VON VERANTWORTUNG UND LIEBE

LA GAZETTE

CARING COMMUNITIES, SORGENDE GEMEINDEN

sorgsam miteinander leben

gedanken | liturgien | anregungen
tagungsunterlagen zum kirchensonntag 2021

Reformierte Kirchen Bern-Jura-Solothurn
Eglises réformées Berne-Jura-Soleure

INHALT

KIRCHENSONNTAG 2021 – SORGSAM MITEINANDER LEBEN

4 Vorwort zum Kirchensonntag 2021

6 Offen für alle, die solidarisch sein wollen

8 Sorgezeit und sorgende Gemeinden

12 Sorgende Gemeinschaften

14 Projektbeispiele aus der Praxis
14 Projekt 1: Wenn Flüchtlinge zu Freunden werden
14 Projekt 2: Care-Arbeit in der Klimabewegung
15 Projekt 3: 33 600 Gründe für … ein Riesenpuzzle
16 Projekt 4: HOCH3, Ort der Beziehung

18 Materialien zur Gestaltung 1

19 Materialien zur Gestaltung 2: Kurzfilmtipps

23 Materialien zur Gestaltung 3
23 Texte
25 Gedichte

28 Lieder zum Kirchensonntag
28 Vorschläge als Übersicht
29 Ausgewählte Beschreibungen

32 Ablauf einer Liturgie
32 Die Liturgie im Überblick
32 Gleichgewicht der Elemente
32 Hinweise zur Umsetzung

35 Diskussionen und Dialoge

36 In Szene setzen
36 Erklärungen im Mass
36 Visualisierungen
36 Die eigene Präsenz

37 Ein Markt in der Kirche

38 Einleitung zu den Liturgien
38 Einleitung
38 Praktischer Einstieg
40 Überblick
40 Sorgsamkeit und Achtsamkeit

44 Übungen und Anregungen 1
44 Einleitung
44 Kartenrunde: Biblische Aussagen
47 Kartenrunde: Lebensfragen

50 Übungen und Anregungen 2
50 Einleitung
50 Ich und mein Spiegelbild
52 Der Leib der Gemeinschaft

57 Biblische Texte
57 Einleitung
57 Der barmherzige Samaritaner (Lk 10, 26-37)
59 Jesus und die Ehebrecherin (Joh 8, 2-11)

61 Gebete, Fürbitten, Segen
61 Eingangsgebet
61 Fürbitte
61 Segen

62 Zu den Fotografien in diesem Heft
63 Impressum

vorwort

ZUM KIRCHENSONNTAG 2021

SORGSAM MITEINANDER LEBEN / CLAUDIA HUBACHER, SYNODALRÄTIN

Angenommen, Sie sind alleinstehend, im Alltag auf Hilfestellungen angewiesen, aber noch selbstständig genug, dass Sie nicht in einer Institution leben müssen. Ihnen liegt sehr daran, so lange wie möglich am Leben teilhaben zu können. Ihre nächsten Angehörigen leben zu weit weg, um regelmässig präsent zu sein. Aber fremde Hilfe anzunehmen und von anderen Personen abhängig zu werden – diese Vorstellung macht Ihnen zu schaffen. Einige Dienstleistungen können „eingekauft" werden, aber das kann teuer werden.

In einer solchen Situation befinden sich nicht nur ältere oder alte Menschen. Auch in jüngeren Jahren kann es passieren, dass man ganz auf sich gestellt ist und nicht alles allein bewältigen kann. In unserer Gesellschaft, in der die Individualisierung fortschreitet und die Vereinsamung zunimmt, bedürfen wir verstärkt einer Kultur der Aufmerksamkeit und gemeinsamen Sorge. Grundvoraussetzung dafür ist Empathie. Diese Gabe ist uns allen in die Wiege gelegt, meint die Theologin Prof. Dr. Lytta Basset. Gemeint ist Empathie als Mitgefühl, als Haltung der Sorgsamkeit. So gesehen ist unser eigenes Mitgefühl ein Geschenk, das wir annehmen oder auch ablehnen können. Es gibt diese zwei Möglichkeiten: Ich lasse mich von etwas oder jemandem berühren, oder es lässt mich kalt.

Wenn man sich berühren lässt, sieht man die andere Person, wie sie wirklich ist. Man wird da berührt, wo man selbst verletzlich ist, und fühlt mit. Dass unsere Gesellschaft auf ein sorgsames Miteinander angewiesen ist, ist uns mit dem Coronavirus und seinen Auswirkungen drastisch vor Augen geführt worden. Aber nicht nur in einer Krisensituation, sondern im ganz normalen Alltag braucht es Menschen, die sich um andere sorgen und sie tragen, egal, in welcher Lebensphase diese gerade stecken.

Wenn Sie sich in Ihrer Kirchgemeinde mit dem Kirchensonntagsthema „Sorgsam miteinander leben" beschäftigen, denken Sie an Zeiten in Ihrem eigenen Leben, in denen Sie auf Unterstützung und Sorgsamkeit angewiesen waren: Wo fühlten Sie sich aufgehoben und warum? Wo wurden Sie alleingelassen, und was hat Ihnen gefehlt? Wie hätten Sie es sich gewünscht? Würden Sie Hilfe und Unterstützung annehmen, wenn Sie sie bräuchten? Wenn Sie bei diesen Gedanken ganz bei sich sind, geben Sie der Empathie Raum.

Sorgsam miteinander leben geschieht vor allem vor Ort, nicht in der grossräumigen Öffentlichkeit. Es braucht die Aufmerksamkeit im persönlichen Umfeld. Kirchgemeinden eignen sich vorzüglich, um in unmittelbarer Nähe für Menschen da zu sein, die Empathie und Zuwendung nötig haben. Entdecken Sie die schon vorhandenen tragenden Netze in Ihrem Umfeld und bauen Sie sie dort weiter, wo noch Lücken sind. Schliessen Sie für einmal empathisch von sich auf andere, damit Sie Bedürfnisse erkennen und auf gleicher Augenhöhe darauf reagieren können. „Offen für alle – solidarisch mit den Leidenden" meint keine einseitige Ausrichtung. Auch wir selbst sind irgendwann auf Solidarität angewiesen und bedürfen der Offenheit der anderen. Der Synodalrat dankt Ihnen von Herzen für Ihr Mitgefühl und wünscht Ihnen gutes Gelingen!

zur vertiefung

OFFEN FÜR ALLE, DIE SOLIDARISCH SEIN WOLLEN

THEOLOGISCHES ZUM LEITSATZ 3 DER VISION 21 / MATTHIAS ZEINDLER

WIR SIND FÜR ALLE OFFEN – WIRKLICH?

