

„Der Sonntag ist ein Segen“ Ein Gottesdienst zum Sonntagsthema

Eingangsmusik

möglich u.a.: CD-Einspielung eines der „Sonntagslieder“ wie z.B. „Am Sonntag will mein Süßer mit mir segeln gehn...“, geht direkt über in die Umfrage.

Portal

Umfrage: Was machen Sie gerne am Sonntag?

CD-Einspielung (evtl. ein Ausschnitt davon)

Schlafen. Und auf jeden Fall Fußball. Was noch, was noch, was noch...?

Am Sonntag erst mal Kirchgang, dann vielleicht ein Spaziergang. Ein bisschen draußen an der frischen Luft. Sich um ältere Menschen kümmern. Das sind Dinge, die mir Spaß machen.

Mit meinen Kindern spielen. Da geht ein ganzer Tag bei „flöten“, ja, mehr mach ich da nicht.

Auf'm Sofa liegen, was mit Freunden machen, schwimmen gehen. Ja, das wars.

Eis essen. Malen. Gameboy. Malen. Malen.

Was mache ich denn gerne Sonntags? Na ja, ich hab ja nun nen kleinen Zwerg hier, mit dem beschäftige ich mich natürlich besonders gerne Sonntags. Ich komme auch also vom Dorf, da geht man dann halt auch gerne in die Natur und spazieren, also meine Frau und ich und unser Kind. Ja, oder wir gehen zum Sport, gucken uns Sportveranstaltungen an. Wir gehen auch ab und zu in die Kirche, das machen wir auch, also nicht regelmäßig. Ja, so was.

Was machen wir Sonntags gerne? Spazieren gehen. Und, ja, was machen wir sonst noch, Fahrrad fahren. Und – ich muss ganz ehrlich sagen – nur Heiligabend in die Kirche. Aber sonst, ja eben, mit der Familie zusammen sein, ja, das wär's schon.

(asiatischer Akzent) Ich muss arbeiten auch Sonntag. Wir sind Gastronomie.

Also ich putze Sonntags generell mein Haus. Dann gehe ich laufen und bespaße meinen Hund.

Ja, wir gehen auch, mein Partner und ich, morgens laufen. Und dann fahren wir meisten in den Stall, weil er da 'n Pferd stehen hat. Und abends gucken wir ‚Tatort‘. Also wir gehen nicht in die Kirche, wenn Sie das wissen wollten... [...] Und schlafen, ja doch, schon. Für mich ist es früh aufstehen.

Ich spreche auf deutsch schlecht. Putzen gehen, shoppen.

Ausschlafen, ehrlich gesagt. Ja. [Und was noch?] Das war's eigentlich. Eigentlich nur entspannen von der Arbeit. Das ist der einzige Tag mal.

Bei meinen Eltern essen gehen. Sonst auch nichts. Ausruhen. Ja, das war's eigentlich.

Was machen wir? Wir frühstücken morgens gemeinsam – wie immer. Mein Mann geht dann Skat spielen. Und wenn er mittags nach Hause kommt, so zwischen zwölf und eins, dann gibt's Mittagessen. Und der Nachmittag, der ist variabel. Wir gehen leider nicht in die Kirche, obwohl wir und mein Mann sehr viel Kirchensteuer bezahlen. Der sagt immer, für das Geld kann er sich nen eigenen Pastor halten.

Was machen wir Sonntags? Wir ruhen uns aus, erholen uns, lesen Zeitung, genießen unser Leben.

Ich gehe natürlich sonntags in die Kirche.

Begrüßung

„Ich gehe natürlich sonntags in die Kirche.“ –
So treffen wir uns hier - heute am Sonntagmorgen zum Gottesdienst,
um immer wieder auch ein Gefühl dafür zu bekommen,
wie kostbar der Sonntag ist -
dieser Tag, der die Alltäglichkeit unterbricht,
dieser Tag, an dem wir das Leben feiern.

Wir feiern miteinander Gottesdienst
im Namen Gottes
des Vaters, des Sohnes und des Heiligen Geistes.
Amen.

Wenn für die folgende Sonntags-Meditation (als Eingangsliturgie) das Lied „Als Gott mit seinem Wort...“ gewählt wird, müsste die erste Strophe zu Beginn der Meditation wohl zweimal gesungen werden. Die Instrumentalmusik bleibt unter dem gesprochenen Text, sorgt auch für Pausen im Sprechen – schön, wenn ein Dialog zwischen Text und Musik entsteht.

