

Frauengottesdienst Gesegnetes Alter(n)

Stichworte: Alter(n), „Gib die Dinge der Jugend mit Grazie auf“, Gottesdienst von Frauen gestaltet, Gottesdienst mit allen Sinnen feiern.

Zielformulierung: Im Gottesdienst Erfahrungen von Frauen zum Altern zur Sprache bringen, Stärkung erfahren.

Hinweise zum Ablauf: Besonders für Gottesdienste ist die Authentizität aller Mitwirkenden wichtig. Deshalb sind die Texte darauf hin zu überprüfen, ob sie für alle so stimmen. Dies gilt besonders auch für Aktionen. Damit die Mitwirkenden auch glaubhaft „überkommen“ ist es wichtig, dass alle ihre Texte gut kennen, das Sprechen und Bewegen im gottesdienstlichen Raum gemeinsam geübt wird und sich die Gruppe gegenseitig kritisch-unterstützend Rückmeldung gibt. Auch die Technik muss vorher ausprobiert sein.

Mitwirkende: vier Frauen, **eine Musikfrau**, die die Lieder (falls nicht bekannt) vorher einübt und im Gottesdienst instrumental begleitet.

Benötigtes Material: Federn für die Fürbitte, Öl, weiße Lilie, Bibel in *gerechter* Sprache (Großdruck), Klangschale, Glas für die Federn, 4 Gläser für leicht duftendes Haut-Öl.

Liedblätter: Da wohnt ein Sehnen tief in uns / Ich sing dir mein Lied / Schenk uns Weisheit / Nimm du dich ihrer an (alternativ: Du Gott stützt mich) / Psalm / Vater – Mutter unser

Zeitdauer: ca. 1 Stunde

Vorbereitung: wenn möglich, die Stühle im Kreis oder im Halbkreis vor den Altar stellen

Raumgestaltung: Mitte oder auf Altar: Tücher in rostrot, Kerze, weiße Lilie, große Bibel in *gerechter* Sprache, Glasschälchen mit Öl, Schale mit Federn, Kollektenkörbe.

Musik beim Hereinkommen

Begrüßung

Votum

Gebet

Lied: Da wohnt ein Sehnen

Psalm Lesung, Psalm 71 Verse 1-9 und 17 bis 23

Lied: Ich sing dir mein Lied

Überleitung

Anspiel von drei Frauen mit Pause

Überleitung

Aktion Salbung

Lied: Schenk uns Weisheit

Fürbitten

Liedruf

Gebet

Abkündigung

Kollektenansage

Segen/Segenslied: Gott stärke dich

Ablauf des Gottesdienstes:

Lieder einsingen, Glocken läuten, Musik

Begrüßung

Votum:

Wir feiern diesen Gottesdienst in deinem Namen Gott,
du warst, du bist, du kommst. Amen

Gebet:

Wir sind hier und feiern diesen Gottesdienst,
mit all unseren Bildern im Kopf und im Herzen, die wir vom Alter haben,
und mit all unseren Erfahrungen, die wir schon gemacht haben,
mit unseren Ängsten und Vorurteilen,
Verlusten und Einschränkungen.

Wir sind hier
mit unseren eigenen Idealen von körperlicher Schönheit,
mit unseren Vorstellungen von einem schönen Leben,
mit unseren Hoffnungen und unseren Träumen.

Berühre uns, Gott,
öffne vor uns unser Leben mit all seinen Lebensphasen
wie eine Landschaft, die es zu entdecken gilt,
ein Leben lang.

Lass uns miteinander Wege finden und gehen,
Spuren von Freiheit, Sehnsucht und Lebendigkeit.
Sei du, Gott, dabei mit uns und unter uns.
Amen.

