



## **Auszug aus dem Materialheft: Stärkt eure Herzen, Gottesdienst zum zweiten Sonntag im Advent 2021**

### **4. Ablauf des Gottesdienstes**

Im Überblick:

- Persönliche Begrüßung am Eingang
- Evtl. Ansingen der Lieder
- Musik zum Eingang
- Begrüßung
- Wochenspruch Lukas 21, 28 und Votum
- Anzünden der Kerzen am Adventskranz
- Lied: Macht hoch die Tür, EG 1 oder Tochter Zion, EG 13
- Einleitung
- Bildpräsentation „Geduld“ mit meditativer Musik
- Psalm 80 (BigS) Verse 2-5, 15-16, 19-20 (Liedblatt)
- Kyrie, Gloria, Gebet
- Lied: Sehen können, EG+ 3
- Lesung
- Lied: O Heiland, reiße die Himmel auf, EG 7, 1-4
- Predigt unterbrochen durch Musik (Instrumental von EG+ 1)
- Lied: Mache dich auf und werde licht, EG+ 1
- Nachdenken über die Frage „Was stärkt eure Herzen?“  
Postkarte beschriften, musikalische Untermalung
- Einsammeln und Aufhängen der Karten, Instrumentalmusik
- Fürbitten
- Vater/Mutter unser
- Lied: Der Geist der Liebe und Besonnenheit (Liedblatt)
- Ansage der Kollekte und Mitteilungen aus der Gemeinde, dabei Erklärung zur Aktion
- Segen
- Die Gottesdienstgäste nehmen sich von der Leine eine Karte und gehen zum Ausgang, währenddessen Musik.
- Verabschiedung und Kollekte am Ausgang

## 5. Gottesdienst zum 2. Advent „Stärkt eure Herzen“

### Musik zum Eingang

#### Frau 1: Begrüßung mit Wochenspruch und Votum

*Frau 1 und Frau 2 stehen vor dem Altar.*

Herzlich willkommen zum Gottesdienst am 2. Advent, den wir Frauen vorbereitet haben.

Was meinen Sie, wie viele Stunden im Jahr verbringen Sie mit Warten? Warten in der Supermarktschlange, am Telefon oder im Wartezimmer. Das sind bestimmt zig Stunden. Für mich würde ich sagen, da kommt im Jahr schon mal eine ganze Woche zusammen. Und dann gibt es das Warten noch in viel größeren Zusammenhängen: Warten auf Versöhnung, auf Heilung, auf Glück. Geduldig sein, das gehört zu unserem Leben. Und trotzdem, ist es manchmal eine echte Herausforderung mit der Geduld.

**Frau 2:** Langmut, Gelassenheit, Verzweiflung und auch Wut. Vielfältige Gefühle können aufsteigen, wenn Geduld gefragt ist. Erst recht, wenn uns das Leben mehr Geduld abverlangt als wir aufbringen können. Wir wollen heute zusammen darüber nachdenken, wie wir unsere Herzen stärken können. Woraus schöpfen wir die Kraft, die wir in solchen Momenten im Leben brauchen? Was tröstet und was ermutigt uns?

**Frau 1:** Der Wochenspruch für diesen 2. Sonntag im Advent steht bei Lukas im 21. Kapitel und heißt: „Richtet euch auf und erhebt euren Kopf! Denn eure Befreiung ist nahe!“  
(*Frau zündet nacheinander die beiden Kerzen am Adventskranz an.*)

**Frau 2:** Wir feiern diesen Adventsgottesdienst  
im Namen Gottes,  
Liebe, die uns trägt,  
Hoffnung, die uns aufrichtet  
und Kraft, die uns ermutigt und bewegt.  
Amen.

**Frau 2:** Wir singen nun das  
**Lied:** Macht hoch die Tür, EG 1 oder Tochter Zion, EG 13

#### Frau 1: Impuls

Früher, als ich noch ein Kind war, dachte ich, nur Kinder müssen geduldig sein. Irgendwie hatte sich in meinem Kopf die Vorstellung festgemacht, dass man aus dem „Geduldig sein müssen“ eines Tages rauswächst. Nach und nach musste ich feststellen, dass ich völlig falsch lag. Vielmehr wurde mir klar, was alles in meinem Leben nicht in meinen Händen liegt. So vieles können wir nicht erzwingen, ganz gleich wie sehr wir es wollen. Manches kann uns nur zuwachsen.