Sonntags-Meditation mit Worten aus Psalm 104

(gesungen:)

*1. Als Gott mit seinem Wort die Finsternis durchbrach,
als er dir deine Zeit und auch dein Leben gab,
da fiel ein Hauch von Liebe in deine Seele hinein.
Gott sprach: Nimm meinen Atem. Du wirst ein Segen sein.*

Sonntag.
Ein Sonnentag
vielleicht wenigstens – oder auch - im übertragenen Sinne...
Ein lichter Tag.
Ein Tag, der mein Leben erhellt.

Seit Generationen,
Jahrhunderten,
Jahrtausenden
ein Ruhetag
zwischen den Tagen täglicher Arbeit –
ein Tag zum Aufleben
zwischen all den Alltags.

Ein Tag in der Familie,
für uns.
Ein Tag für mich.

„...und als er alles vollendet hatte,
ruhte Gott am siebenten Tage von allen seinen Werken,
die er gemacht hatte.“

So steht es auf der ersten Seite der Bibel.

(gesungen:)

*2. Wenn dich mitten am Tag ein klares Wort berührt
und auch in tiefer Nacht dich eine Hand berührt,
die jenseits aller Lügen zeigt: Ich werd bei dir sein,
dann wird dir das zum Zeichen: Du wirst ein Segen sein.*

Mein Gott, du bist herrlich.
Licht ist dein Kleid, das du anhast.
Du breitest den Himmel aus wie einen Teppich.
Du lässt Wasser in den Tälern quellen,
dass die Tiere des Feldes trinken
und das Wild seinen Durst lösche.
Darüber sitzen die Vögel des Himmels
und singen unter den Zweigen.
Du lässt Gras wachsen für das Vieh
und Saat, dass du Brot aus der Erde hervorbringst,
dass der Wein erfreue des Menschen Herz
und sein Antlitz schön werde.
Wie sind deine Werke so groß und viel!
Du sendest deinen Atem aus,
und es entsteht Leben.
Du gibst der Erde ein neues Gesicht.

(gesungen:)

*3. Geh deinen Lebensweg gestärkt durch Wein und Brot.
Das gibt dir neuen Mut, geht mit dir, tut dir gut.
Gott schenkt dir seine Gnade. Sie lässt dich nie mehr allein.
Du lebst aus seiner Liebe. Du wirst ein Segen sein.*

Den Rhythmus finden
zwischen Arbeit und Erholung,
Anstrengung und Entspannung,
Alltagsroutine und schöpferischer Kreativität,
die mich erneuert.

... den Rhythmus finden
und ihn nicht wieder verlieren.

Den Rhythmus bewahren,
der mich erfrischt
und immer wieder neu aufstehen lässt.

Ein Tag, der mich stärkt.
Ein Tag, der mein Leben erhält.
Sonntag.

*4. Als Gott mit seinem Wort die Finsternis durchbrach,
als er dir deine Zeit und auch dein Leben gab,
da fiel ein Hauch von Liebe in deine Seele hinein.*

Gott sprach: Nimm meinen Atem. Du wirst ein Segen sein.

Text: Albert Wieblitz, Musik: Fritz Baltruweit - © tvd-Verlag Düsseldorf

Liedalternativen:

EG 155 Herr, Jesu Christ, dich zu uns wend

EG 166 Tu mir auf die schöne Pforte, V. 1,2,4,6

EG 169 Der Gottesdienst soll fröhlich sein, V.1,2,4,5

Biblische Lesung

1. Mose 1,1-4a. 26-31a; 2,1-4a

verbunden mit einer schönen Musik

Erzähler/in: Ich lese Worte aus dem ersten Kapitel der Bibel:

Am Anfang schuf Gott Himmel und Erde.
Und die Erde war wüst und leer,
und es war finster auf der Tiefe;
und der Geist Gottes schwebte auf dem Wasser.
Und Gott sprach:

Gott: Es werde Licht!

Erzähler/in: Und es ward Licht.

Und Gott sah, dass das Licht gut war.

Musik – spielt ca. eine ½ Minute, dann wird über die Musik gesprochen:

Erzähler/in: Und Gott sprach:

Gott: Lasset uns Menschen machen,
ein Bild, das uns gleich sei,
die da herrschen über die Fische im Meer
und über die Vögel unter dem Himmel
und über das Vieh
und über alle Tiere des Feldes
und über alles Gewürm, das auf Erden kriecht.

Erzähler/in: Und Gott schuf den Menschen zu seinem Bilde,
zum Bilde Gottes schuf er ihn;
und schuf sie als Mann und Frau.

Und Gott segnete sie
und sprach zu ihnen:

Gott: Seid fruchtbar und mehret euch
und füllet die Erde
und machet sie euch untertan
und herrschet über die Fische im Meer
und über die Vögel unter dem Himmel
und über das Vieh

und über alles Getier, das auf Erden kriecht.

