

Andacht zum WGT 2019 „Od primo srce“ – „wir öffnen unser Herz“

Material: Kerze, Streichhölzer, ggf. Plakat zum Titelbild, sowie DIN A3 Kopien des Liedtextes
Kerze anzünden

Ablauf der Andacht:

Gebet

| | |
|----------------------------------|---|
| Lebendige Gottheit, | - Korrente Haltung |
| erfrische mich wie Tau am Morgen | - rieselnde Bewegung mit den Fingern von Kopf bis Fuß |
| öffne mich | - Arme nach vorne ausstrecken |
| stärke mich | - Hände auf das Herz legen |
| halte mich | - Hände an die Schultern fassen, „sich umarmen“ |
| bewege mich | - Schritt nach vorne gehen |
| Amen. | |

Der diesjährige WGT lädt uns ein – Kommt, alles ist bereit! Wir erinnern uns an das Titelbild, da ist der Tisch gedeckt, wir können zum Fest kommen. Dort Brot und Wein teilen – den beliebten Hefezopf Potiča und Weintrauben.

Und auf dem Tisch ist ein Herz nicht zu übersehen. Sozusagen ein Jahrmarktherz, ein Lebkuchenherz, das man in Slowenien gerne verschenkt. Auf dem Titelbild ist es ein rotes Herz mit weißer Verzierung und einer gemalten Nelke aus Zuckerguss.

Ich will das Bild vom Herzen aufnehmen und Ihren Blick- einen inneren Blick – auf das eigene Herz werfen – auf Ihr Herz werfen.

Unser Herz – Motor in unserem Leben. **- Herzschlag spüren**

(Geht das im Winter durch die Pullover ggf. schlecht, dann nehmen Sie den Puls als Indiz, dass sich Ihre Herzkammern zusammenziehen und arbeiten. Fühlen Sie Ihre Schlagader, am Handgelenk oder am Hals und kommen Sie zur Ruhe, um zu spüren.)

Zurück zum Herzen. Es ist eines der ersten Organe, die im menschlichen Körper angelegt.

Schon mit 3 Wochen, ab dem 24. Tag, beginnt es zu schlagen.

Unsere Herzen sind rund 15 cm groß und in der Regel bis zu 300 g schwer. Wenn Sie eine Faust machen, erkennen Sie in etwa das Volumen Ihres Herzens!

Ihr Herz, es pumpt in der Minute im normalen Zustand einmal das gesamte Blut durch den Körper, rund 5 Liter. Im Ruhezustand schlägt das Herz dabei bis zu 80 Mal. Sie wissen - bei Anstrengung schlägt das Herz auch 200 Mal in der Minute und kann bis zum Fünffachen der Pumpleistung erbringen, das wären dann 25 Liter Blut.

Unser Herz, Motor unseres Lebens!

Unser Herz, hier sitzt das Gefühl.

Im Alten Israel wurde das anders gesehen. Hier wurde es als Sitz der Vernunft und des Verstandes gesehen, weniger ist es der Sitz der Gefühle oder der Liebe. Deshalb heißt es auch im 5. Buch Mose, Kapitel 29, Vers 3, dass der Mensch Augen hat, um zu sehen, Ohren, um zu hören, und ein Herz, um zu verstehen. Das Herz verarbeitet und ordnet die Eindrücke, die von außen kommen. Salomo, der Patron der Weisheit, bittet Gott um ein hörendes Herz. Damit bittet er um einen wachen, aufmerksamen Verstand und Geist (1. Kön. 3,9).

Das ändert sich - Vernunft und Verstand setzt Platon ins Denken, dass er im Gehirn ´verortet´

(nach Gedanken von: Silvia Schroer, Thomas Staubli, „Die Körpersymbolik der Bibel“, © 2005 by WBG, Darmstadt, Lizenzausgabe für das Gütersloher Verlagshaus, Gütersloh).

Das Wort „Herz“ ist eines der meistgebrauchten Worte in der Bibel. Tatsächlich erscheint es dort 876 Mal. Wir sagen manchmal: „Mit Herz und Hand“, oder mit „Herz und Verstand“. Nichts anderes ist gemeint als: Mit Herz und Handeln, tatkräftigem Tun, mit Hand anlegen. Und „Mit Herz und Verstand“ meint, sich aktiv von der Liebe leiten lassen mit dem Verstand.