Unsere Kirche ist offen für alle, das können sicher alle bejahen. Aber warum eigentlich soll die Kirche für alle offen sein? Die Antwort ist einfach, und sie führt direkt ins Zentrum der kirchlichen Verkündigung. Die Kirche muss für alle offen sein, weil alle Menschen das Recht haben, die gute Botschaft der Bibel zu hören. Darum hat die Kirche den Auftrag, „allem Volk in Kirche und Welt" das Evangelium zu verkünden.

Was allerdings heisst, für alle offen zu sein? Natürlich, kein Mensch ist vom Besuch eines Gottesdienstes ausgeschlossen, und kirchliche Diakonie oder Seelsorge fragt nicht nach Mitgliedschaft oder Bekenntnis von Bedürftigen. Taufe, Hochzeit, Konfirmation oder Bestattung stehen aber grundsätzlich nur Mitgliedern offen, auch wenn Ausnahmen möglich sind. Zum Abendmahl sind die eingeladen, welche „die Gemeinschaft mit Jesus Christus suchen" (Art. 38 Kirchenordnung). Die Offenheit der Kirche ist damit nicht in Frage gestellt. In diesen Regelungen zeigt sich aber, dass die Kirche nicht lediglich eine Dienstleisterin ist, bei der man bestimmte Angebote beziehen kann. Die Kirche bleibt die Gemeinschaft derer, denen die christliche Botschaft ein Anliegen ist.

Dass diese Botschaft alle erreichen kann, das bleibt für die Kirche eine Daueraufgabe. Offen zu sein für alle, das bedeutet, dass die Kirche ihr Handeln immer wieder daraufhin überprüfen muss, ob es den Menschen einer jeweiligen Gesellschaft gerecht wird. Die Sprache, die kulturellen Formen (z.B. die Musik) oder die Art und Weise, wie man Kommunikationsmedien nutzt, müssen permanent überprüft werden. Und etwas ist heute besonders wichtig: Menschen wollen nicht mehr nur Angebote konsumieren, sie wollen in der Kirche auch mitdenken und mitgestalten. Als Kirche offen zu sein, meint deshalb auch, Partizipation zu ermöglichen. Oder weniger abstrakt: zu ermöglichen, dass neue Ideen und Initiativen Platz bekommen.

SOLIDARISCH MIT DEN LEIDENDEN – EINE REFORMIERTE VERPFLICHTUNG

Auch die Solidarität mit den Leidenden wird in der Kirche niemand bestreiten. Der Gott der Bibel ist ein Gott, der konsequent auf der Seite der Schwachen steht: der Armen, der Sklaven, der Fremden und Flüchtlinge.

In der reformierten Tradition hat diese soziale Dimension des Willens Gottes immer eine zentrale Rolle gespielt. Zwingli richtete in Zürich eine staatliche Unterstützung der Armen ein. So gab es eine Fürsorgekommission, welche Unterstützungsgelder verlässlich verwaltete. Und beim „Mushafen" erhielten Arme täglich eine warme Mahlzeit. Genf war zur Zeit der Reformation ein wichtiger Zufluchtsort für Tausende von Glaubensflüchtlingen aus Italien und Frankreich. Die Reformierten haben damit einen wichtigen Beitrag geleistet zur Entwicklung der Sozialstaatlichkeit in Europa. Diese Herkunft leuchtet aus dem zweiten Halbsatz unseres Leitsatzes.

So unbestritten die soziale Verpflichtung der Kirche ist, so umstritten ist die Frage, auf welche Weise sie diese Verpflichtung wahrnehmen soll. Diakonie und Seelsorge, das ist klar. Einsatz für Benachteiligte in armen Ländern, auch dagegen hat niemand etwas. Aber wie steht es mit politischen Stellungnahmen der Kirche? Hier ertönt schnell der bekannte Vorwurf, die Aufgabe der Kirche sei Seelsorge, nicht Politik. Die Haltung der reformierten Tradition ist hier klar: Jesus Christus ist der Herr und Bruder aller Menschen, er steht über den Staaten und Gesellschaften. Die Verfassung der Berner Landeskirche hält deshalb glasklar fest: Die Kirche „bezeugt, dass das Wort Gottes für alle Bereiche des öffentlichen Lebens, wie Staat und Gesellschaft, Wirtschaft und Kultur gilt. Sie bekämpft daher alles Unrecht sowie jede leibliche und geistige Not und ihre Ursachen" (Art. 2). Wenn die Kirche Unrecht bekämpfen soll, muss sie dies auch auf politischer Ebene tun.

UND WIE GEHT BEIDES ZUSAMMEN?

Auch beim Visions-Leitsatz „Offen für alle – solidarisch mit den Leidenden" ist der Gedankenstrich zwischen den beiden Hälften die grosse Herausforderung. Wie gehen die beiden Teile zusammen, Offenheit für alle und Parteinahme für die Leidenden? Auch hier müssen wir von der befreienden biblischen Botschaft her denken. Der Botschaft von einem Gott, der alle Menschen geschaffen hat und Gott aller Menschen sein will. Dieser Gott will nicht, dass es in seiner Schöpfung solche gibt, die benachteiligt sind oder gar von anderen unterdrückt werden. Deshalb ist er ein Gott der Schwachen. Und damit ein Kritiker aller Ungerechtigkeit und allen Unfriedens.