Lied: Da wohnt ein Sehnen tief in uns,

Text und Musik: Anne Quigley, deutscher Text: Eugen Eckert, 1992 Oregon Press Publications, Musik Edition Discoton GmbH, Berlin

aus: Das Liederbuch „Lieder zwischen Himmel“ und Erde, tvd-Verlag, Düsseldorf, 2009

Einleitende Worte zur Psalm-Lesung, wie dieser gemeinsam gelesen wird

Psalm 71 Verse 1-9 und 17 bis 23

¹ Bei dir, Lebendige, habe ich mich geborgen,
lass mich nicht für immer scheitern.

² Mit deiner Gerechtigkeit rette mich und lass mich entkommen,
neige dein Ohr mir zu und befreie mich.

³ Sei mir ein schützender Fels, zu dem ich immerzu kommen kann.
Du hast versprochen, mich zu befreien,
ja, mein Fels, meine Bergfeste bist du.

⁴ Mein Gott, lass mich aus der Hand der Verbrecher entkommen,
aus der Faust derer, die Unrecht tun, die gewalttätig sind.

⁵ Ja, du bist meine Hoffnung, göttliche Herrscherin,
Lebendige, meine Sicherheit, von meiner Jugend an.

⁶ Auf dich habe ich mich gestützt, vom Mutterleib an.
Aus dem Bauch meiner Mutter hast du mich herausgelöst,
dir gilt mein Lob immerzu.

⁷ Wie ein Wunder war ich für viele,
du aber bist meine sichere Zuflucht.

⁸ Mein Mund ist voll von deinem Lob,
alle Tage sind erfüllt von deinem Ruhm.

⁹ Verwirf mich nicht in der Zeit des Alters,
wenn meine Kraft schwindet, verlass mich nicht.

(...)

¹⁷ Gott, du hast mich unterwiesen seit meiner Jugend,
und noch jetzt erzähle ich von deinen wunderbaren Taten.

¹⁸ Auch bis zum Alter, bis zum grauen Haar, verlass mich nicht, Gott -
bis ich der nächsten Generation von deinem Arm erzähle,
allen Kommenden von deiner Stärke,

¹⁹ und von deiner Gerechtigkeit, die bis zum Himmel reicht, Gott.
Du hast Großes getan. Gott, wer ist wie du?

²⁰ Du hast uns Bedrängnisse sehen lassen – zahlreich und unheilvoll.
Kehr um, belebe uns wieder,

aus den Tiefen der Erde kehr um, führe uns herauf.

²¹ Du wirst mich groß machen, dich wenden, mich trösten.

²² Ich aber, ich will dir danken mit der Harfe,
deiner Verlässlichkeit, meine Gottheit.

Ich will für dich musizieren mit der Leier, Heilige Israels.

²³ Meine Lippen brechen in Jubel aus, ja, ich musiziere für dich,
meine Kehle, die du befreit hast.

Klangschale – Stille – Klangschale

Lied: Ich sing dir mein Lied

Text und Musik: aus Brasilien, Übertragung: Fritz Baltruweit, Barbara Hustedt
aus: Das Liederbuch „Lieder zwischen Himmel und Erde“, tvd-Verlag, Düsseldorf, 2009

Überleitung und Erklärung:

Die feministische Theologin Elisabeth Moltmann-Wendel beschäftigt sich schon seit etlichen Jahren mit dem Thema Alter, Körperlichkeit und reflektiert das auch theologisch. Sie hat ein Buch über Lebenskunst geschrieben und ein Kapitel dem Thema „Gib die Dinge der Jugend mit Grazie auf“ gewidmet.

Der provozierende Titel entstammt den sogenannten Baltimore-Regeln, auch „Desiderata“ genannt, die Max Ehrmann schon 1927 verfasste. Das Gedicht „Desiderata“ - auf Deutsch das Ersehnte, das Erwünschte – spiegelte das Lebensgefühl und die Lebens-Philosophie der 68er Jahre wider und wurde dadurch weit verbreitet.

