



Monatsimpuls Juli: Das Gute am Sommer/Hochsommer

Was Sie sich bereitlegen sollten: einen Teller mit verschiedenen Sommerfrüchten, Papier und Stift, EG+.

Begrüßung

Der Monat Juli steht uns ins Haus. Wussten Sie, dass mit dem Monatsnamen Juli (lat. *Iulius*) dem römischen Staatsmann Julius Caesar ein bleibendes Denkmal gesetzt wurde. Zu seinen Ehren wurde im römischen Kalender der vorherige Monatsname *Quintilis* überschrieben.

Im Sommer hat die Julisonne ihre aufbauende Wirkung überschritten, entfaltet aber dennoch erst jetzt ihr ganze Fülle an Licht und Wärme. Hitze und Trockenheit in einem übergroßen Ausmaß bekommen wir in den letzten Jahren vermehrt zu spüren. Was bis jetzt herangewachsen ist, geht in den Zustand der Reife über, die Ähren sind zum Beispiel voll ausgebildet und trocknen am Halm. Vieles an Obst ist reif, prall und köstlich. Sommer steht für Ferien und Freiheit, für Vergnügen und lange Nächte, für essbare Köstlichkeiten und lebensspendendes Wasser. Im Hochsommermonat läuft alles auf die Spitze zu, der Zenit wird überschritten, er ist bereit für die Verwandlung.

Lied: Schenke mir Gott ein hörendes Herz, EG+ 140

Zum Hören:

[Schenke mir, Gott, ein hörendes Herz \(NL 190\) - Bing video](#) 2:43 Minuten

Einstimmung

Wir wollen uns sammeln. Bitte schließen Sie für einen Augenblick die Augen. – Pause –

Wir spüren unseren Atem, wie er durch den Körper fließt. – Pause–

Wir fühlen die Luft, die unser Gesicht streichelt. – Pause –

Wir hören, welche Geräusche an unser Ohr dringen. – kurze Stille –

Wenn Sie möchten, können Sie auch während des folgenden Gebets die Augen geschlossen halten.

Gebet

Gott, Gütige, es ist Sommer. Wir freuen uns an dieser Zeit voll Licht und Wärme.

Eine Zeit, die uns versichert: Alles wird gut, alles ist da!

Denn jetzt dürfen wir von der fruchtbaren Erde viele guten Gaben pflücken. Wir dürfen nehmen und genießen, was sie uns mit offenen Händen entgegenhält. Das köstliche Obst, das Gemüse, die Blumen und die Früchte des Ackers.

Möge dieser Sommer uns in unserer Lebensfreude stärken, uns Trost spenden, wo er vonnöten ist und uns in dem Glauben bestärken, dass du Gott es gut mit uns meinst. Amen

Impuls:

Wer erinnert sich nicht gerne an die schönen Bilder eines Sommers? Denn der Sommer ist eine Einladung zum Träumen, zum Verreisen, zum Lieben, zum Eisschlecken, zum Blumenpflücken, zum Schwimmen gehen und noch so vielem mehr.

Wie riecht, schmeckt und hört sich der Sommer an? Nach süßen Früchten, Vanilleeis und Kinderlachen, nach sommerlichen Ausflügen, nach Leben in der Natur. Kinder und Enkelkinder haben bestimmt die gleichen sinnlichen Freuden am Sommer wie die ältere Generation sich erinnert oder heute gerne selbst erfährt.

Es gibt manche Dinge, die immer gleichbleiben werden, wie der Klang, wenn das Rauschen der Blätter und der Geschmack einer vom Strauch gepflückten Himbeere.



Es gibt einfache und doch so besondere Erinnerungen an den Sommer, die wir alle miteinander teilen.



Wissen Sie, wie der Sommer riecht?
Der Sommer riecht wie

Bitte ergänzen Sie den Satz auf einem Blatt und schreiben so viel Gerüche und Situationen auf, wie Sie gerne möchten.



Wissen Sie, wie der Sommer schmeckt?
Der Sommer schmeckt wie

Kosten Sie nun eine Frucht aus Ihrem bereitgestellten Fruchtteller.

Versuchen Sie mit ganzer Achtsamkeit zu essen, konzentriert und langsam: Mit den Augen erfassen, mit dem Geruch erschnuppeln, mit den Lippen fühlen, mit den Zähnen kauen und die Konsistenz erfahren, im Gaumen zergehen lassen, langsam schlucken und nachspüren.

Wie köstlich nur ist diese Gabe des Sommers. Ich will mein Herz öffnen. Meine Sinne will ich weit machen und mich ergötzen an den sommerlichen Gaben. Den Leckerbissen will ich mich ergeben und den Wohlgeschmack für lange in mir bergen. Die ganze Pracht des Sommers will ich mit Haut und Haaren aufnehmen in meinen Körper. Mögen die Sommererlebnisse mir in anderen Tagen gute Erinnerungen sein. Jetzt will ich sie sammeln und Vorräte anlegen. Die Köstlichkeiten, die Hitze, die Farben, die laue Luft, das Abendrot und die Sternennächte, das Zusammensein, die Lust und die Sehnsucht ...

Zeit für Stille

Lied: Ich sing dir mein Lied, EG+ 96

[Ich sing dir mein Lied NL 56 - Bing video](#)



Gebet nach Psalm 65:

Gott, Quelle des Lebens, du bist auf die Erde gekommen, du bist bei uns.

„Da strömte sie über“.

Gott, deine Werke sind groß! Wir staunen über deine Wunder! Du hast die Erde beschenkt, ausgestattet wie einen Bach mit frischen Wassern und mit gesunden und kräftigen Ähren als Grundlage und Nährboden für Wachstum und Leben.

„Ja, so richtest du sie auf“

Gott, meine Mutter, du sorgst für die Erde, für Pflanzen und Grün und für alle Tiere und Menschen, die dort heimisch sind. Der Regen, die Temperaturen, die Böden, die Nahrung, das Zusammenspiel von allem steht unter deinem Schutz.

Gott Gütige, du krönst das Jahr mit deinen Gütern. Deine Gaben sind wie Bäche im trockenen Land und wie volle und reife Obstbäume auf grüner Wiese. Du machst das Land voll mit Früchten. Du selbst schaffst sie. Auch das Brot kommt von dir. Aus der Erde bringst du das Korn

An unwirtlichen Orten drängt Leben hervor und bevölkert und begrünt das Land. Die Vielzahl der Tiere ist unübertrefflich und wunderbar.

„Übermütig werden sie – ja, sie singen!“

Unsere Freude und Dankbarkeit für deine Schöpfung lass uns erkennen und gib uns das Bewusstsein für einen achtsamen verantwortlichen Umgang. Dass wir loben und danken aus ganzem Herzen. Amen.

Ulrike Lang, Referentin Frauenarbeit, Ev. Frauen in Hessen und Nassau e.V., Juli 2021