**Frau 2:** Also ich muss zugeben, das mit dem „Zuwachsen“ ist manchmal so eine Sache. Ich warte nicht gern. Das fängt schon morgens mit der Schlange beim Bäcker an. Mein Geduldsfaden reißt schnell. Ich erinnere mich an das „Bohmentagebuch“ meiner Tochter. Sie schrieb es für eine Schulaufgabe in der 2. Klasse. Jedes Kind bekam zwei weiße Bohnen, die es zunächst wässern und danach einpflanzen und beobachten sollte. Die Fortschritte sollten in einem „Bohmentagebuch“ festgehalten werden. Das Tagebuch meiner Tochter sah folgendermaßen aus:

*(Die Angabe der Tage wird von einer Stimme aus dem Kirchenraum gelesen.)*

1. Tag: Habe die Bohnen gut gewässert.
2. Tag: Heute habe ich sie in die Erde gepflanzt.
3. Tag: Die Bohnen sind gegossen.
4. Tag: Ich beobachte meine Bohnen.

5. Tag: Jetzt heißt es abwarten.
6. Tag: Es ist immer noch nichts zu sehen.
7. Tag: Langsam habe ich keine Lust mehr.
8. Tag: Immer noch bloß Erde.
9. Tag: Oh Mann!

**Frau 1:** Oje, sowas kann sich aber auch hinziehen. Kam denn dann irgendwann der erhoffte Spross?

**Frau 2:** Das zog sich noch!

*(Stimme aus dem Kirchenraum fährt fort.)*

10. Tag: Bohnen sind gut gegossen.
11. Tag: Ich habe die Bohnen gerettet, Mama wollte sie wegwerfen.
12. Tag: Immer noch nichts zu sehen.
13. Tag: Sie wachsen endlich! Ich sehe etwas Grünes!

**Frau 1:** Ein Glück!

Da wurde eure Geduld schlussendlich doch noch belohnt.

**Frau 2:** Dieses Bohnenexperiment hat meine Geduld auf die Probe gestellt. Ich muss aber sagen, daraus habe ich viel gelernt. Viele Dinge brauchen zum Wachsen und Reifen Zeit. Aber wie viel Zeit sie benötigen, das liegt leider oft nicht in unseren Händen.

**Frau 1: Bildpräsentation „Geduld“ mit meditativer Musik**

Gehen Sie mit unserer Bilderschau auf eine persönliche Entdeckungsreise zu den vielfältigen Facetten von Geduld.

*(Die PowerPoint-Präsentation kann auch entfallen.)*

**Frau 3: Psalm 80 (BigS) Verse 2-5, 15-16, 19-20**

Wir wollen Verse aus Psalm 80 im Wechsel sprechen. Wir lesen ihn in der Fassung der Bibel in *gerechter* Sprache. Sie finden den Psalm auf Ihrem Liedblatt. Die von mir aus auf der linken Seite sitzende Gemeinde beginnt mit mir (*zeigen*). Die auf der anderen Seite übernehmen bitte die eingerückten Verse mit Frau ....

Hirte Israels, höre,  
der du Josef leitest wie Schafe,  
der du auf den Kerubim thronst, erstrahle vor Efraim,  
vor Benjamin und vor Manasse!

Biete auf deine Stärke – komm doch, uns zur Rettung!

Gott, stelle uns wieder her!

Lass dein Angesicht leuchten, dann sind wir gerettet.

Ha-Schem, Gott der Himmelmächte,  
wie lange zürnst du trotz des Gebets deines Volkes?

Gott der Himmelmächte, kehre doch um!

Schau vom Himmel und sieh!

Nimm dich dieser Weinrebe an!

Festige, was deine rechte Hand pflanzte,  
auch den Menschensohn, den du für dich hast stark werden lassen.

Wir wollen nicht von dir weichen,

lass uns leben, dann werden wir deinen Namen anrufen.