Hören Sie hier einen Auszug aus dem Gedicht:

«Ertrage freundlich-gelassen den Ratschluss der Jahre, gib die Dinge der Jugend mit Grazie auf.
Stärke die Kraft des Geistes, damit sie dich in plötzlich hereinbrechendem Unglück schütze.
Aber beunruhige dich nicht mit Einbildungen.
Viele Befürchtungen sind Folge von Erschöpfung und Einsamkeit.
Bei einem heilsamen Maß an Selbstdisziplin sei gut zu dir selbst.»

Wir wollen versuchen, Ihnen Elisabeth Moltmann-Wendel's Gedankenansätze bezüglich dieses Zitats zugänglich zu machen. Dazu haben wir wichtige Aspekte in ein Gespräch zwischen drei Frauen gepackt.

Noch einmal das Desiderata-Gedicht vorlesen - mit Instrumentalmusik

«Ertrage freundlich-gelassen den Ratschluss der Jahre, gib die Dinge der Jugend mit Grazie auf.
Stärke die Kraft des Geistes, damit sie dich in plötzlich hereinbrechendem Unglück schütze.
Aber beunruhige dich nicht mit Einbildungen.
Viele Befürchtungen sind Folge von Erschöpfung und Einsamkeit.
Bei einem heilsamen Maß an Selbstdisziplin sei gut zu dir selbst.»

Danach Auftritt der beiden Frauen A und B (später kommt Frau C dazu)

Frau A: „Wenn ich das so höre, werde ich ärgerlich. Gib die Dinge der Jugend mit „Grazie“ auf...“ Ich werde älter, mein Körper wird schwächer, hinfälliger, eingeschränkter, Beschwerden nehmen zu...“ Da werde ich gar nicht gefragt, ob mir das gefällt oder in den Kram passt. Das geschieht einfach, das ist der Lauf der Dinge. Mit „Grazie“ hat das bestimmt nichts zu tun...“

Frau B: „In dem Gedicht geht es wohl eher um eine bestimmte innere Haltung zum Älterwerden, denke ich. Um ein bewusstes Loslassen-Können und In-sich-Selber-Ruhen, gerade auch im Alter.“

Frau A: „Das klingt für mich nach der üblichen Parole für Frauen, gerade für alte Frauen: Sei still, bescheiden und brav, gib dich zufrieden, erwarte und verlange nicht zu viel, nimm es hin und versuch, das Beste draus zu machen...“

Frau B: „Früher, vor 40 - 50 Jahren, war das wohl genauso. Da hatten Frauen und Mädchen unter dem Zwang eines solchen Denkmusters und einer festgelegten Frauenrolle viel mehr zu leiden, als heute. Meist gab es damals keine freie Wahl, für oder gegen Mutterschaft und Ehe...Heute ist unsere Gesellschaft jedoch viel freiheitlicher und individueller.“

Frau A: „Wenn mir alles weh tut und ich einen miesen Tag hab, dann wünschte ich mir manchmal schon, ich könnte mich mal so kurz eben 15 Jahre zurückbeamen. Da wäre ich gern wieder jünger, attraktiver, unbekümmerter, vor allem fitter...Das gefiele mir durchaus.“

Frau B: „So ein eigenes Wunschbild hat wohl jede von uns in sich- mal mehr oder weniger. Sonst könnte die Werbung und Kosmetikindustrie wohl kaum so viel Umsatz damit machen. Die heile Welt, das sind dort ja immer nur die Jungen, die Schlanken, die Gesunden, Sportlichen und Attraktiven... Wie viel hat dieses aber mit dem realen Alltag um uns herum zu tun?“

Frau A: „Kaum etwas, stimmt schon. Doch als junge Frau hatte ich keinerlei körperliche Beschwerden und OPs -die gab s für mich nur im Fernseher.“

Frau B: „Überleg doch mal genauer, erinnere dich... War alles immer so ideal als Jugendliche, in der Pubertät oder später als junge Frau? Ich fühlte mich damals oft nur verängstigt und unsicher, überfordert, mir fehlte Lebenserfahrung, Selbstbewusstsein oder einfach nur die nötige Routine.“

