



## **Gib uns mehr Licht und lass uns für einander eintreten** **Meditatives Abendgebet zur Aktion Lucia-Licht gegen Brustkrebs**

Lucia heißt Lichtträgerin.

Jeden Tag sterben in Deutschland Frauen an den Folgen einer Brustkrebserkrankung. Für diese Frauen, die täglich sterben, zünden wir heute ein Licht an – überall in Deutschland.

Unser Licht soll auf die ernstesten Probleme in der Versorgung der Betroffenen hinweisen. Mit der „Aktion Lucia-Licht gegen Brustkrebs“ wird im Oktober auf die Probleme und die Forderungen von an Brustkrebs erkrankten Frauen und ihren Familien aufmerksam gemacht. Wir fordern weitere Forschung und Verbesserungen in der Behandlung und der Nachsorge.

Kerzen zum Gedenken und zur Mahnung zünden wir vor der Kirche an.

## **Gib uns mehr Licht und lass uns füreinander eintreten zur Aktion Lucia-Licht gegen Brustkrebs**

### **Hinweise zur Ausführung und Gestaltung der Meditativen Abendandacht 2015**

#### **„Aus Quellen schöpfen“**

##### **Ihren Termin**

Ihren Termin der Meditativen Abendandacht 2015 möchten wir gerne auf unserer Homepage [www.EvangelischeFrauen.de](http://www.EvangelischeFrauen.de) einstellen. Bitte melden Sie uns dazu folgende Daten: Datum, Uhrzeit, Ort, Adresse, Veranstalterinnen, Ansprechpartnerin.

##### **Ihre Rückmeldung**

Wir freuen uns über jede Form der schriftlichen oder mündlichen Rückmeldung!

##### **Plakat und Mitteilung für den Gemeindebrief**

Auf unserer Homepage [www.EvangelischeFrauen.de](http://www.EvangelischeFrauen.de) finden Sie im Login für Mitglieder u.a. die Vorlage für eine Einladung im Gemeindebrief und das Logo der Aktion Lucia.

Das Plakat unserer Aktion „Gib uns mehr Licht und lass uns füreinander eintreten“ erhalten Sie auf Anfrage zugemailt.

##### **Pressemitteilung**

Ebenso senden wir Ihnen eine vorgefertigte Pressemitteilung mit den gesundheitspolitischen Forderungen der diesjährigen „Aktion Lucia“ zu. Bei weiteren Fragen kontaktieren Sie

Ulrike Lang, Tel.: 06151 66 90-157

E-Mail: [Ulrike.Lang@EvangelischeFrauen.de](mailto:Ulrike.Lang@EvangelischeFrauen.de)

##### **Meditative Abendandacht „Aus Quellen schöpfen“**

Diese Andacht ist ein Vorschlag. Die Durchführung der Abendandacht kann an jedem Ort und in jeder Gemeinde verschieden sein. Nehmen Sie sich die Freiheit, die Abendandacht an Ihre Raumverhältnisse und auch an Ihre Gemeindesituation anzupassen. Die einzelnen Teile sind Vorschläge. Sie können sie gerne verändern und spielerisch-kreativ damit umgehen. Es gibt keine Nummerierung der einzelnen Mitwirkenden. Wählen Sie aus Ihren Teams die Frauen, die Lust dazu haben, einen konkreten Text zu lesen und die dafür eine besondere Gabe mitbringen.

Bei der Vorbereitung und Durchführung ist es wichtig, dass sich jede die Texte, die sie zu sprechen hat, inhaltlich gut aneignet, sie nicht nur abliest, sondern sie auch so verändert, wie es ihrer eigenen Sprache/ihren eigenen Gedanken entspricht.

##### **Vorbereitungsteam**

Die Vorbereitung und Durchführung der Abendandacht anlässlich der Aktion Lucia-Licht gegen Brustkrebs ist ein Projekt, das davon lebt, Frauen aus verschiedenen Bezügen um das Thema Brustkrebs wie zum Beispiel Selbsthilfegruppen nach Krebs, Frauen aus Beratungsstellen, aus Gesundheitszentren, Frauenbeauftragte, etc. anzusprechen und einzubinden. Die Abendandacht wird in der Regel als ökumenische Andacht gefeiert.