Daraus folgt, wer Gemeinschaft mit diesem Gott haben will, muss selbst Kritiker oder Kritikerin von Ungerechtigkeit und Unfrieden sein. Gott will allen Menschen seine guten Gaben zukommen lassen. Wer zu ihm kommt, wird in diese Bewegung Gottes hineingenommen, wird selber parteilich für die Vergessenen und Benachteiligten.

Gott ist offen für uns alle, es gibt keinen Menschen, der bei ihm nicht willkommen wäre. Und darum darf auch die Kirche niemandem den Zugang zu Gott versperren. Aber die Begegnung mit Gott verändert uns, sie lässt uns nicht, wie wir sind. Im Alten Testament lesen wir: „Mich sollst du fürchten und dich zurechtweisen lassen" (Zef 3, 7). Jesus spricht zu Beginn seines öffentlichen Auftretens: „Tut Busse, denn das Himmelreich ist nahe herbeigekommen" (Mt 4, 17). Und Paulus zieht aus Jesu umfassender Liebe revolutionäre Konsequenzen: „Da ist weder Jude noch Grieche, da ist weder Sklave noch Freier, da ist nicht Mann noch Frau. Denn ihr seid alle eins in Christus" (Gal 3, 28).

Und so gehen die beiden Teile des Leitsatzes also zusammen: Gott ist offen für alle, wirklich alle. Auch diejenigen, die wir gerne vergessen. Und darum muss, wer zu diesem Gott gehören will, selber offen werden für alle. Besonders für die, die vergessen werden. Das nennen wir Solidarität.

Matthias Zeindler; Titularprofessor für Systematische Theologie / Dogmatik an der Universität Bern und Leiter Bereich Theologie der Ref. Kirchen Bern-Jura-Solothurn

SORGEZEIT UND SORGENDE GEMEINDEN

EINE EINFÜHRUNG / ANDREAS HELLER

Corona war und ist ein tiefer Einschnitt in unser individuelles und kollektives Leben. Wir entdecken, wer wir sind. Und wir sehen immer mehr, wie wir nicht leben wollen: isoliert, auf soziale Distanz, ohne Kontakt, ohne Berührung, ohne Umarmung. Unser individuelles Gesicht soll nicht auf Dauer durch Mundschutzpflicht unkenntlich sein. Wir wollen nicht als Nummer in den Statistiken der Corona-Analyse verschwinden, nicht auf Apps „freiwillig" digital verfolgt werden, unter kontrollierender Dauerbeobachtung stehen, die Zersprengung des Sozialen und unserer Freiheit erleben müssen. Die Corona-Krise war und ist mehr als eine Krise, die bekanntlich einen Anfang und ein Ende hat. Sie ist eine tiefgreifende Transformation unserer Weltgesellschaft.

Schon jetzt erkennen wir: Wir sind fundamentaler aufeinander angewiesen, als wir vielleicht ahnten. Die Botschaft der Moderne, man müsse sein Leben individuell selbst in die Hand nehmen, hat sich als naiv und tödlich erwiesen. Wir haben nur ein gemeinsames Leben. Das eigene Wohl muss sich mit dem Gemein-Wohl vermitteln. Offene Gesellschaften, mit offenen Grenzen, müssen radikal interessiert sein am Wohl der Anderen. Die „Selbstquarantäne(-station)" war und ist ein Trainingslager in über-nationaler Gemeinwohlorientierung.

Wir sind sorgeempfänglich. Die Sorge Anderer berührt uns. Sie geht uns an und geht unter die Haut. Es sind die Zeichen dieser zarten Nähe, die Gesten der existenziellen Berührung von Mitmenschen, mit denen wir im tiefen Sinn in Kontakt „treten" (treten ist ein allzu gewalttätiges Wort). Die selbstverständliche Bereitschaft zum Einkaufen, um den Alltag hilfebedürftiger Menschen zu sichern. Das Schreiben von Karten oder Organisieren von Telefonketten, um auf neue, kreative Weise in Kontakt zu bleiben. Als Eltern die schulfreien Tage nicht nur für die eigenen Kinder zu gestalten, die Älteren nicht abzukoppeln. Bewegend und berührend, wie empathisch, offen und hilfsbereit Menschen sich aufeinander beziehen können. Wir begeben uns dabei auf fremdes Territorium. Wir lassen unsere Isolation, unseren „Quarantäne-Modus" hinter uns, und gehen behutsam tastend-sorgend auf Andere zu.

Wir leben als Menschen von solchen Gesten und selbstverständlichen Zeichen, die darauf verweisen, dass wir uns in einem grossen Lebenszusammenhang aufgehoben und getragen glauben können. Sorge geht immer über uns hinaus. Sie ist die Sorge um die Welt, die Sorge um das Leben und das Lebendige und die Zukunft unseres Planeten.

SORGE IST „GLOKAL“ UND RELATIONAL

Denn: Wir sind als Menschen Mit-Menschen. Wir leben aus und in Beziehungen mit Anderen und Anderem vor Ort, lokal eben. Diese Beziehungen sind lebenswichtig. Niemand kann leben, wenn es nicht Menschen gibt, die sich sorgen, die sich absichtslos interessieren, die sich kümmern, die uns aus ihrem Respekt und ihrer Aufmerksamkeit, ihrer wohlwollenden Freundlichkeit nicht entlassen, die einfach da sind, gelassen, absichtslos, hilfsbereit. In den Brüchigkeiten und Verletzlichkeiten des Lebens spüren wir das besonders.

Wir entdecken, wie gut es tun kann, eine alltägliche sorgende Freund(schaft)lichkeit zu erfahren. Wenn Menschen nicht vorbei hasten, sondern uns zunicken, uns anlächeln, Unterstützung signalisieren. Die Sorge Anderer lässt uns leben, aufatmen, und ermöglicht uns unsererseits sorgsam zu sein, unsere „Selbstisolation“ zu überwinden und uns einander tröstend zuzuwenden. Das lateinische Wort für Trost ist *consolatio*. Wir schenken Trost. Die Sorge empfängt ihre Freude in der Vorstellung, wie sich die Beschenkte freuen wird.