Ha-Schem, Gott der Himmelmächte, stelle uns wieder her!

Lass dein Angesicht leuchten, dann sind wir gerettet.

### **Frau 1: Kyriegebet**

Ewige Geistkraft,  
ach, könnten wir nur die Wege verstehen, die vor uns liegen.  
Es gibt so vieles, auf das wir warten, ja das wir erwarten:  
Wir warten auf Veränderung,  
wir warten auf Heilung,  
wir warten auf Liebe und Nähe,  
wir warten auf dein Licht, das auch unser Leben erhellt.  
Komm' zu uns und mache hell, wo Finsternis die Herzen schwer macht.  
Gott, erbarme dich!

### **Frau 2: Gloria**

Gott hat sich über uns erbarmt und erwartet uns voll Langmut und Gnade:  
„Barmherzig und gnädig ist Gott, geduldig und von großer Güte“  
(Psalm 103,8, nach rev. Luther 2017)

### **Frau 2: Gebet**

Du, Gott, erwartest uns geduldig,  
wenn wir nach dir suchen.  
Mal zögernd, mal erwartungsfroh sind wir auf unserem Weg.  
Du kommst uns entgegen und sendest deinen Sohn in unsere Welt.  
Hilflos und klein.  
Ein Zeichen der Hoffnung - wie ein Same der Liebe -  
in unsere Herzen gelegt.  
Dafür danken wir dir. Amen.

**Lied:** Sehen können, was kein Auge sieht, EG+ 3

### **Frau 3: Lesung**

Der Bibeltext zum 2. Advent steht im 5. Kapitel des Jakobusbriefes.  
Die Menschen damals kannten dieses „Ringen mit dem eigenen Geduldsfaden“ nur zu gut. Es war keine einfache Zeit. In den noch jungen Gemeinden gab es viele Auseinandersetzungen. Oft ging es um die Frage, was macht Christsein wirklich aus? Was ist gutes und richtiges Verhalten?  
Es war regelrecht ein Balanceakt mit den verschiedenen Lebensrealitäten umzugehen, die in den Gemeinden zunehmend aufeinanderprallten. Immer mehr Reiche kamen dazu und der Jakobusbrief beklagt, dass solch wohlhabende Christ\*innen innerhalb des Gemeindelebens bevorzugt wurden. Hingegen hatten es Witwen, Waisen, Arme oder kranke Menschen schwer, ihren Lebensunterhalt zu bestreiten. Diese unterschiedlichen sozialen Voraussetzungen und der Umgang miteinander führten zu Spannungen.  
Und so legt der Brief den Finger in die Wunde und fragt: Messt ihr euer eigenes Handeln überhaupt an eurem christlichen Glauben? Setzt ihr in die Tat um, was ihr glaubt und betet?  
Der Jakobusbrief aber ermutigte die Gemeindeglieder, die mit ihren schwierigen sozialen Lebensumständen zu kämpfen hatten. Er forderte sie auf, geduldig auszuharren.  
Denn über allem stand die Hoffnung der frühen Christinnen und Christen, dass der auferstandene Christus in nicht allzu ferner Zeit zurückkommen sollte. Dann wären Ungerechtigkeiten, Schmerzen und Leid an ihr Ende gekommen. Gerechtigkeit würde allen widerfahren, die unter Unrecht leiden. Aber bis dahin mussten die Christinnen und Christen zum geduldigen Durchhalten ermutigt werden. Doch nicht nur Ermutigung, auch Trost steckt in den Worten, um die es heute Morgen gehen soll.

**Frau 4:**

Ich lese die Verse 7 und 8 in der Übersetzung der Bibel in *gerechter* Sprache.

„Geduldet euch nun, meine Schwestern und Brüder, bis Jesus kommt!“

Auch diejenigen, die vom Acker leben, erwarten die kostbare Frucht der Erde so, dass sie sich gedulden, bis die frühen oder die späten Früchte reif sind. Geduldet auch ihr euch, stärkt das Denken, Fühlen und Wollen eurer Herzen, denn Jesus kommt bald!“

**Lied:** O Heiland reiß die Himmel auf, EG 7, 1-4

**Frau 1:** „Stärkt das Denken, Fühlen und Wollen eurer Herzen, denn Jesus kommt bald!“, schreibt Jakobus. Aber wie geht das ... die Herzen stärken? Was macht mein Herz stark, wenn es verunsichert, erschrocken, verletzt oder vollkommen entmutigt ist?