##### **Benötigtes Material**

Liedblätter, Tücher zur Raumgestaltung, einen oder zwei kleine Tische mit Wasserschalen, Handtücher und eine Kerze. Eine Lucia-Kerze, wenn vorhanden. 46 Kerzen für die Außenaktion-Frauenzeichen.

Lieder, die Ihnen und/oder der Gemeinde nicht bekannt sind, empfehlen wir, mit dem Organisten/der Organistin vorher zu üben und mit der Gemeinde evtl. anzusingen.

##### **Das Ritual: Wasser schöpfen - Zuspruch erhalten**

Je nach Anzahl der Besucher\_innen gibt es eine oder zwei Ritualstationen im Altarraum (bei mehr als 20 Personen bitte eine zweite Station einplanen). Diese sollten eher seitlich in den Altarraum als frontal gestellt werden. Ein Tuch zum Trocknen der Hände sollte bereitgelegt sein. An jeder Station steht eine Frau. Sie fragt nach dem Namen der Person und hält eine Schale lauwarmen Wassers bereit. Die Angesprochene schöpft mit beiden Händen Wasser und lässt es wieder in die Schale rinnen. Zum persönlichen Zuspruch legt die Ritualgeberin ihren Mittelfinger in die Handfläche der Teilnehmenden und spricht den Zuspruch. Beispiel: Uta, Gott stärke Dich,.... (siehe Abendandacht).

## **Aus Quellen schöpfen**

### **Meditative Abendandacht anlässlich Aktion Lucia — Licht gegen Brustkrebs**

**Begrüßung am Eingang**  
**Eventuell Einsingen der Lieder**  
**Musik zum Anfang**

#### **Begrüßung:**

Herzlich Willkommen zur Meditativen Abendandacht: Aus Quellen schöpfen.

Evangelische und katholische Frauen haben sich gemeinsam mit Betroffenen vor über zehn Jahren der „Aktion Lucia-Licht gegen Brustkrebs“ angeschlossen. Sie haben unter der Überschrift „Gib uns mehr Licht und lass uns füreinander einstehen“ die meditativen Abendandachten ins Leben gerufen, um die Aktion zu unterstützen und ihr in Kirche eine Stimme zu geben. Überall in Deutschland wird im Oktober auf die Probleme und die Forderungen von an Brustkrebs erkrankten Frauen und ihren Familien aufmerksam gemacht.

Im Vorbereitungsteam sind Frauen aus unterschiedlichen Zusammenhängen und Konfessionen zusammengekommen. Wir sind aus dem Landesverband Ev. Frauen in Hessen und Nassau e.V., aus der Frauenselbsthilfe nach Krebs e.V., von... ..usw.. Wir bedanken uns sehr herzlich bei der Gemeinde, bei der wir zu Gast sein dürfen.

Gemeinsam wollen wir heute mit unseren Gedanken zu dem gehen, was jede und jeder braucht, was uns reinigt, erfrischt und uns geistige wie leibliche Stärkung gibt.

#### **Votum: (Lucia-Kerze anzünden)**

Gott, Schöpferin des Lebens,  
vor dir stehen wir und entzünden diese Kerze.  
Sie erinnert uns an deine Zusage „Ich bin das Licht der Welt“.  
Möge dieses Licht uns leuchten,  
unseren Weg erhellen und uns Kraft und Wärme schenken.  
Amen.