Die Sorge relativiert sich, weil sie sich relationiert, nämlich in Beziehung setzt, über die bewohnten Orte hinaus auf das Ganze, die Weltkugel (den Globus). Die Sorge speist sich aus der Inspiration: „Take care“, pass auf dich auf! Nimm meine Sorge! Sei sorgsam! Werde ruhig! Und vor allem: Übernimm dich nicht! Nimm dich nicht so wichtig! Werde demütig gegenüber den Anderen, aber auch der Krankheit und dem Älterwerden, dem Leben und dem Tod!

SORGE IST DEMÜTIG UND MUTIG

David Servan-Schreiber, Arzt, Onkologe, hat weltweit erfolgreiche Bücher über Krebs geschrieben. Er wurde sehr früh mit einer eigenen Krebserkrankung, einem Gehirntumor, konfrontiert. Im Juli 2011 starb er, neunzehn Jahre nach der ersten Diagnose. Vor seinem Tod schreibt er:

„Wie oft haben meine Freunde zu mir gesagt: ‚Pass auf dich auf.‘ ... Sie befürchteten, ich könnte mich übernehmen. Zu ihrer Beruhigung sagte ich: ‚Du hast recht, ich werde kürzertreten.‘ Aber ich habe es nicht getan ...

Ich glaube vor allem, dass ich so etwas wie eine Sünde des Hochmuts begangen habe, denn irgendwann fühlte ich mich quasi unverwundbar. Doch man darf nie die Demut vor der Krankheit verlieren. Während also Demut angebracht gewesen wäre, beging ich den Fehler zu glauben, ich hätte die Formel gefunden, die mir erlaubte gesund zu bleiben ... Man darf sich nicht übernehmen und erschöpfen ...“

David Servan-Schreiber mit Ursula Gauthier: Man sagt sich mehr als einmal Lebewohl. Aus d. Franz. von Ursel Schäfer, München: Kunstmann 2012, S. 60–62

Die Erkenntnis aus dieser Krebserkrankung ist: Es braucht eine gute Selbst-Sorge, die nicht allein im Hören auf sich selbst, sondern auch auf die Sorgen Anderer um mich entsteht.

Es braucht Mut für diese Sorge, es braucht soziale Mitsorge, um „eine gewisse innere Ruhe“ zu finden. Man muss Entscheidungen treffen. Entscheiden heisst verzichten, sich selbst begrenzen. Seine Grenzen anerkennen ist eine Figur der Sorge. Entscheiden wirft Fragen auf: Was ist uns wichtig? Was wollen wir leben? Wie wollen wir miteinander leben?

SORGE IST ZÄRTLICH UND MITLEIDENSCHAFTLICH (COMPATHISCH)

Sorge aktualisiert sich, indem wir unsere „Standardeinstellungen“ in Frage stellen lassen. Der Andere ist immer anders, denkt, empfindet, verhält sich anders. Sorge lernt, mit den Augen Anderer zu sehen, teilnehmend Anteil zu nehmen und zu geben. Die Sorge versetzt sich in die Lage und die Gefühle Anderer. Dieser Blick- und Positionswechsel macht uns empathischer, empfindsamer. Sorge sieht mit anderen Augen, sie sieht, dass es keine Blumen auf dem Balkon der Nachbarin gibt, und sie weiss, dass der kranke, eingeschränkte Nachbar vielleicht frische Wäsche, einen Einkauf, eine heisse Suppe braucht, um nicht nur auf Tiefgefrorenes zurückgreifen zu müssen.

SORGE IST GAST-FREUNDSCHAFTLICH UND SCHENKEND

Wir sind Gäste des Lebens. Das Leben ist uns für eine Zeit geschenkt. Wir sind eingeladen, Gast zu sein, die Freundschaft Anderer mit offenen Ohren und Herzen im Zuhören, im Erzählen, im gemeinsamen Essen und Trinken, im Teilen des Alltags anzunehmen, um dem Alltag Stabilität und Rahmung und Tiefe zu geben. Sorge schenkt unverschämtes An-Sehen, so dass sich niemand schämen muss für sein eigenes Leben.

So haben Menschen begonnen, sorgende Gemeinden (*caring communities*) aufzubauen. Oft beginnen sie damit, sich den Fragen, den Sorgen Anderer verstehend zuzuwenden. Etwa: Was brauchen Angehörige die ihre demenziell veränderten Verwandten in Pflegeheimen besuchen oder, was noch anspruchsvoller ist, sie zu Hause betreuen? Es hat sich als eine grosse Hilfe erwiesen, sie gemeinsam einzuladen, ihnen zu ermöglichen, ihre „Sorgen auf den Tisch“ zu legen; zu erfahren, dass sie nicht allein sind, und zu hören, wie andere „Angehörige“ mit dem existenziellen Schuldgefühl umgehen, dem Mann, dem Vater, der Ehefrau nicht mehr gerecht werden zu können. Es entstehen kleine Angehörigengruppen rings um Pflegeeinrichtungen, die miteinander, füreinander und für Andere sorgen. Das verändert zunächst nicht die unmittelbare soziale Situation. Und doch: Sie verändert sich, weil sie von Anderen verstanden und mitgetragen wird und mich in eine neue Beziehung zu meinem eigenen Schicksal versetzt.

Literatur: Andreas Heller, Patrick Schuchter. Sorgekunst, Esslingen, 2. Aufl. 2018

Prof. Dr. Andreas Heller hat den Lehrstuhl für Palliative Care und Organisationsethik an der Karl-Franzens-Universität in Graz inne und befasst sich mit dem Übergang von versorgenden zu sorgenden Gesellschaften.

SORGENDE GEMEINSCHAFTEN

HEIDI MINDER JOST

WIE KANN ICH PERSÖNLICH TEIL EINER SORGENDEN GEMEINSCHAFT SEIN?