Erzähler/in: [Und Gott sprach:]

Gott: Sehet da,
ich habe euch gegeben alle Pflanzen,
die Samen bringen, auf der ganzen Erde,
und alle Bäume mit Früchten, die Samen bringen,
zu eurer Speise.
Aber allen Tieren auf Erden
und allen Vögeln unter dem Himmel

und allem Gewürm, das auf Erden lebt,
habe ich alles grüne Kraut zur Nahrung gegeben.
Erzähler/in: Und es geschah so.

Musik – spielt ca. eine ½ Minute, dann wird wieder über die Musik gesprochen:

Erzähler/in: Und Gott sah an alles, was er gemacht hatte,
und siehe, es war sehr gut.
Da ward aus Abend und Morgen der sechste Tag.
So wurden vollendet Himmel und Erde
mit ihrem ganzen Heer.

Musik – spielt ca. eine ½ Minute, dann wird wieder über die Musik gesprochen:

Und so vollendete Gott am siebenten Tage seine Werke, die er machte,
und ruhte am siebenten Tage von allen seinen Werken, die er gemacht hatte.
Und Gott segnete den siebenten Tag
und heiligte ihn,
weil er an ihm ruhte von allen seinen Werken,
die Gott geschaffen und gemacht hatte.
So sind Himmel und Erde geworden.

Die Texte in Klammern [] sollten weggelassen werden, wenn mehrere bei der biblischen Lesung mitwirken. „Gott“ kann evtl. aus dem „OFF“ gesprochen werden (also so, dass er nicht gesehen wird - von der Empore o.ä.).

Predigt-Meditation

mit einer Rose

Am schönsten wäre es natürlich, wenn Sie an alle Teilnehmenden im Gottesdienst eine Rose verteilen. In dem Fall würde die Musik (der biblischen Lesung) weitergespielt, bis alle eine Rose erhalten haben). Für den „Notfall“ (...es können keine Rosen verteilt werden) finden Sie die beiden Fotos (s.o.) zum Projizieren auf der CD.

Ich freue mich über die (kleine) Rose in meiner Hand.
Ich atme ihre Schönheit ein.

Sie duftet ganz zart,
zurückhaltend,
bescheiden –

aber deutlich
und schön.

Ich schaue mir die Farben der Rose an:
das Grün der Blätter,
das zarte Rot der Blüte.

Die Rose –
eine Unterbrechung des Alltags.

Ein Innehalten...

...Sonntag.

Ich ertaste die Rose,
ganz vorsichtig –
sie ist zart.

(Pause)

Ich ertaste den Stiel.
Er hat Dornen.
Dornen sind scharf, stechen,
können mich zum Bluten bringen.
Dornen verletzen,
wie ich und du oft andere verletzen
und uns selbst...

Heute soll eine Unterbrechung
dieser Verletzungen sein.

(Pause)

Die Blätter braucht die Rose zum Atmen.
Fast wie Samt fühlen sie sich an.
Sie streckt ihre Blätter aus
So als ob Sie mir ihre Hand reichen möchte,
die Hand reichen
über alle Verletzungen hinweg...

... wie zu einem neuen Anfang.

(Pause)

Und dann die Blüte,
ganz fein und zart ist sie,
voller Farbe.
Sie duftet.

Du kannst dich ihr zuwenden
Wie du dich einem Menschen zuwendest –
diesem Zeichen,
in dem die Schöpfung Gottes uns anschaut,
diesem Zeichen,
verletzend
und voller Ausstrahlung,
scharfkantig
und zärtlich.

Du und deine Rose –
Ihr seid ein Zeichen
für die Zuwendung
und die Liebe, die die Tage hat werden lassen,
auch den Sonntag.

...eine Unterbrechung des Alltags.

Ein Innehalten...
mit der Rose.

Wie die Rose
möchte ich das Geschenk des Sonntags begreifen.
Seine Kostbarkeit erahnen.
Auch das Heilige an ihm...

(Pause)

Sonntag.
Eigentlich ist er der erste Tag in der Woche.
Der Tag der Auferstehung Jesu.

Ein Tag, an dem das Leben blüht –
ein Tag, an dem wir das Leben feiern.

Leben,
das stärker ist als alle Verletzungen,
stärker als alle Traurigkeit,
stärker als der Tod.

(Pause)

Die Rose:
Oft ist sie ein Zeichen aus Liebe...
...so wie der Sonntag
ein Zeichen der Liebe Gottes ist.

Und wie die Rose darauf angewiesen ist,
dass ich sie schütze,
pflege,
bewahre,
möchte ich Gottes Geschenk
pflegen,
schützen,
bewahren
und es mit auf meinen Weg nehmen.

Es zeigt mir, dass mein Leben gehalten ist im Segen Gottes,
von dem mich niemand trennen kann.

Lied: Eine kleine Rose...