**Lied:** Gottes Wort ist wie Licht in der Nacht, EG 572

#### **Eingangsworte zum Anlass der „meditativen Abendandacht“**

Liebe Besucherinnen und Besucher, die Aktion Lucia-Licht gegen Brustkrebs wurde unter der Schirmherrschaft von Regine Hildebrandt 2001 ins Leben gerufen. Das Engagement von Frauen und Interessenverbänden zeigt seine Wirkung. Vieles hat sich seither in der Brustkrebsmedizin und der Versorgung verbessert. Die Zahl der Frauen, die an dieser Krankheit sterben, ist zurückgegangen, sie hat sich jetzt auf einem gleichbleibenden Niveau eingependelt. Die Heilungschancen haben sich verbessert. Brustkrebs ist zu 80% heilbar. In allen Phasen der Krankheit ist eine psychoonkologische Begleitung und eine gute Nachsorge von großer Bedeutung. Dafür, aber auch für eine niedrigschwellige Beratung werden flächendeckend mehr Fachkräfte und Psychotherapeuten gebraucht. Diese Forderung wollen wir heute unterstützen. Wir hoffen, dass unsere Wünsche gehört werden und wenn wir in einem Jahr wieder zusammenkommen, umgesetzt sind.

Mit der Andacht erinnern wir auch der Frauen, die an dieser Krankheit gestorben sind. Wir sammeln Kräfte und lassen uns von Gott stärken, um mutig immer wieder neu ins Leben zu gehen.

#### **Psalm 23:**

Unserer heutigen Andacht legen wir Worte aus Psalm 23 zugrunde.

Im Psalm steht geschrieben, dass Gott für mich sorgt und mir den Weg weist. Sein Bemühen und sein Schutz lassen mich aufatmen. Auf meinem Lebensweg bin ich mal der Quelle ganz nahe, mal weiter weg, mal steuere ich auf sie zu. Manchmal ist der Lebensweg überschattet und die Quelle noch nicht erreicht, die ich so klar vor mir sehe. Ich bin auf dem Weg und du bist bei mir, Gott.

Gemeinsam wollen wir den Psalm sprechen. Die eingerückten Verse sprechen bitte die links von mir Sitzenden (*mit einer Geste anzeigen*). Die rechts Sitzenden beginnen bitte mit mir.

### Psalmlesung

<sup>1</sup>Adonaj weidet mich, mir fehlt es an nichts.

<sup>2</sup>Auf grüner Wiese lässt Gott mich lagern,  
zu Wassern der Ruhe leitet Gott mich sanft.

<sup>3</sup>Meine Lebendigkeit kehrt zurück.  
Gott führt mich auf gerechten Spuren –  
so liegt es im Namen Gottes.

<sup>4</sup>Wenn Finsternis tief meinen Weg umgibt,  
Böses fürchte ich nicht.

Ja, du bist bei mir,  
dein Stab und deine Stütze – sie lassen mich aufatmen.

<sup>5</sup>Du bereitest einen Tisch vor mir,  
direkt vor denen, die mich bedrängen.  
Mit Öl salbst du mein Haupt.  
Mein Becher fließt über.

<sup>6</sup>Nur Gutes und Freundlichkeit  
werden mir alle Tage meines Lebens folgen,  
und zurückkehren werde ich in das Haus Adonajs  
für die Dauer meines Lebens.

**Lied:** Alle meine Quellen entspringen in dir, Strophe 1 und 2

Musik und Text: Leonore Heinzl. Aus: Singt von Hoffnung, Neue Lieder für die Gemeinde, Evangelische Verlagsanstalt, 2008/2010 oder Arbeitsbuch Weltgebetstag Ägypten 2014, Seite 213

**Thematische Einführung:** *Die Berichte können von Frauen direkt aus dem Kirchenraum vorgetragen werden.*

Drei Frauen berichten uns nun von unterschiedlichen Aspekten, die bei einer Krebserkrankung zum Tragen kommen können.