Frau A: „Ja, das kenne ich auch. In der Schule, in der Clique, im Beruf, in der Gemeinde, im Ort: Überall Leistungsdruck, ganz bestimmte Vorgaben, wie du dich zu geben und zu benehmen hast. Und die finanzielle Abhängigkeit damals steckte gleichfalls feste Grenzen ab und engte ein.“

Frau B: „Angenommen, du hättest eine Zeitmaschine parat: würdest du damit in deine Jugendzeit zurückreisen, um dort bleiben zu wollen?“

Frau A: „Oh nein, auf keinen Fall - auf diesen ganzen gesellschaftlichen Mief kann ich gern verzichten! Da hab ich heute wesentlich mehr Frei-Raum und Entscheidungsmöglichkeiten, innerlich wie äußerlich.“

Frau B: „Siehst du, ich auch! Und das fiel mir jedoch nicht einfach so von oben in den Schoß, sondern ist ein Teil meines Lebensweges, meiner persönlichen Reifung.“

Frau A: „Doch das mit dem Loslassen der Jugend ist nicht gerade leicht. Sich begehrt oder anziehend, ja erotisch zu fühlen, das fehlt mir echt und wenn ich mich morgens im Spiegel sehe oder ohne Kleidung, ist das alles andere als erhebend.“

Frau B: „Ich denke, du bist zu streng mit dir selber! Aber das steckt leider tief in uns allen drin... Sich nur nach Äußerlichkeiten zu richten, sich selber und andere - zack! sofort, quasi auf den ersten Blick in eine Schublade zu stecken. Dadurch fällt es umso schwerer, überhaupt noch neugierig aufs Leben zu sein.“

Gelungenes Älterwerden heißt für mich eigentlich: Ballast abzuwerfen im Kopf, im Herzen, im Alltag. Damit ich mich traue, Neuanfänge und Aufbrüche zu wagen. Anders zu sein als bisher, un-beschwerter, beschwingter, weil ich weiß, wer ich bin und was ich will.“

Frau A: „Das klingt fast zu schön, um wahr zu sein...Wo wirft denn Frau ihre Altlasten ab? Bei den Weight-Watchers? Oder beim Frühjahrsputz? Auf dem eigenen Flohmarktstand oder beim nächsten Umzug?“

Frau B: „Also, du bist Eine! Zwischen diesem Ballast und dem Ballast innendrin gibt es ja doch einen gewissen Unterschied...“

Es geht doch um deinen persönlichen, inneren Weg, der dir hilft, Leichtigkeit und Grazie zu entdecken - mit all deinen Falten, deinen Narben und deinem Hüftgold. Grazie als etwas Zaubenhaftes, Leichtes, Lebendiges wie ein bunter Schmetterling im Alltagstrott.

Bei mir zum Beispiel ist das die Musik, wenn ich im Chor singe oder wenn ich zu einer Melodie tanze, ob allein oder mit anderen zusammen, dann bin ich ganz hin und weg, ganz selbstvergessen... -und das tut mir richtig gut.“

Frau A: „Weißt du, mir geht es so, wenn ich mit meinen Freundinnen zusammen bin und wir miteinander lachen und erzählen, auch von Belastendem, Traurigem und wenn wir da auch mal weinen, klagen und schweigen können und doch einander trösten und respektieren - dafür bin ich immer wieder dankbar.“

Frau B: „Bei Ballast denke ich auch noch an etwas anderes. Unsere Generation hat ja schließlich noch die ganzen Kriegserlebnisse, die wir unweigerlich unser ganzes Leben mit uns herumschleppen. Ich glaube, da ist viel verdrängt worden, nicht daran erinnert und darüber gesprochen worden.“

Frau A: „Ich habe die Erfahrung gemacht, wenn wir den Schmerz, ja und auch den Schrecken zulassen und rauslassen, dann können wir auch diesen Ballast abwerfen und echte Erleichterung finden. Auch eine Form von Grazie- oder?“

