in der Karmelkirche wartet zum gleichen Thema wieder die Wüste auf dich!

Fastenfrühschichten 2021

Wüste – Heute: Ich gehe in die Stille

Schön, dass Du dabei bist. Wir wollten diesmal nicht nur Texte auf die Karmelseite stellen, sondern ein Stück Gemeinschaft spüren. Es wäre daher schön, wenn Du Dir den Wecker stellst und auch dienstagsmorgens um 6 Uhr dabei bist. Mache es Dir schön! Zünde eine Kerze an, leg Dir Stift und Papier zurecht.

Wir nehmen Dich in unsere Frühschicht mit hinein.

Wir beginnen mit einem Text von Wilhelm Willms, der den Gedanken der Verbundenheit über räumliche Entfernungen hinweg schon vor Jahren in Worte gefasst hat.

wilhelm willms

telefongespräch

wo treffen wir uns

fragte ich meinen

freund

er antwortete

im evangelium

sonst

verfehlen wir

uns

ich sagte

amen

wir einigten uns

auf matthäus

am letzten

er in Hamburg

und ich hier

In der Karmelkirche ist eine Wüste entstanden. Sie lädt alle, auch Dich, während der Fastenzeit zu einem Besuch ein. Wir möchten dieses Thema aufgreifen und in den Frühschichten Impulse dazu geben. Nimm die Gedanken mit in die nächste Woche. Besonders dann, wenn dich etwas anspricht oder, im Gegenteil, abstößt.

Heute ist das Thema: Wüste – Ich gehe in die Stille

Dialog

„Ich will das mal ausprobieren mit der Stille, ich mach´ das jetzt“

„Du, das ist gar nicht so einfach! Ich habe es versucht und immerzu ist irgendetwas. Da klingelt das Handy, die Nase juckt, mir fällt ein, ich muss noch etwas einkaufen..usw!“

„Du meinst ich sollte Stille planen?“

„Na ja, irgendwie schon. Stille ist ja etwas eher Unbekanntes für uns Stadtkinder. Immerzu ist irgendetwas zu hören, zu bedenken, zu planen. Nimm dir Zeit für die Stille, vielleicht suchst du dir einen Ort an dem du nicht auf zu Erledigendes schaust, mach dein Telefon aus! Das sind schon mal gute Voraussetzungen.“

Text

Karin Osses

Wüste

man sagt

in der wüste

hörst du

in der Stille

dein Blut rauschen

ginge ich in die wüste

so rauschten

stundenlang

worte

nachrichtenworte

telefonworte

werbeworte

wutworte
mutworte und
nie gesagtes

es heißt
in der wüste
ist es so reizarm
da lenkt dich nichts ab

wär' ich in der wüste
so sähe ich
tagelang
bilder
fernsehbilder
traumbilder
bilder der not
bilder vom Brot oder
nie gesehenes

so steht geschrieben
Jesus wurde
in der wüste
von dämonen
heimgesucht
noch nach vierzig Tagen
all das ist kein grund
die wüste nicht zu wagen

Wie wäre es für Dich? Reizt dich die Stille oder magst du sie gar nicht?

Hast auch Du überfließende Gedanken, die kaum zu bändigen sind?

Was haben sie dir möglicherweise zu sagen?

Wenn Du es sonst schon sehr still um Dich hast, ist die „Wüstenstille“ noch einmal etwas anderes?

Mit dem folgenden Lied knüpfen wir noch einmal an die Frühschichten im Advent an, als sich Zacharias mit seinem ungeplanten Stummsein auseinandersetzen musste. Währenddessen ist Zeit für Dich darüber nachzudenken, wie es für Dich ist mit der Stille. Sehnst Du Dich nach Stille oder ist es bereits viel zu still um Dich herum? Wenn Du magst, schreib etwas auf.

Höre nun dieses Lied:

<https://www.youtube.com/watch?v=cZJoKsxKCDQ>

"Lass deinen Mund stille sein dann spricht dein Herz,
lass dein Herz stille sein, dann spricht Gott." Koptische Weisheit

Bevor wir zum Abschluss gemeinsam das „Vater unser“ sprechen, haben wir noch eine kleine Anregung für die nächste Woche:

Text von Rosalie Tavernier

Manchmal muss man sich einfach auf eine Bank am Ufer setzen um den Wirren der Welt zu entgehen. Ein Freiraum am Wegesrand, von dem aus man das Leben aus angenehmer Entfernung betrachtet. In Ruhe auf alles schaut wie ein friedlicher Gott.

Es ist eine Anregung, für die, die Ruhe brauchen genauso wie für die, die das Leben suchen. Such Dir eine Parkbank in Deiner Nähe und nimm etwas zu schreiben mit. Ach so, die Karmelwüste wartet auch auf Dich- falls Du magst.

Dann lasst uns jetzt beten wie Jesus es uns vorgeschlagen hat:

„Vater unser im Himmel....“

Geht mit Gott in die nächste Woche, sein Frieden sei mit euch, im Namen des Vaters des Sohnes und des Heiligen Geistes.

Falls Du uns etwas schreiben möchtest, dann tu das unter k.osses@gmx.de