#### **Frau 1: Eine Breast- Care-Nurse, auch Brustschwester genannt, beschreibt ihre Arbeit.**

Ich erlebe es, dass jede Frau, die sich einer Behandlung wegen Brustkrebs unterziehen muss, vor ungeahnten Anforderungen steht und von Expertinnen professionell unterstützt werden sollte. In einem Brustzentrum soll für je 100 Neuerkrankungen eine Breast-Care-Nurse-Pflegeexpertin zur Verfügung stehen. Ich bin solch eine ausgebildete Brustschwester. Ich sehe meine Aufgaben in der Vermittlung zwischen Ärzten, Pflegepersonal, Patientinnen und Angehörigen, aber auch in der Vermittlung zu den Sozialbehörden, den Selbsthilfegruppen, dem Sanitätshaus. Durch gute Information und Schulung stärke ich die Patientinnen in ihrer Kompetenz und beziehe ihre Familien mit ein. So können individuelle Lösungen entwickelt werden. Gemeinsam mit den betroffenen Frauen suche ich Wege, alle Ressourcen für eine erfolgreiche Behandlung zu nutzen. In meinem Arbeitsgebiet leiste ich eine durchgängige persönliche Unterstützung während der gesamten Behandlungszeit. Der Schwerpunkt liegt im Verstehen und Unterstützen, in einem empathischen, kompetenten und ganzheitlichen Umgang mit den Frauen. Als Breast-Care-Nurse bin ich begleitend tätig, zum Beispiel bin ich bei den Arzt-Patientinnen-Gesprächen zugegen. Ich berate zu Fragen eines guten Therapieverlaufs und kann viele praktische Tipps geben. Ich informiere, wenn es darum geht, aktuelles medizinisches Wissen zu erklären oder spezielle Informationen einzuholen. Für die Patientinnen übernehme ich viele koordinierende Tätigkeiten, wie Terminabsprachen zur Weiterbehandlung oder bei Behörden und Therapie-Instituten. Ich meine, dass die Arbeit der Breast-Care-Nurse eine große Bereicherung ist. Das Wissen und meine ganzen Erfahrungen sehe ich als eine Quelle, die das Vertrauen in eine gute Behandlung stärkt.

**Lied:** Alle meine Quellen entspringen in dir, Strophe 3 und 4

Musik und Text: Leonore Heinzl. Aus: Singt von Hoffnung, Neue Lieder für die Gemeinde, Evangelische Verlagsanstalt, 2008/2010 oder Arbeitsbuch Weltgebetstag Ägypten 2014, Seite 213

**Frau 2:** (*sitzend mit Schreibkladde und Stift in der Hand*)

**Eine ehemalige Patientin schreibt an eine neu erkrankte Freundin**

Meine liebe Freundin, ich bin in Gedanken und mit meinem ganzen Herzen bei dir. Du weißt ja, dass ich diesen Weg durch die Erkrankung vor einigen Jahren auch gegangen bin. Ich möchte dich unterstützen und für dich da sein. Meine Geschichte ist nicht deine Geschichte, doch es kann gut sein, dass sich Situationen der Krankenhausroutine oder die Art der Gespräche mit den Ärztinnen und Ärzten sich ähneln. Ich hoffe, dass der Austausch von meinen und deinen Erfahrungen, dir etwas mit auf den Weg geben kann.

Ich wollte zu meiner Heilung beitragen und deshalb waren mir Verstehen, Vertrauen finden und Hoffnung haben im gesamten Behandlungsprozess und in den Gesprächen mit all den Fachleuten besonders wichtig. Es hat mich beruhigt, die Vorgänge zu verstehen und mich nicht permanent überfordert zu fühlen. Es hat mir gut getan, Zeit zu haben mich mit den medizinischen Sachverhalten auseinanderzusetzen und wenn ich es brauchte, Pausen einzuhalten, bevor die weiteren Schritte in der Behandlung erfolgten. Zuerst habe ich mich zu schnellen Entscheidungen gezwungen gefühlt. Dies hat mich sehr verunsichert. Schnell sollte der Untersuchungstermin gemacht sein, schnell der Röntgentermin, schnell die Entscheidung zur Operation. Immer fühlte ich mich wegen der Brisanz zu schnellen Entscheidungen gedrängt. Die bildgebenden Verfahren in der Medizin können mich als Menschen in einigen Minuten durchleuchten, mich scheinbarweise rastern und können die Basis für eine gute Diagnostik sein, aber ich fragte mich, wo bleibt die Zeit, auch meine Psyche, meine Seele und meine Lebensumstände zu sehen.