PAUSE - Frau C kommt hinzu

Frau C: „Na, hallo, ihr Beiden, ihr seid ja so im Gespräch vertieft...Wälzt ihr hier etwa Probleme miteinander?“

Frau A: „Mehr oder weniger. Wir reden über einen Dauerbrenner von uns Frauen: übers Älterwerden...“

Frau B: „Und über das, was uns gegen die Schwerkraft des Alters hilft, was uns erfreut, stärkt und beflügelt, trotz alledem...“

Frau C: „Und? Habt ihr denn da ein Gegenmittel gefunden? Da bin ich gespannt, erzählt mal...“

Frau B: „Zum Beispiel Musikgenuss in allen Formen, Singen, Tanzen, Konzertbesuche, auch Workshops zum Selbermusizieren ...“

Frau A: „Bei mir sieht das ein bisschen anders aus: Für mich ist es die gute Gemeinschaft mit meinen langjährigen Freundinnen.“

Frau C: „Ich jedenfalls lese viel, um zu entspannen und nicht nur rumzugrübeln oder auch um Antworten auf Lebensfragen oder neue Denkanstöße zu finden.
Vor allem lese ich Biografien und schaue mir an, wie diese Menschen mit ihren Problemen umgehen und was ich vielleicht getan hätte oder nicht.“

Frau A: „Und? Geht das denn so einfach? Jeder Mensch ist doch verschieden und auch die jeweiligen Lebensläufe und Schicksale ...“

Frau C: „Ja, auf den ersten Blick schon, aber ein zweiter Blick lohnt sich... Beim Lesen fällt mir immer wieder auf, wie ähnlich viele unserer Sehnsüchte und Ängste sind, wie sich unsere Fragen und Sorgen oft wiederholen, wie über Generationen hinweg bestimmte Wünsche und Grundbedürfnisse uns allen gemeinsam sind. Das entlastet und tröstet mich in gewisser Weise...“

Frau A: „Mmh, ob das wirklich ein echter Trost ist? Ein Halt für meinen persönlichen Lebensalltag? Letztendlich muss ich doch versuchen, mit mir selber, meinem Leib und meinem Alter in Einklang zu kommen...“

Frau B: „Einklang... In meiner Lebensmelodie dürfen helle wie auch dunkle Töne aufklingen, harmonische wie dissonante, schräge. Alles ist ein Teil meines Innersten und meiner Stimmungen.“

Frau C: „Ein schönes Bild: meine eigene Seelen-Symphonie, das hat was!“

Frau A: „Mir ist noch was eingefallen: Wir Frauen altern anders, nämlich schneller als Männer. Wir haben so viele unterschiedliche Phasen im Leben erlebt: Vielleicht eine Schwangerschaft mit der anschließenden Geburt und der Umstellung. Ja und dann die Wechseljahre... Ich glaube, wenn wir diese Phasen bewusst erleben, werden uns die Vielfalt und der Reichtum weiblicher Existenz deutlich.“

Frau B: „Das klingt richtig gut. Das gefällt mir.“

Frau C: „Hier, ich muss euch unbedingt noch etwas zeigen, mein neuestes Aha-Erlebnis, das Buch hier!“
(zeigt den beiden ihr Ringbuch zum kurzen Ansehen)
Eine Rabbinerin aus New York, Margret Moers Wenig, schreibt hier über Gottesbilder. Für sie ist Gott jedoch weder ein Königsherrscher noch so eine Art Großvater mit Rauschebart. Nein, ihr Bild von Gott finde ich, ist etwas ganz Besonderes und ihr solltet euch mal darauf einlassen: sich Gott vorzustellen, als eine alte Frau, mit einem Schatz von Erinnerungen und mit Falten, rauer Stimme und schütterem Haar...“

Frau B - *schüttelt den Kopf*. „Also, ich weiß nicht, das ist mir allzu menschlich und befremdlich, irgendwie auch zu banal- ich meine halt - für Gott ...“