**Frau 2:** In einer schweren Zeit in meinem Leben habe ich erfahren, was mein Herz stärkt.

Damals musste ich ein neues Kniegelenk bekommen. Die Operation habe ich immer wieder hinausgeschoben. Sie hat mir nicht so recht in den Kram gepasst und mir war es auch unangenehm. Was würden nur meine Kolleginnen sagen, wenn ich Wochen ausfalle?

Irgendwann ging es dann nicht mehr anders. Der Eingriff verlief gut. Nach der Operation machte ich viel Beweglichkeits- und Muskulatur-Training. Anfangs waren zehn Minuten Laufen super. Das erweiterte ich dann Stück für Stück bis hin zu ganzen Spaziergängen. Es war ein langer Weg. Wenn ich in dieser Zeit Fortschritte machte, wurde ich oft richtig euphorisch und überschwänglich. Die Quittung kam stets prompt: Das Knie schmerzte und mit den Schmerzen kam die Angst, bei der OP sei etwas schiefgelaufen. Das Kopfkino ging los.

Nach und nach begriff ich, dass die Grenze zwischen Belastung und Überlastung fließend verläuft. Und so musste ich lernen, auf die Signale meines Körpers zu achten und mit mir selbst geduldig zu sein. Das fiel mir anfangs sehr schwer.

Für mich war es wichtig, meine ständigen Selbstansprüche loszulassen, meine Erwartungen beiseitezulegen. Doch bald schon entwickelte ich ein viel besseres Gespür für meine eigenen Grenzen. Ich bekam ein gutes Gefühl dafür, wann ich mich noch etwas fordern und wann lieber schonen sollte. Diese Zeit war für mich eine echte Geduldsprobe auf dem Weg zurück in den Alltag.

**Musik:** Mache dich auf und werde licht, EG+ 1 (instrumental)

**Frau 1:** „Stärkt das Denken, Fühlen und Wollen eurer Herzen, denn Jesus kommt bald!“

Manchmal können es auch andere Menschen sein, die stärken und aufrichten. Mir gibt das Gefühl von Gemeinschaft und Zusammenhalt viel zurück.

**Frau 3:** Es ist noch gar nicht so lange her. Es war im letzten Dezember. Unsere Frauengruppen hatten sich nun seit Monaten nicht getroffen. Und irgendwann machten sich Zweifel breit: Würde es nach der Pandemie wieder so werden wie es einmal war? Oder haben sich bis dahin womöglich alle an die neue Routine gewöhnt? Und was ist mit den Frauen, die keine oder wenig Familie haben? Fühlten die sich womöglich abgehängt und allein gelassen?

Im Leitungsteam überlegten wir hin und her, wie wir mit unserem Weihnachtsgruß ein Stück unserer Verbundenheit zueinander wieder aufleben lassen könnten. Meiner Kollegin kam dann die zündende Idee: Unserem Rundbrief legten wir eine Wunderkerze bei. Wir richteten den Wunsch an die Frauen, diese auch wirklich anzuzünden und nicht in der Schublade verschwinden zu lassen. Sie sollten sie anzünden in dem Bewusstsein, dass unsere Gedanken aneinander uns etwas Licht in diese dunklen Zeiten bringen können. Wir alle brauchten in jenen Tagen eine Ermutigung weiterzumachen und wollten die Verbindung untereinander wieder spüren.

Die Reaktionen auf die Wunderkerze waren sehr zahlreich. Viele reagierten freudig, beinahe überschwänglich. Eigentlich war es doch eine einfache Geste. Aber sie hat uns an unsere Gemeinschaft erinnert. Und uns im Leitungsteam hat die Freude darüber so unendlich viel zurückgegeben.