Ich wollte, dass der Arzt und die Ärztin mich als Frau mit Ängsten, Gefühlen, aber auch mit Widerstandskraft und Hoffnung wahrnimmt. Ich war mir ganz sicher, dass wir uns einen Raum gegenseitigen Verständnisses schaffen sollten. Beide sollten wir Vertrauen zueinander haben können, und ich habe alles daran gesetzt, dass sich dies zwischen uns entwickelt hat. Ich wünschte mir das Gefühl, dass die Ärztinnen und Ärzte, das Pflegepersonal und meine Familie und ich ein Bündnis schmieden, um die Krankheit anzugehen. Im Verlauf der Therapien war es mir wichtig, meine persönlichen Bedürfnisse einzubringen und eigene Wünsche auch in dieser Phase zu verwirklichen. Diese Momente stärkten meine Hoffnung und gaben mir neue Kraft. Das wünsche ich mir auch für dich und dass dir deine inneren Quellen immer zugänglich sind.

**Lied:** Alle meine Quellen entspringen in dir, Strophe 5 und 6

Musik und Text: Leonore Heinzl. Aus: Singt von Hoffnung, Neue Lieder für die Gemeinde, Evangelische Verlagsanstalt, 2008/2010 oder Arbeitsbuch Weltgebetstag Ägypten 2014, Seite 213

**Frau 3:** (*liest aus einer Zeitung, eventuell Mitgliederzeitung einer Krankenkasse*)

**Auszüge aus einem Artikel über die Situation berufstätiger Frauen und Brustkrebs**

Die größte Anzahl von an Brustkrebs erkrankten Frauen steht im Arbeitsleben. Fast alle Betroffenen sind eine Zeitlang nicht arbeitsfähig. Andere kehren selbst nach kurzer Zeit wieder an den Arbeitsplatz zurück. Die meisten berufstätigen Frauen mit Brustkrebs können innerhalb eines Jahres nach Behandlungsbeginn ohne größere Probleme an ihren alten Arbeitsplatz zurückkehren, übergangsweise gegebenenfalls in Teilzeit. Oft erfahren sie ihre Arbeit als Stütze und profitieren von einer Tagesstruktur. Die Normalität eines Arbeitsalltags kann gut tun, was doch ansonsten wenig normal ist im Alltag. Der Beruf kann ihnen eine Kraftquelle sein, er kann ihnen verloren geglaubte Wertschätzung zurückgeben. Soziale Kontakte und Anerkennung am Arbeitsplatz schaffen das wertvolle Gefühl, gebraucht zu werden und mitwirken zu können. Es ist wichtig, in dieser Zeit genau zu prüfen und abzuwägen, ob es gut ist teilweise oder ganz am Arbeitsplatz zu bleiben. Stehen noch ambulante Therapien an, sollte unbedingt auf die nötige Zeit und eine großzügige Erholung geachtet werden. Es ist empfehlenswert, frühzeitig die Weichen für eine Rückkehr ins Arbeitsleben und die „Normalität“ zu stellen. Alle Arbeitgeber sind gehalten, für den Wiedereinstieg einer betroffenen Mitarbeiterin, die nicht wieder sofort am gewohnten Arbeitsplatz tätig sein kann, ein betriebliches Eingliederungsmanagement durchzuführen. Ziel soll sein, die Arbeitsunfähigkeit zu überwinden und den Arbeitsplatz zu erhalten. Für einen stufenweisen Wiedereinstieg erarbeiten der behandelnde Arzt und die Patientin einen Plan, an dessen Ende wieder die vollständige Wiedereingliederung steht. In dieser Situation ist es sinnvoll, das richtige Maß zu finden, die eigenen Quellen zu aktivieren und auf die eigene innere Stimme zu hören.

**Lied:** Alle meine Quellen entspringen in dir, Strophe 7

Musik und Text: Leonore Heinzl. Aus: Singt von Hoffnung, Neue Lieder für die Gemeinde, Evangelische Verlagsanstalt, 2008/2010 oder Arbeitsbuch Weltgebetstag Ägypten 2014, Seite 213

## **Kyrie**

Wenn Sie möchten, sprechen Sie das Kyrie bitte für sich mit. Sie finden es auf Ihrem Liedblatt.