- Die ältere Nachbarin fragen, ob ich für sie einkaufen gehen kann?
- Einen Freund anrufen und fragen, wie es ihm geht?
- Stehen bleiben, wenn ich mit dem Velo am Altersheim vorüberfahre? Und der alten Dame, die zum Fenster herausschaut und lange winkt, ebenfalls lange zurückwinken und ihr einen Gruss zurufen?
- Dem Postboten ein herzliches Danke für seine geleistete Arbeit sagen?
- Auf dem Balkon dem Gesundheitspersonal applaudieren?
- Meinem Patenkind anbieten, Hausaufgaben mit ihm zu erledigen?
- Mir während eines beruflichen Telefonates auch Zeit nehmen, mich nach dem Befinden des andern zu erkundigen und zuzuhören, wie es meinem Gegenüber ergeht?
- Inmitten der betriebsamen Alltagsgeschäfte wie telefonieren, Projetskizzen entwerfen, Kurse planen, Termine organisieren auch Momente der Stille wahrnehmen und mich innerlich mitfühlend verbinden mit allen, die es nicht so gut haben wie ich?
- Mir Gedanken dazu machen, mit welchen Worten ich eine E-Mail formuliere und wie das Geschriebene beim Gegenüber ankommt? Und zum Schluss anstelle des Standard-Grusses noch einen guten Wunsch oder ein fröhliches Wort dazuschreiben?
- Dem Sitznachbarn im Bus ein Lächeln schenken, wenn mir danach zumute ist?
- Dafür sorgen, dass es mir auch so zumute ist, dass ich jemanden herzhaft anlächeln mag?

Und wenn all das geschähe, wären wir bereits eine sorgende Gemeinschaft? Wenn wir all das, was uns möglich ist, tun würden? Nichts weiter als unseren Mitmenschen bewusst Momente der Beziehungsaufnahme signalisieren und Hilfe leisten, wenn es sie braucht? Einfach anbieten, leben, handeln? Ja, vermutlich wären wir dann schon eine sorgende Gemeinschaft. Es bräuchte keine weiteren Konzepte dazu, denn Sorgefähigkeit ist als Potenzial in uns Menschen angelegt. Wir alle wissen, wie viel es bedeuten kann, in schwierigen Situationen von anderen Menschen Unterstützung zu erfahren. Wir kennen die Erleichterung, wenn etwa der Nachbar die Kinder vom Kindergarten abholt, wenn man es als Eltern nicht rechtzeitig von der Arbeit nach Hause schafft.

Gemeinsam Sorge tragen meint aber keine übergriffige Fürsorge für jemanden, der vielleicht gar nicht will, dass wir uns um ihn sorgen. Sorge ist nicht Mitleid, sondern eher Mitgefühl. Sorge ist auch Neugier und Interesse. Sorge ist Beziehung und Gemeinschaft. Ich trage Sorge zu dir, ich gebe acht auf dich, du bist mir wertvoll! Wir geben, wir nehmen, wir stellen uns in eine lebendige Austauschbeziehung. Gleichberechtigt und jeder nach seinen Möglichkeiten. Wir schwingen uns ein in einen gemeinschaftlich erlebten Lebensraum und fühlen uns zugehörig. Wir sind gemeinsam darin zu Hause.

In nachbarschaftlichen, freundschaftlichen oder familiären Bezügen sind diese selbstverständlichen Sorgebeziehungen vielerorts zum Glück noch vorhanden. Und in Krisenzeiten (z.B. Corona) werden grosse Sorge- und Solidaritätsbewegungen erneut sichtbar. In normalen Zeiten ist unsere Gesellschaft jedoch sehr komplex, die Lebensformen sind stark individualisiert und der stete Wandel rasant, so dass die zum Menschsein gehörigen Sorgefähigkeiten immer wieder ins Wanken geraten oder gänzlich verschwinden. Sozialstaatliche Leistungen können hier nur teilweise kompensieren und die Bedeutung nahräumlicher Unterstützungsnetzwerke wächst.

Vor diesem Hintergrund hat sich das Konzept der „Sorgenden Gemeinschaften" (*caring communities*) entwickelt. Oft wird auch von „Compassionate Communities" gesprochen, von Gemeinschaften also, die sich in „mitfühlende" und „Anteil nehmende" Beziehungen zueinander setzen. In kleineren oder grösseren sozialen Nahräumen bilden sich Sorgebeziehungen. In einer bestimmten Region, einer politischen Gemeinde oder einem Stadtteil entwickeln sich durch das Zusammenspiel unterschiedlicher Akteure tragende Sorgenetzwerke.

Eine sorgende Gemeinschaft kann das Gemeinwohl aller ins Zentrum stellen oder ihre Sorge auf besonders vulnerable Bevölkerungsgruppen ausrichten. In der Berner Region Aare- und Gürbetal werden zum Beispiel in Zusammenarbeit von politischer Gemeinde, Kirchgemeinde, Pro Senectute und Spitex sogenannte „CareCom-Labs" aufgebaut mit dem Ziel, dass möglichst viele Menschen – ob krank, alt oder behindert – selbstbestimmt zu Hause leben können und Heimeintritte verzögert oder unnötig werden.

Doch noch einmal: Caring Communities sind keine sozialtechnologischen Gebilde. Sie entstehen nicht am Schreibtisch, und eine optimale Vernetzung sozialer, politischer und wirtschaftlicher Akteure allein reicht nicht. Sorgende Gemeinschaften entstehen und wachsen letztlich in der Begegnung von Menschen und durch echte Zuwendung zueinander. Sie bekommen Form ausgehend von gemeinsamen Quartierbegehungen und -planungen, in partizipativen Gemeindeanlässen, im gegenseitigen Erzählen und Zuhören in Erzählcafés, beim Aufbau von freiwilligen Palliative-Care-Netzwerken, in der Nachbarschaftshilfe, beim „Chilekafi", in philosophischen Gesprächen und spirituellen Feiern, durch faire Entlöhnung seitens der Arbeitgebenden und mit der Schaffung von Teilzeitstellen für Männer.

Durch kleine, alltägliche Aufmerksamkeiten, die wir Menschen uns gegenseitig schenken, werden sorgende Gemeinschaften bunt und lebendig. Ein Lächeln, das wir dem (noch) Unbekannten an der Busstation schenken, kann schon ein Anfang sein.