**Musik:** Mache dich auf und werde licht, EG+ 1 (instrumental)

**Frau 1:** „Stärkt das Denken, Fühlen und Wollen eurer Herzen, denn Jesus kommt bald!“

Unser alltägliches Leben ist von Routinen und Ritualen durchzogen. Manchmal ist mir das gar nicht so bewusst. Aber Rituale sind mehr als bloße Gewohnheit. Rituale können in uns etwas bewirken.

**Frau 4:** In der Zeit um den Ewigkeitssonntag geht es mir oft nicht gut. Es ist die Zeit, in der ich einen für mich unendlich wichtigen Menschen verloren habe. Wenn dann in der folgenden Woche der erste Advent ist, trifft mich das wie ein Schlag. Von dieser Vorfreude im Advent bin ich meilenweit entfernt. Meine Kinder sind noch klein. Sie platzen fast vor Neugierde auf ihre Adventskalender, das gemeinsame Backen, den Adventskranz und all die adventlichen Lichter im Haus. Pünktlich zum ersten Advent also werden all die Schachteln aus dem Keller geholt und unser Zuhause geschmückt und hergerichtet mit allem, was für uns dazu gehört.

Jahr für Jahr passiert dann etwas Eigenartiges: Die erste Kerze am Adventskranz zünde ich um der Kinder willen an und die Schachteln mit dem Adventsschmuck öffne ich zögerlich, beinahe widerwillig.

Und dann, Tag für Tag, kommt es mir so vor, als zögen mich nach und nach all die Lichter, die adventlichen Düfte und Klänge aus meiner Trauer heraus. Sie machen Raum in mir. Sie schaffen Platz in mir für die große Hoffnung, die wir mit dem Kind zu Bethlehem verbinden.

Wir singen nun gemeinsam das Lied: Mache dich auf und werde licht. Es wird 3x wiederholt. Sie finden es auf Ihrem Liedblatt.

**Lied:** Mache dich auf und werde licht, EG+ 1

### **Frau 1: Aktion**

Sie alle haben eine Postkarte von uns erhalten. Nehmen Sie diese gern zur Hand und betrachten Sie mit mir das Bild.

*(Kurze Pause, bis die Gottesdienstbesuchenden die Karte zur Hand haben.)*

Ich sehe eine Frau, die ihr Herz weit öffnet.

Sie schaukelt mit beinahe kindlicher Freude.

Sie fühlt sich leicht. Vielleicht stellt sie sich vor, sie fliegt.

Unbedarf, mit allen Sinnen präsent in genau diesem Augenblick.

Sie strahlt Lebensfreude aus.

Mit Selbstvertrauen tut sie, was ihr guttut.

Am Abend wird sie sich mit einem Lächeln an die Schaukel erinnern.

Sie spürt, was ihr Herz stärkt.

**Frau 2:** Spüren, was uns guttut und belebt.

Wahrnehmen, was uns aufrichtet und stärkt.

Das wollen wir nun, jede und jeder für sich, bedenken.

Sie haben mit der Karte auch einen Stift erhalten. Bitte drehen Sie die Karte nun um. Nehmen Sie sich einen Augenblick für sich selbst.

Überlegen Sie, was stärkt Ihr Herz?

Und welchen Wunsch möchten Sie untereinander weitergeben?

Bitte vervollständigen Sie während der Musik die Satzanfänge der Karte. Das Vorbereitungsteam wird später die Karten einsammeln und am Ende des Gottesdienstes werden Sie wieder eine Karte mit nach Hause nehmen.

- **Musik** -

*(Frauen aus dem Vorbereitungsteam nehmen die Karten entgegen und hängen sie mit der Bildseite zur Gemeinde an die gespannte Wäscheleine oder legen sie in die Schalen auf dem Altar. Bitte passen Sie das Vorgehen den aktuellen Corona-Regeln an.)*

### **Frau 3: Fürbitten<sup>1</sup>**

*(Die Fürbitten können auch unter mehreren Frauen aufgeteilt werden.)*

Wir wollen miteinander Fürbitte halten.  
*(Gemeinde erhebt sich.)*

Gott, lebendige Geistkraft,  
du begleitest uns auf unseren Wegen  
und wartest mit Geduld auf unser Bitten und Danken.  
Du hältst auch unsere Ungeduld aus,  
die Momente, wo uns der Geduldsfaden reißt.  
Auf dich vertrauen wir.