Lasst uns vor Gott bringen, was uns bedrückt:  
Gott, du Ewige!  
Du hast mich und uns alle verschieden erschaffen,  
wir sind das Werk deiner Hände.  
Darum hast du mir zugesagt, mich zu begleiten.

Du hast meinen Körper wunderbar geschaffen. Doch ich erlebe auch wie zerbrechlich er ist.  
Ich durchlebe Situationen, in denen es mir richtig schlecht geht, in denen ich an dir zweifele.  
Für jeden Tag brauche ich so viel Kraft,  
das nimmt mir Energie und Lebensmut.

Ich zweifele an dir, Gott  
Manchmal bist du mir verborgen,  
und in mir sind viele Fragen, auf die ich keine Antwort habe,  
es fällt mir dann schwer, dich in meinem Leben zu spüren.

Gib mir ein Zeichen, sieh' mich an.  
Bleibe bei mir und lass deinen Geist zu mir kommen,  
auf dass ich allerorten Lebenskraft und Lebendigkeit spüre.

Erfülle mich mit frischem Atem,  
erquicke meine Sinne mit reichen Eindrücken.  
Ich möchte meinen Körper als Freundin wahrnehmen.  
Schenke mir Zeiten, in denen ich mich zufrieden und lebendig erlebe.

**Liedvers:** O Heiliger Geist, kehre bei uns ein, EG 130, Strophe 2

## **Zuspruch**

Du hast uns mit deinen Worten zugesagt, uns zu den Quellen des Lebens zu führen. Du willst unsere gute Hirtin sein und schenkst uns lebensnotwendiges Wasser und sicheren Grund.  
Du trägst für uns Sorge und bist für uns da.  
Du lässt uns aufatmen und schenkst uns immer wieder neue Kraft und immer neue Zeichen deines Schutzes, deiner Nähe und Begleitung.  
Wir loben dich:

**Lied:** Meine Seele lobt dich, Gott

aus: Durch Hohes und Tiefes, Gesangbuch der Evangelischen Studierenden Gemeinde Deutschland, Strube-Verlag, 2008

## **Gedanken zu Psalm 23**

Gott leitet mich sanft zu sprudelnden Wassern der Ruhe. In einem sicheren Weidegrund auf einer Wiese mit grünem, saftigem Gras, sprudelnden Quellen frischen sauberen Wassers. Welch' ein schönes Bild zeigt uns dieser Psalm. An diesem Ort fehlt es mir an nichts. Ein sicherer Platz zum Ruhen und Kräftesammeln entfaltet sich vor meinem inneren Auge. Ich darf einfach da sein. Alles, was ich brauche, ist da.

Wasser - das Element, das Menschen, Tiere und die ganze Schöpfung unabdingbar zum Leben brauchen, gibt es in Fülle. Aus einer sprudelnden Quelle entspringt es. Und dann ist es da. Die Quelle galt in der Mythologie als weinendes Auge der Erdenmutter. Mit ihren Tränen nährt sie den Boden aus dem alles wächst. Fruchtbar und lebensspendend fließt es aus der Quelle. Im biblischen Zusammenhang symbolisiert die Quelle den Ursprung des Lebens. Sie ist Ausdruck von Gottes Güte und Segen. Das Wasser der Quelle nährt Lebenskraft und Lebensmut. Dort zu verweilen und Lebendigkeit zu erfahren, ist mir versprochen. Im Psalm heißt es, meine Lebendigkeit kehrt zurück. Ich darf der Lebendigen vertrauen, und bildlich gesprochen, teilhaben an saftigem Gras und den sprudelnden Wassern, den Grundlagen des Lebens.

Aber auch wenn mein Weg durch Lebenskrisen und Krankheit führt, wenn Finsternis den eigenen Weg umgibt, kann ich darauf vertrauen, dass Gott an meiner Seite ist und mir den Weg bereitet. Die Lebendige tröstet, stützt, nährt und gibt Sicherheit. Hoffnung, Freude und Liebe sind ihre Botschaften. Sie führt mich zu den Quellen des Lebens, sie nimmt mich an der Hand, wenn meine eigenen Quellen verschüttet oder versiegt sind. Die Lebendige bringt mich in Kontakt mit den vielfältigen Erscheinungsformen des Wassers, sie lässt mich die Quellen lebendigen Wassers entdecken.