Eine kleine Rose wächst, grünt und blüht in unsern Tag, in unsern Tag.
Sie ist ein kleines winziges Zeichen in der Härte dieser Zeit.
Dieses kleine Rosenzeichen geb ich dir, geb ich dir mit auf den Weg.

Eine kleine Rose – nimm sie nun mit in deinen Tag, in deinen Tag.
Sie ist ein kleines winziges Zeichen in der Kälte dieser Zeit.
Dieses kleine Rosenzeichen geb ich dir, geb ich dir mit auf den Weg.

Text: Hans-Jürgen Netz, Musik: Oskar Gottlieb Blarr - © tvd-Verlag Düsseldorf

[Bekenntnis – Lied – Abkündigungen – Lied]

Mögliche „Sonntags“-Lieder:

- *Ich lobe meinen Gott von ganzem Herzen (EG 272)*
- *Du meine Seele singe (EG 302)*
- *Sollt ich meinem Gott nicht singen (EG 325)*
- *Vertraut den neuen Wegen (EG 395)*
- *Lobt Gott, den Herrn, ihr Heiden all (EG 293)*
- *Meinem Gott gehört die Welt... (EG 408)*
- *Such, wer da will, ein ander Ziel (EG 346)*

Gebet

Ein Gebet, das natürlich nur Ideen für einige (Für-)Bitten (vor-)gibt – und das ergänzt werden will...

- 1 Gott,
wir danken dir für den Sonntag –
danken dir für die Unterbrechungen des Alltags.
Lass uns diesen Tag bewahren.
- 2 Wir bitten dich für alle Menschen, junge und alte, kleine und große -
schenk ihnen, schenk uns immer wieder ein Aufatmen,
dass wir uns immer wieder neu aufeinander einlassen können.
- 1 Wir bitten dich für alle, die sonntags arbeiten müssen.
Schenke auch ihnen Phasen der Erholung.
Lass die Unterbrechungen des Alltags für niemanden untergehen.
- 2 Wir bitten dich für alle, die Macht haben über Arbeit und Brot.
Schenk ihnen Ehrfurcht vor diesem Tag
und vor dir.
- 1 Gott,
wir danken dir für den Sonntag –
danken dir für die Unterbrechungen des Alltags.
Lass uns diesen Tag bewahren.
- 2 Vater unser im Himmel...

Lied(wiederholung): „Als Gott mit seinem Wort...“

Sendung und Segen

Sonntag.
Ein Sonnentag
vielleicht wenigstens – oder auch - im übertragenen Sinne...
Ein lichter Tag.
Ein Tag, der mein Leben erhellt.

Seit Generationen,
Jahrhunderten,
Jahrtausenden
ein Ruhetag

zwischen den Tagen täglicher Arbeit –
ein Tag zum Aufleben
zwischen all den Alltagen.

Ein Tag in der Familie,
für uns.
Ein Tag für mich.

*„...und als er alles vollendet hatte,
ruhte Gott am siebenten Tage von allen seinen Werken,
die er gemacht hatte.“
So steht es auf der ersten Seite der Bibel.*

Den Rhythmus finden
zwischen Arbeit und Erholung,
Anstrengung und Entspannung,
Alltagsroutine und schöpferischer Kreativität,
die mich erneuert.

... den Rhythmus finden
und ihn nicht wieder verlieren.

Den Rhythmus bewahren,
der mich erfrischt
und immer wieder neu aufstehen lässt.

Ein Tag, der mich stärkt.
Ein Tag, der mein Leben erhält.
Sonntag.

Gehen wir in diesen Sonntag mit dem Segen Gottes.
Gott segne dich und behüte dich.
Gott lasse leuchten sein Angesicht über dir und sei dir gnädig.
Gott erhebe sein Angesicht auf dich und gebe dir Frieden. Amen.

Musik

Ein Liturgieentwurf von Fritz Baltruweit, Michaeliskloster Hildesheim, Evangelisches Zentrum für Gottesdienst und Kirchenmusik. Die Umfrage machte Medienvikarin Sandra Schmalz (produziert von der Evangelischen Radiokirche im NDR, Hannover).

Das Portal (Umfrage) und die Sonntagsmeditation stammen aus: Fritz Baltruweit/Jan von Lingen, 52 Gottesdienstportale, Neue Eingangsliturgien für das Kirchenjahr – incl. CD, in der Reihe „gemeinsam gottesdienst gestalten“ Nr. 8, Hannover 2007.

*Entnommen aus: Gott sei Dank - es ist Sonntag. Impulse für die Gemeindegemeinschaft,
herausgegeben vom Haus kirchlicher Dienste der Evangelisch-Lutherischen Landeskirche
Hannovers (www.kirchliche-dienste.de). V.i.S.d.P.: Dine Fecht*