Frau C: „Wartet mal, Frau Moers Wenig fasst das viel besser in Worte als ich. Gott beschreibt sie hier als eine uralte, liebende Weltenmutter mit uns Menschen als ihren vielen, verschiedenen Kindern, hier auf Erden, eine Mutter, die uns von Geburt an kennt und auf uns wartet...“

Frau A: „Ein bisschen traurig klingt das schon, eher nach armen ollen Muttchen, so ganz allein und verlassen daheim...“

Frau C: „Von wegen olles Muttchen und traurig!... Ich les euch am besten mal was draus vor. Passt auf: Die Rabbinerin schreibt: "Gott, die Weltenmutter, sagt: Werde älter mit mir.- Gott nimmt unser Gesicht in ihre beiden Hände und flüstert: Hab keine Angst. Ich will treu zu dem Versprechen stehen, das ich dir gab, als du jung warst. Ich werde bei dir sein. Noch im hohen Alter werde ich bei dir sein und dich halten, wenn du grauhaarig bist. Ich habe dich geboren, ich trug dich, ich halte dich fest. Werde mit mir alt.“ -

PAUSE - alle schauen sich an - schweigen.

Frau B -*seufzt*:- „Schön ist das...wie Nachhause-Kommen und Bleiben-Können, einfach Da-Sein, so wie ich bin- an Gottes Schulter gelehnt, gehalten und gewiegt...“

Frau C: „Da wird mir auch ganz warm ums Herz...Wenn Gott so bei uns, bei mir ist und ich bei ihr, dann ist auch das Älterwerden ein Teil unsrer gemeinsamen Geschichte, unseres Miteinanders vom ersten bis zum letzten Atemzug, egal wie bitter oder süß dies ist...“

Frau A: „Das Schreckenskabinett Alter verlöre somit einen Teil seiner Schrecken, weil ich in Gottes Liebe und Gegenwart geborgen bin. Ach, wenn ich das mal so beherzigen könnte, dann fiel mir einiges leichter und mancher Stein vom Herzen....“

Frau B: „Ich glaube, das gilt für jede von uns... Ein wunderbares Bild ist das, ich nehme es gerne mit: mein Gott wird mit mir zusammen alt und ich bin und bleibe ihre geliebte Tochter...“

Frau C: „Und Gott meint es von Herzen gut mir... Und ich darf mir selber gut sein, mir Gutes tun, mich annehmen, rundum, so wie ich eben bin...“

Frau B: „Wisst ihr, was mir gerade durch den Kopf geht? Das Wort „Grazie“ über das wir vorhin noch miteinander sinniert haben, hat für mich jetzt noch einen ganz andere Bedeutung bekommen: Grazie bedeutet auch ein Geschenk für uns alle, aus der reichen und lebensstiftenden Göttlichkeit heraus fließend.“

Frau A: „Irgendwie hoffnungsvoll ist das und tröstlich, egal, wie alt frau gerade ist...oder sich fühlt.“
Alle nicken – gehen gemeinsam ab.

Überleitung zur Aktion „Sich selbst etwas Gutes tun“

Ich weiß nicht, wie es Ihnen mit manchen Aussagen von Elisabeth Moltmann-Wendel jetzt geht. Eine Aussage hat uns im Team bei der Vorbereitung besonders bewegt: „Und Gott meint es von Herzen gut mit mir... Und ich darf mir selber gut sein, mir Gutes tun, mich annehmen, rundum, so wie ich eben bin...“

In den folgenden Minuten soll Zeit dafür sein, sich selbst Gutes zu tun.
Dazu haben wir in kleine Gläser, die gleich durch die Reihen gehen, ein ganz zart duftendes und gut verträgliches Hautöl gefüllt.
Wenn Sie möchten, nehmen Sie eine Fingerspitze von dem Öl und geben es auf die Hand oder den Arm und verreiben es ganz sachte.
Tun Sie sich selbst damit etwas Gutes!
Sagen Sie sich selbst: Gott meint es von Herzen gut mit mir!