Der Jesuitenpater Alfred Delp drückt dies so aus: „In uns selbst strömen die Quellen des Heils und der Heilung. Gott ist als ein Brunnen in uns, zu dem wir zu Gast und Einkehr geladen sind. Diese inneren Quellen müssen wir finden und immer wieder strömen lassen in das Land unseres Lebens.“ Alfred Delp, Gesammelte Schriften, Hrsg. von Roman Bleistein, Band IV. Frankfurt/Main 1984. Seite 273

So wollen wir die Klänge des quellenden Wassers hören und unsere innere Stimme wahrnehmen. Wir wollen Sorge tragen, dass unsere Quellen nicht versanden. Neue Quellen wollen wir entdecken. Seien wir achtsam mit uns, so wie wir sind.

Ich lade Sie nun ein, die gehörten Worte einen Moment in uns wirken zu lassen.

### **Stille – 2 Minuten**

Der Ton der Klangschale begleitet Sie zu Beginn und zum Ende der stillen Zeit.

**Lied:** Da wohnt ein Sehnen tief in uns

Aus: Durch Hohes und Tiefes, Gesangbuch der Evangelischen Studierendengemeinde Deutschlands

### **Überleitung zum persönlichen Zuspruch und zur Salbung mit „Wasser schöpfen“**

Gott, du Lebendige, wir haben von deinem Zuspruch gehört, auch von deiner Botschaft des lebendigen Wassers, die uns innere Quelle ist und uns begleitet. So laden wir Sie jetzt ein, ein persönliches Ritual und einen Zuspruch für sich anzunehmen. Wer mag, kommt zu der/n Ritualstation/en. Spüren Sie die frische Kraft des Wassers und empfangen Sie die Salbung auf Ihrer Hand.

Möge das Wasser, das Sie schöpfen reinigen.

Möge das frische, kühle Nass den Lebensschmerz stillen.

Möge das Wasser Sie mit seiner heilenden Kraft erfrischen und stärken.

### **Ritual:**

An der Station wartet eine Frau mit einer Schale frischen Wassers. Sie fragt nach Ihrem Namen. Sie schöpfen mit beiden Händen Wasser und lassen es über Ihre Hände zurück in die Schale rinnen. Dann legt Ihnen die Ritualgeberin den Mittelfinger in die Mitte Ihrer linken Handfläche und gibt Ihnen den Zuspruch:

Name....., Gott stärke Dich mit der Kraft des lebendigen Wassers.

*(Während des Rituals kann leise Musik eingespielt werde. Ein Tuch zum Trocknen der Hände liegt bereit)*

### **Mut-Bitten:**

Gott du Quelle unseres Lebens.

Vor dir wollen wir unsere Gedanken und Hoffnungen ernstnehmen.

Vor dich bringen wir, was uns bewegt.

Nach jeder Mut-Bitte singen wir gemeinsam „Gott stärke dich, Gottes Geist erfülle dich,...“

**Möge Gottes Geistkraft** uns langen Atem schenken, der uns durch die schweren Tage hindurch trägt.

Wir singen gemeinsam „Gott stärke dich, Gottes Geist erfülle dich,...“

**Möge Gottes Geistkraft** uns Freude schenken, die uns einlädt, das Leben zu genießen mit all den Menschen, die uns liebgeworden sind.

Wir singen gemeinsam „Gott stärke dich, Gottes Geist erfülle dich...“

**Möge Gottes Geistkraft** uns Vertrauen in unsere Körper geben, damit wir uns immer wieder neu erleben.

Wir singen gemeinsam „Gott stärke dich, Gottes Geist erfülle dich...“

**Möge Gottes Geistkraft** unter uns wirken, dass wir in Familie und Partnerschaft auch in Zeiten der Krankheit achtsam und gut miteinander umgehen.