Heidi Minder Jost, Fachbeauftragte Alter u. Generationen, Ref. Kirchen Bern-Jura-Solothurn

PROJEKTBEISPIELE AUS DER PRAXIS

SELINA LEU, MERET SCHEFER, TRAUGOTT VÖHRINGER, MARCO LOOSER

PROJEKT 1: WENN FLÜCHTLINGE ZU FREUNDEN WERDEN

Wer in der Schweiz neu Fuss fassen will, ist mit vielen Fragen konfrontiert: Wie funktioniert die Einschulung meiner Kinder? Wo finde ich Anschluss an eine Jogginggruppe? Und wie war das mit der Abfalltrennung noch mal? Personen, die mit den lokalen Gegebenheiten vertraut sind, können für Zugezogene in Alltagsfragen eine grosse Stütze sein. Deshalb haben die Kirchliche Kontaktstelle für Flüchtlingsfragen und die Reformierten Kirchen Bern-Jura-Solothurn gemeinsam ein Tandemprojekt konzipiert, welches seit 2020 an drei Standorten von Kirchgemeinden umgesetzt wird.

Eine lokale Koordinationsperson, jeweils angestellt bei einer Kirchgemeinde, bringt Personen aus der örtlichen Bevölkerung mit Geflüchteten zusammen, um ihnen das Ankommen und Einleben in der Schweiz zu erleichtern. In Langnau etwa haben Carole, Lehrerin und Mutter, und Runak aus dem Irak zusammengefunden. „Ausser den Frauen im Frauentreff kenne ich fast niemanden im Dorf, das ist traurig. Ich möchte mehr Leute kennenlernen und mit ihnen sprechen können“, sagt Runak. Während Carole Runak nun beim Deutsch auf die Sprünge hilft, lässt die 28-jährige Irakerin die Langnauerin in ihre Kochtöpfe blicken. „Kochen ist sonst nicht so mein Ding“, meint Carole, „Runaks hingegen schon – da kann sie mir ein bisschen helfen.“ So einfach und gewinnbringend dieser neue Kontakt tönt – dass er zustande kommt, ist nicht selbstverständlich: Eine Verbindung zum Thema Migration hatte Carole vorher kaum. Das neu initiierte Tandemprojekt „zusammen hier“ hat bei ihr aber die Neugierde geweckt. Das erste Treffen war denn auch ein Erfolg: „Beim Kennenlern-Treffen hat die lokale Koordinatorin uns gegenseitig vorgestellt, und wir haben den Rahmen unseres Tandems geklärt. Danach stellten Runak und ich fest, dass wir sowieso beide noch einkaufen mussten und nur fünf Gehminuten voneinander entfernt wohnen. Seither sehen wir uns regelmässig. Ich schätze diese konkrete Begegnung sehr.“

Weitere Informationen: www.zusammen-hier.ch
Selina Leu, Fachstelle Migration, Ref. Kirchen Bern-Jura-Solothurn

PROJEKT 2: CARE-ARBEIT IN DER KLIMABEWEGUNG

Die warme Sommersonne taucht die ganze Stadt in ein goldenes Licht, sie nähert sich schneller als uns lieb ist dem Horizont. Wir sitzen im Kreis auf einer Dachterrasse, verschiedene Musikinstrumente liegen neben uns und wir unterhalten uns über alles, was uns gerade durch den Kopf schwirrt. Die Zeit steht für ein paar Stunden still. So kann Care-Arbeit beispielsweise aussehen.

Die Klimabewegung gab es erst seit wenigen Monaten, und schon zeigten die ersten Menschen deutliche Anzeichen von Überarbeitung, Müdigkeit und Stress. Schnell war klar, dass dem entgegenwirkt werden muss: Eine Gruppe, die sich „Wohlfühlklima“ nennt, entstand. Ihre Aufgabe ist es, dafür zu sorgen, dass es allen Menschen gut geht, die sich in der Bewegung engagieren,

Stimmungen zu beobachten und ein offenes Ohr zu haben.

Regelmässig organisieren wir Wohlfühl-Events, die ganz verschieden aussehen. Ein Picknick im Park, gemeinsames Musizieren oder ein Gesellschaftsspiel-Turnier sind einige Beispiele dafür. Aber auch ausgefallenere Ideen waren dabei, beispielsweise schnitten wir uns mithilfe der Tipps einer gelernten Coiffeuse gegenseitig die Haare.

Auch an den nationalen Klimatreffen, die jeweils mehrere Tage dauern, gibt es immer ein Care-Team, das bei Bedarf Pausen verordnet und die Stimmung auflockert. Die Anlässe sehen jeweils sehr verschieden aus. Was aber immer gleich bleibt, ist die Freude und das Zusammensein. Wir müssen uns als Menschen wahrnehmen und uns bewusst darüber sein, dass es bei allem Engagement normal ist, manchmal eine Pause zu benötigen.

Meret Schefer, aktiv in den Klimabewegungs-Arbeitsgruppen „Aktivistische Kunst“, „Wohlfühlklima“ und „Streiks & Demos“

PROJEKT 3: 33 600 GRÜNDE FÜR … EIN RIESENPUZZLE

Die Idee entstand vor einigen Jahren an einer Spielemesse in Süddeutschland beim Anblick eines Ravensburger-Puzzles mit 40 000 Teilen: Könnte man so etwas auch einmal hier in der Kirchgemeinde organisieren, und wer würde sich dafür interessieren?

Puzzle spielen ist ein einfaches Spiel, das ohne lange Erklärungen funktioniert, fast jeder hat es schon mal gespielt. Ausserdem spricht es eine grosse Altersspanne von Menschen an und bildet einen Gegenpol zu den schnellen Spielen unserer Zeit. Die Herausforderung waren aber Fragen wie: Warum sollten sich Leute wegen eines solch alten Spiels treffen? Was könnte die Leute motivieren, selbst mitzumachen? Wird es eine Durchmischung der Alters- und Geschlechtergruppen geben? Mit der Zeit kristallisierte sich aus der Idee eine konkrete Projektvorstellung heraus:

Ich ging auf die Suche nach einer Gruppe von Interessierten, die dieses Projekt mitbegleiten wollten. Ziemlich schnell fanden sich einige Puzzlebegeisterte aus den verschiedensten Altersgruppen. So starteten wir im Herbst mit dem Puzzle und waren an Ostern fertig. Rückblickend lässt sich sagen, dass die Idee von der Bevölkerung (und sogar von etlichen Medien, wie Zeitung, Radio und SRF Schweiz aktuell) sehr gut aufgenommen wurde.