Aktion: Salbung.... Begleitet von meditativer Instrumentalmusik

Lied: Schenk uns Weisheit

Text und Melodie: Irmgard Spieker, Weltgebetstag der Frauen – Deutsches Komitee e.V. ,
aus: Singen von deiner Gerechtigkeit-Das Gesangbuch in gerechter Sprache, Gütersloher Verlagshaus, 2005

Fürbitte (wenn möglich mit Beteiligung aller - mit Federn)

Ich lade Sie nun ein, in die Mitte (bzw. zum Altar) zu kommen, ihre Bitte, ihre Gedanken zu sagen und eine Feder niederzulegen.

Nach jeder Bitte (bei vielen Teilnehmerinnen nach einigen Fürbitten) singen wir gemeinsam den

Liedruf „Nimm du dich ihrer an, nimm dich ihrer an. Darum bitten wir dich. Amen

Melodie: Burkhard Jungcurt, aus: Singen von deiner Gerechtigkeit-Das Gesangbuch in gerechter Sprache, Gütersloher Verlagshaus, 2005

(Alternativ: Du Gott stützt mich, Du Gott stärkst mich, Du Gott machst mir Mut

Text und Melodie: Dorothea Schönhals-Schlaudt, aus: Singen von deiner Gerechtigkeit-Das Gesangbuch in gerechter Sprache, Gütersloher Verlagshaus, 2005)

Fürbitten, ggf. eine Fürbitte für einen aktuellen Anlass

Eine Feder für alles, was noch nicht gesagt wurde

Dazu **Liedvers:** Nimm du dich ihrer an

Oder selbst Fürbitten formulieren und Federn ablegen

Mutter - Vater unser

Alle unsere Gedanken und Gebete legen wir in das Gebet, das Jesus gelehrt hat. Sie finden es auf ihrem Liedblatt mit leichten Veränderungen, die alle mitbeten, die es möchten:

Vater und Mutter unser im Himmel

Geheiligt werde dein Name.

Dein Reich komme,

dein Wille geschehe

wie im Himmel so auf Erden.

Unser täglich Brot gib uns heute

und vergib uns unsere Schuld,

wie wir vergeben unseren Schuldigern.

und führe uns in der Versuchung,

und erlöse von dem Bösen

Denn Dein ist das Reich und die Kraft

und die *Zärtlichkeit* in Ewigkeit. Amen

Kollekte ankündigen (z. B. Ev. Hospiz)

Die Kollekte unseres Gottesdienstes ist bestimmt für das Evangelische Hospiz in... Im Hospiz geht es darum, schwerstkranken Menschen in der allerletzten Lebensphase Selbstbestimmung und Lebensqualität zu gewährleisten – trotz der Einschränkungen, die eine schwere Erkrankung mit sich bringt. Vielfache pflegerische Maßnahmen, eine größtmögliche Flexibilität bei der Essenszubereitung, das Eingehen auf individuelle Wünsche und Bedürfnisse und die Unterstützung durch Ehrenamtliche helfen Patientinnen und Patienten und ihren Angehörigen in einer schwierigen Lebenssituation, das Leben und den Abschied in Würde zu gestalten. *Kollekte einsammeln*

Segenslied oder wenn möglich, Segenstanz z.B. „Gott stärke dich“

Text: Andrea Bauer, Kanon: Bernd Schlaudt, Tanz: Dorothea Schönhals-Schlaudt, aus: Feministische Werkstatt Liturgie-Komm Ruach, Heft Nr. 10, Beratungsstelle für Gestaltung von Gottesdiensten, Frankfurt, 1997

Einladung zum anschließenden Beisammensein bei Getränk und Gebäck

Den Gottesdienst haben erarbeitet:

Helga Häfner, Ulrike Kress, Sabine Schäfer (Evangelische Frauen – Stadtverband Frankfurt e.V.), Mechthild Nauck (EVangelisches Frauenbegegnungszentrum Frankfurt)