Wir singen gemeinsam „Gott stärke dich, Gottes Geist erfülle dich...“

**Möge Gottes Geistkraft** in allen gedeihen, die sich in Selbsthilfegruppen, in Initiativen und bei Aktionen für die Anliegen Betroffener und deren Angehörige engagieren.

Wir singen gemeinsam „Gott stärke dich, Gottes Geist erfülle dich...“

**Möge Gottes Geistkraft** in allen denen wirken, dass die berechtigten Interessen nach guter psychotherapeutischer Versorgung Gehör finden und umgesetzt werden.

Wir singen gemeinsam „Gott stärke dich, Gottes Geist erfülle dich...“

**Möge Gottes Geistkraft** unsere Heilungskräfte stärken, sodass wir kraftvoll und sicher unsere Wege gehen.

Wir singen gemeinsam „Gott stärke dich, Gottes Geist erfülle dich...“

**Liedruf:** Gott stärke dich, Gottes Geist erfülle dich,

Text Andrea Bauer, Musik Bernd Schlaudt, aus: Du, Eva, komm sing dein Lied, Dorle Schönhals-Schlaudt, 1993

### **Mutter Vater unser / DU, Gott im Himmel**

Geheiligt werde dein Name.

Dein Reich komme,

dein Wille geschehe

wie im Himmel so auf Erden.

Unser tägliches Brot gib uns heute

und vergib uns unsere Schuld,

wie auch wir vergeben unsern Schuldigern.

Und **führe uns in der Versuchung,**

und erlöse uns von dem Bösen

denn Dein ist das Reich und die Kraft

und **die Zärtlichkeit** in Ewigkeit. Amen

**Lied:** Du bist mein Zufluchtsort

aus: Weltgebetstags-Liturgie, Ägypten 2014

### **Kollektenansage**

#### **Ankündigung:**

Wir möchten unsere Anliegen für die „Aktion Lucia“ nach draußen vor die Kirche tragen, dazu nehmen Sie sich bitte aus dem Korb an der Ausgangstür eine Kerze mit. Wir wollen sie vor der Kirche im Bild des Frauenzeichens anordnen und die Kerzen im Gedenken an unsere Verstorbenen entzünden. Danach sind Sie herzlich eingeladen, im Gemeindehaus / in der Kirche noch beisammen zu bleiben.

#### **Segen:**

Bitte stehen Sie zum Segen auf und legen Sie sich selbst den rechten Mittelfinger in die Mitte Ihrer linken Handfläche und spüren nach.

Die Lebendige segne Dich und behüte Dich.

Die Lebendige lasse ihr Licht leuchten über Dir und nähre Dich.

Die Lebendige zeige Dir Deine alten Kraftquellen und führe Dich zu neuen.

Die Lebendige begleite und stärke Dich auf deinen Wegen.

### **Musik zum Ausgang**

*Am Kerzenkreis im Freien kann noch ein Abendgedicht oder Lied angestimmt werden.*



**Quellentanz – eine Möglichkeit:**

Ein Tanz, der uns erinnert und ermutigt, uns aufzumachen zu den Quellen des Wassers.

Wenn es Ihre Raumverhältnisse zulassen, können Sie nach dem Ritual „Wasser schöpfen“ noch einen Quellentanz einbringen. Als Musik eignet sich eine ruhige Musik im Vierertakt oder eine Musikstück auf der Musik-CD des Weltgebetstags Ägypten 2014, Brunnentanz. Tanzanleitung im WGT-Arbeitsbuch S. 263 oder im Materialpool der Homepage [www.EvangelischeFrauen.de](http://www.EvangelischeFrauen.de) in der Rubrik Übungen und mehr.

**Postkarte zu Psalm 23**

Beim Landesverband Evangelische Frauen in Hessen und Nassau e.V. ist eine schöne Bildkarte mit dem Psalm 23 zu einem günstigen Preis zu erwerben (siehe: [www.EvangelischeFrauen.de/artikelliste/kategorie/postkarten.html](http://www.EvangelischeFrauen.de/artikelliste/kategorie/postkarten.html))