Das Puzzleprojekt lebte nicht allein vom Spiel, sondern auch von zahlreichen Aktionen darum herum. Highlights waren etwa „Pizza und Puzzle“ auf dem Dorfplatz, „Puzzle und Adventsfenster“, „Puzzle und Börse“ des Frauenvereins, „Puzzle und Pouletflügeliessen“, „24 h puzzeln“, „Puzzle und Predigt“ etc.

Letztendlich haben über 150 Personen mindestens ein Puzzleteil gelegt, und wir erlebten ein entschleunigtes Spielen über Generationen hinweg. Das Riesenpuzzle entwickelte sich zu einem unkomplizierten Begegnungsort, wo Menschen beim Puzzeln miteinander ins Gespräch

kamen, die sich in unserem recht überschaubaren Dorf gleichwohl vorher nie näher begegnet waren. Es entstanden viele neue Kontakte und gute Netzwerke, auch über die Dorfgrenzen hinaus. Und manch einer schlug in Gedanken eine Brücke vom Puzzeln zu Fragen des Lebens: Wo ist mein Platz? Zu wem passe ich? Bin ich wichtig? Welches Puzzlestück kann ich persönlich im Dorf beitragen?

Als Puzzle-Spieler merkt man bald, dass jedes Teil genau gleich wichtig ist. Meist fängt man mit dem Rand oder den bunten Teilen an, aber am meisten beschäftigt man sich letztlich mit den unscheinbaren Teilen. Das Puzzle ist erst fertig, wenn das letzte Teil gelegt ist – und dazu ist jedes Stück wichtig. Dieses neu geweckte Interesse füreinander, das gegenseitige Anteilnehmen am Leben und die entstandenen Beziehungsnetze wirken bei uns weiter. Und wir sind schon in den Startlöchern für eine neue Puzzle-Runde!

Traugott Vöhringer, Kinder- und Jugendarbeit, Kirchgemeinde Neuenegg

PROJEKT 4: HOCH3, ORT DER BEZIEHUNG

HOCH3 ist ein Pilotprojekt der reformierten Kirche Zürich Witikon, hervorgegangen aus dem Grundgedanken der Stiftung für Urbane Diakonie: „Gemeinsam füreinander im Quartier". Mit dem Begegnungsort HOCH3 will die Kirchgemeinde vernetzt mit bestehenden Angeboten und anderen Organisationen einen Raum öffnen, in welchem Beziehungen gepflegt werden und Neues entstehen kann.

HOCH3 als Gebäude ist ein Holzpavillon aus drei versetzt angeordneten, unterschiedlich hohen Holzquadern, modern und grosszügig eingerichtet. HOCH3 als Gastronomiebetrieb ist ein Bistro mit rund 40 Sitzplätzen, geöffnet von Montag bis Samstag, und mit einem frisch zubereiteten

Zmittag und dem besten Kaffeeangebot weit und breit. Ein Team von angestellten Gastroprofis und über 40 freiwilligen Gastgeberinnen und Gastgebern empfängt die Gäste. HOCH3 als Begegnungsort ist ein Treffpunkt zum Verweilen ohne Konsumdruck – abends steht der Pavillon für Zusammenkünfte und Veranstaltungen zur Verfügung. Es ist ein Ort der Information: Das Team vor Ort hat ein offenes Ohr und weiss, wo Unterstützung erreichbar oder Möglichkeiten zum Engagement vorhanden sind. An regelmässigen Veranstaltungen bieten Netzwerkpartner und Fachpersonen Informationen und Beratungen an. Schliesslich lässt sich im HOCH3 stets jemand finden für eine gesellige Unterhaltung oder einen anregenden Gedankenaustausch.

Somit ist es das Hauptziel des Projektes, eine Umgebung zu schaffen, in der sich Gäste, freiwillig Engagierte und Angestellte wohl fühlen, wohin sie wiederkommen, wo sie Vertrauen fassen und sich gegenseitig unterstützen. Kommen Sie doch auch auf einen Besuch vorbei.

Weitere Informationen: www.witikon-hoch3.ch; und www.ref-witikon.ch

Marco Looser, Sozialdiakon, Koordinator HOCH3, Witikon

MATERIALIEN ZUR GESTALTUNG 1

Eine mitmenschliche Sorgekultur entwickeln

Das Zentrum Schönberg (Bern) versucht, im Umgang mit demenzbetroffenen Menschen eine Grundhaltung der Sorgekultur zu entwickeln. Die formulierten „7 Pfeiler" können aber auch richtungsweisend sein für eine allgemeine Sorgekultur in Kirche und Gesellschaft. Einige Fragen dazu können Ihnen als Denkanstösse dienen zur Auseinandersetzung mit wesentlichen Aspekten einer Sorgekultur – persönlich oder als Kirchgemeinde.

Anregung für eine Gesprächsrunde: Alle wählen für sich die persönlich ansprechendste Aussage aus und teilen ihre Gedanken dazu im Gespräch. Vielleicht ergeben sich daraus Aspekte, welche Sie in die gottesdienstliche Feier einbeziehen können.

7 PFEILER DER SORGEKULTUR

In einer Sorgekultur ...

01. ... kümmern sich neben Familienangehörigen und Professionellen auch Mitglieder der Gemeinde, des Quartiers, der Nachbarschaft und des Freundeskreises um den Menschen, der auf Hilfe und Unterstützung angewiesen ist.

02. ... entsteht für unterstützungsbedürftige Menschen und ihre Angehörigen ein Unterstützungsnetzwerk, das sowohl professionelle wie auch nichtprofessionelle Angebote vereint.

03. ... meint das Wort „Care" (Sorge) mehr als Versorgung, nämlich Beziehung und Bezogenheit.