Gott, lebendige Geistkraft,  
wir bitten dich für alle, die auf dich warten.  
Für die Menschen, die auf der Suche sind  
nach Sinn, nach neuen Wegen, nach Sicherheit.  
Dabei denken wir an alle, die einen Menschen verloren haben  
und nun den Neuanfang suchen.

Gott, lebendige Geistkraft,  
wir bitten dich für alle, die müde und ausgebrannt sind,  
die nicht wissen, wo sie neue Kraft schöpfen können,  
nach Krankheiten, nach der langen Isolation durch Corona.

Gott, lebendige Geistkraft,  
wir bitten dich für uns und alle Menschen,  
deren Geduld immer wieder an Grenzen stößt:  
Schenke uns Lichtblicke, Fantasie und freundliche Menschen,  
die unsere müden Herzen beleben und stärken.

Gott, lebendige Geistkraft,  
wir sind erschrocken über das Unrecht,  
über die Kriege und den Hunger auf unserer Welt.  
Wir bitten dich um das Ende deiner Geduld.  
Beseitige Hass und Gier.  
Beende Ausbeutung und Unterdrückung.  
Lass die Mächtigen verantwortungsvoll handeln und die Reichen ihren Überfluss teilen.

In der Stille bringen wir unsere Bitten vor dich.

- **Stille** -

Erhöre unser Gebet. Amen.

**Frau 1:** Gemeinsam beten wir,  
wie Jesus Christus uns zu beten gelehrt hat:

**Vater/Mutter unser**  
geheiligt werde dein Name,  
dein Reich komme,

---

<sup>1</sup> Das Fürbittengebet orientiert sich an:  
Josuttis, Manfred, Erleuchte uns mit deinem Licht: Gedanken und Gebete zu den Gottesdiensten des Kirchenjahres, 2009  
Gütersloh, S. 14f.



dein Wille geschehe, wie im Himmel so auf Erden.  
Unser tägliches Brot gib uns heute  
und vergib uns unsere Schuld  
wie auch wir vergeben unseren Schuldigern.  
Und führe uns nicht in Versuchung,  
sondern erlöse uns von dem Bösen,  
denn dein ist das Reich und die Kraft  
und die Herrlichkeit in Ewigkeit.  
Amen.

**Frau 1:** Wir singen nun das Verbandslied, das für das Netzwerk der Frauenarbeit geschrieben wurde und unseren Verbandsspruch aufnimmt.

**Lied:** Der Geist der Liebe und Besonnenheit (*Liedblatt*)

### **Frau 1: Kollektenansage**

Laut Beschluss der EKHN-Synode ist die Kollekte am 2. Advent jeweils zur Hälfte vorgesehen für Evangelische Frauen in Hessen und Nassau e.V. und für FIM (Frauenrecht ist Menschenrecht). Die Kollektenempfehlung für den Verband lautet:

Der Frauenverband der EKHN fördert das Engagement von Frauen in unserer Kirche. Das geschieht durch Workshops, Seminare und das Bereitstellen von Materialien für Gottesdienste und Andachten. Der Verband setzt sich ein für Geschlechtergerechtigkeit und bezieht in gesellschafts-politischen Debatten Stellung. Die Arbeit findet im ökumenischen Horizont statt.

### **Mitteilungen aus der Gemeinde**

**Frau 2:** Wir laden Sie ein, sich nach dem Segen eine Karte von der Leine mit nach Hause zunehmen. Durch den Advent soll Sie nun nicht nur die Karte zum Frauengottesdienst begleiten, sondern auch die guten Wünsche, die wir untereinander teilen.

### **Frau 2: Segen**

Gott segne und behüte uns.  
Gottes Atem erfülle uns mit Langmut.  
Gottes Geist stärke unser Herz.  
Gott begleite uns auf all unseren Lebenswegen.  
Amen.

### **Musik zum Ausgang**

*In den Gottesdienst sind Gebete, Texte und Segen von Frauen aus der Gottesdienst-Werkstatt 2021 eingeflossen.*