

GEBET IN EINER ZEIT DER PANDEMIE

Dieses Gebet kann als Gemeinschaft oder einzeln gebetet werden.

Wir beginnen, wie wir alles beginnen: Im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes. Amen.

Einführung ins Gebet

Jesus starb, nicht an einem Blutverlust durch die Geißelung oder die Dornenkrönung, indem er sein Kreuz trug oder daran genagelt wurde. Er starb, weil er nicht mehr in der Lage war, zu atmen. Viele Menschen sterben heute wie Jesus, durch Ersticken, durch die Unfähigkeit zu atmen.



Unsere Erde kämpft darum, atmen zu können... Es gibt überall Viren - Rassismus, Sexismus, Umweltverschmutzung, mangelnde Sorge um unser gemeinsames Zuhause, Gewalt aller Art, Menschenhandel, Gier, Konsumismus, Individualismus, Missachtung des Lebens in all seinen Formen, Ungerechtigkeit, COVID 19 und so viele mehr... Viren, die dem Leben den Atem rauben.

Als Jesus seinen letzten Atemzug am Kreuz aushauchte, hauchte er ihn uns und der ganzen Schöpfung ein. Er hauchte uns seinen Heiligen Geist ein. Wir haben diesen Hauch des Geistes in der Taufe empfangen, und er lebt und atmet auch heute noch in uns und durch uns in unserer Welt.

Der Atem verbindet uns - wir atmen genau die Luft ein, die der Mensch neben uns ausgeatmet hat. Deshalb ist diese soziale Distanzierung so schwierig - und an dem Virus zu sterben ist so schwierig - wir klammern uns an den Atem - er verbindet uns mit Gott und miteinander.

Deshalb beten wir heute mit unserem Atem... mit und für unsere Welt... wir beten mit unserem Körper, aber auch mit unserem Verstand und Herzen, indem wir Gesten in der Stille einsetzen...

MEDITATION

(Für die Leitende: bitte leite diesen Teil langsam und besinnlich an)

Ruhige Musik...

Leiterin: Halte den Mund zu und drücke die Nase zu... Wie ist es, wenn man nicht atmen kann? Welche Gefühle entstehen in dir?

Atme tief ein... halte den Atem an... lasse ihn langsam los...

Atme noch einmal tief ein... sei dir bewusst, wie es sich in deiner Nase... in deiner Lunge anfühlt...

Einatmen... Ausatmen... (3x)

Atme ganz natürlich weiter, im Bewusstsein dieser wunderbaren Gabe des Atems...

(zwei Minuten)

Streckt jetzt eure Hände aus und nehmt unsere leidende Welt auf...

Wie fühlt sich das an? Ist es schwer, schwer zu halten? Spürst du seinen Lebensatem?

Sei dir bewusst, was in dir geschieht, wenn du unser gemeinsames Haus, seine Menschen, seine ganze Schöpfung hältst...

Kannst du seine Freuden und Sorgen, seine Schmerzen, Hoffnungen und Träume berühren? Lass alles in deinen Verstand und in dein Herz kommen...

(2 Minuten Stille)

Zieh die Welt, die du in deinem Herzen festhältst, an dein Herz ... lass den Geist Jesu dein stilles Gebet leiten ... Jesus hat uns geliebt und sein Leben für uns gegeben - lass dich diese Welt und all ihre Geschöpfe lieben ... liebe diese Welt mit allem, was sie in sich birgt ... all die Viren und all ihre Schönheit ... liebe einfach ... atme dein Gebet, deinen Segen auf unsere Welt, wenn du sie an dein Herzen hältst ...

(5 Minuten Stille)

Hebe nun deine Arme mit der Welt, die du hältst, nach oben und biete diese Welt Gott, dem Schöpfer, mit Jesus an... danke und lobe ihn für all das Gute und Nicht-Gute... die Viren und die Impfstoffe... den Lebensatem, der alles und jeden miteinander und mit dem Gott verbindet, der zuerst Leben in allen Formen eingehaucht hat...

(2 Minuten Stille)

Bitte Jesus auf deine Weise, sein kostbares Blut über unsere schöne, aber leidende Welt auszugiessen und sie zu heilen... um seinen Geist in sie einzuhauchen und ihr Frieden zu geben...

Wenn du bereit bist, kehre in diesen Raum zurück und sei dir bewusst, wie du dich fühlst, wie du atmest, und "sei" einfach in der Stille.

(5 Minuten)

Austausch

Gebet: Vater unser...

Schlusslied: eigene Wahl