In der Liturgie haben wir ein Lied, das das Herz aufnimmt. Im Refrain ruft es uns zu: „Od primo srce“ (gesprochen sirzee), „wir öffnen unser Herz“!
Für was öffnen wir unser Herz – das Gefühlshertz, das Herz der Liebe, der Wärme, der Nähe?
Sie haben einen Moment Zeit, ganz bei sich zu sein und dem nachzuspüren, wofür öffnen Sie Ihr Herz?

Zurückkommen in unsere Mitte...

Unser Lied – es ist aus unserem Kulturkreis, wurde zu diesem Weltgebetstag geschrieben von einer jungen deutschen Musikerin. Es nimmt den Inhalt der Liturgie auf. Wir singen es zwischen den Lebensgeschichten der Frauen im Gottesdienst.

Wir erahnen Lebenswege – wenn wir die Geschichten der Frauen hören.

Wir gehen achtsam durch die Welt – interessiert am Leben der anderen, an Ihren Erfahrungen, an Ihren Hoffnungen und Ängsten.

Wir vertrauen auf Gottes Nähe – für die Frauen und für uns, denn wir singen weiter:

Komm uns nah und bleib bei uns!

Od primo srce, wir öffnen unser Herz – wir sind offen, Neues zu hören, es an uns rankommen zu lassen, uns zu öffnen für das, was uns da ansprechen will.

Lassen Sie uns gemeinsam das Lied singen und bewegen. **TANZERKLÄRUNG, siehe Anlage**

Lied singen – bewegen im Tanz, alternativ von der CD hören.

Zum Abschluss stehen alle im Kreis. Das Gebet wird mit Einschüben von Frauen gesprochen.

Erklärung zur Weitergabe des Sprechens durch Handdruck. (Wir fassen einander an den Händen im Kreis. Die Leiterin beginnt, benennt das, wofür sie ihr Herz öffnen will in ein bis zwei Sätzen. Danach gibt sie einen Handdruck im Uhrzeigersinn an die Nachbarin, die dadurch weiß, dass sie folgt. Möchte jemand nichts sagen, gibt sie den Handdruck weiter in aller Stille. Wichtig ist zu Beginn zu klären, dass nur die Person etwas sagt, bei der der Handdruck angelangt ist.)

Gott, wir stehen hier im Kreis vor Dir.

Der Weltgebetstag beschäftigt uns, das heißt für uns miteinander Neues hören und Ideen finden für unsere WGT-Arbeit zu Hause. Dank sei Dir für alle Impulse, Gespräche, Begegnungen, die uns hier geschenkt werden.

Wir öffnen unser Herz – in unsere Runde wollen wir unsere Anliegen vor Dich bringen und um Deinen guten Geist für unsere Vorhaben bitten.

Gott, ich öffne mein Herz für... (Gedanken der Teilnehmerinnen)

Guter Gott, segne und behüte uns, schenke uns die nötige Kraft, den Mut, vielleicht auch die Gelassenheit, die von Nöten ist, um unsere Wege einzuschlagen, wo wir unsere Herzen öffnen wollen.

Und alles, was uns noch bewegt, nehmen wir hinein in das Gebet, dass Christus uns gelehrt hat: Vater unser im Himmel.... Amen.

Elisabeth Becker-Christ, 08.11.2018

Tanzbeschreibung zu „Wir öffnen unser Herz“ - WGT 2019 Slowenien

Wir erahnen Lebenswege, gehen achtsam durch die Welt

→ 4 Schritte nach rechts in Tanzrichtung, dto. wiederholen

Oder alternativ (am Platz auf der Stelle):

Rechts seit, links ran, rechts seit, links ran & wiederholen

Wir vertrauen auf Gottes Nähe:

→ 4 Schritte zur Mitte, Arme nach oben führen

Alternativ am Platz Arme nach oben führen

Komm uns nah und bleib bei uns.

→ 4 Schritte zurück, Arme und Hände vor Brust kreuzen

Alternativ am Platz Arme und Hände vor Brust kreuzen

Od primo srce!

→ Hände zur Schale vor den Körper führen

Wir öffnen unser Herz.

→ Ein großes Herz beschreiben; Hände gehen nach oben, nach außen und über die Seite nach unten

Od primo srce! Wir öffnen unser Herz.

→ Bewegung wiederholen (siehe oben)

Christine Rudershausen, Juni 2018