04. ... existieren „Caring Communities" (sorgende Gemeinschaften), in der die Verbundenheit der Bürgerinnen und Bürger und die Mitverantwortung für die Gestaltung von schwierigen Lebensverhältnissen Grundwerte darstellen.

05. ... schafft die Politik die notwendigen Rahmenbedingungen, damit Sorgeaufgaben in fairer Weise zwischen Familien, Staat, Professionellen, Zivilgesellschaft und Institution aufgeteilt werden können, z.B. Förderung des Quartiersmanagements, Etablierung eines Care Managements (koordinierende Instanz aller Akteure), Einführung neuer Arbeitszeitmodelle.

06. ... ist die Sorgefähigkeit einer Gesellschaft eine Voraussetzung für ihren langfristigen wirtschaftlichen Wohlstand.

07. ... kann Andersartigkeit ein Gewinn sein, der es erlaubt, die eigene Perspektive zu erweitern.

Quelle: Marion Steffen, Wissenszentrum Schönberg, Demenz und Palliative Care, Bern 2015. https://www.sorgende-gemeinschaften.ch/grundlagen/03-die-7-pfeiler-der-sorgekultur/

EINIGE FRAGEN ALS DENKANSTÖSSE:

- Welche Aussage spricht Sie besonders an?
- Welche irritiert Sie oder weckt Widerspruch?
- Welche Gedanken gehen Ihnen bei dieser „Vision" einer Sorgekultur durch den Kopf?
- Welche Bilder weckt sie? Sehen Sie evtl. Bezüge zum biblischen Thema der Nächstenliebe?
- Wo sehen Sie spezielle Bezüge zu Ihrem persönlichen Denken und Engagement?
- Welche Aussagen sollten gesamtgesellschaftlich / politisch noch mehr Gewicht erhalten?
- Bei welchen Themen könnte sich die Kirche / Ihre Kirchgemeinde stärker einbringen?
- Wo wäre eine Zusammenarbeit mit anderen Akteuren im Dorf naheliegend – mit wem?
- Welche Chancen sehen Sie für eine mitmenschliche Sorgekultur?

Gesammelt von Annemarie Bieri, Gemeindedienste und Bildung, Ref. Kirchen Bern-Jura-Solothurn

MATERIALIEN ZUR GESTALTUNG 2

KURZFILMTIPPS / MATTHIAS KUHL

Vorbemerkungen

Es werden einige Kurzfilme vorgestellt, mit denen das Thema „Sorgsam miteinander leben" bearbeitet werden kann. Vorab einige Hinweise zur Arbeit mit Kurzfilmen in Gruppen und an öffentlichen Veranstaltungen.

Vorführrechte

Für öffentliche Vorführungen, selbst wenn sie nichtgewerblich sind, müssen entsprechende Vorführrechte bei den Rechteinhaberinnen und -inhabern eines Films eingeholt werden. Während eine Aufführung im Kontext des Unterrichts als nichtöffentlich gelten kann, ist eine Aufführung an Gemeindeanlässen inkl. Gottesdiensten öffentlich.

Betreffend die hier ausgewählten fünf Kurzfilme haben alle Rechteinhaber nichtgewerblich-öffentlichen Vorführungen im Kontext der Vorbereitungstagung vom 12. September 2020 und des Kirchensonntags vom 7. Februar 2021 zugestimmt: Alle fünf Filme dürfen im Kontext des Kirchensonntags 2021 also auch an Gemeindeanlässen und in Gottesdiensten vorgeführt werden.

Ein ganz herzlicher Dank für die grosszügige Erteilung von Vorführungsrechten gilt daher: Will Goodfellow (The Spa), Mat Johns (When I'm Sixty-Four), Andres Rosenblatt & Magnus Dennison (The Ball), Jason McColgan (The Wait) und Ken Horstmann (All for Mom)!

Zu Vorführrechten: www.kurzundgut.ch/vorfuehrrechte/

Umgang mit Film

Kurzfilme sind keine Lehrmittel und keine Predigttexte, sondern eigenständige Kunstwerke. Als genau solche sollten sie in Unterricht, Gemeindeanlässen oder Gottesdiensten in den Blick geraten. Kurzfilme haben nicht nur Inhalt, sondern auch bewusst gestaltete Form: Diese gilt es zu beachten, durchaus auch im Hinblick auf den Inhalt.

Zur Didaktik: www.kurzundgut.ch/didaktisches/

The Spa / Das Bad

Kurzfilm / Real / 8' / Will Goodfellow / Australien / 2015 / englisch / deutsche + französische UT / ab 16 Jahren

Der Film erzählt unaufdringlich und auf eine sehr feine Art und Weise eine Geschichte vom Sorge-zueinander-Tragen. Von seiner Thematik her ist er ab ca. 16 Jahren zugänglich – und dies nicht nur für Männer! Der Dialog ist Englisch, dazu gibt es deutsche und französische Untertitel.

MÖGLICHE FRAGEN:

- In welcher Situation treffen die drei Männer Don Henley zu Hause an? An welchem Punkt des Films wird das klar – und wann wurde es ihnen klar?
- Wie sehen wohl die Lebensumstände der drei Lieferanten aus? Wie liessen sich die drei Männer charakterisieren?
- Mit welchem Ausgang der Geschichte haben Sie (z. B. bei 4'55") gerechnet?
- Wie lässt sich das „Sorgsam miteinander leben" näher beschreiben?
- Hat „Sorgen" ein Alter oder ein Geschlecht?

When I'm Sixty-Four / Wenn ich vierundsechzig bin

Kurzfilm / Real / 2' / Mat Johns / Grossbritannien / 2013 / ohne Dialog / ab 8 Jahren

Der nur zweiminütige Film erzählt kurz und gut, vielleicht etwas plakativ und mit einem ironischen Augenzwinkern die Geschichte einer intergenerationellen Nachbarschaftshilfe. Er ist zugänglich für alle Menschen ab ca. 8 Jahren, auch deshalb, weil alles ganz ohne Dialog geht.

MÖGLICHE FRAGEN:

- Wie werden „Alt" und „Jung" und das Verhältnis der Generationen zueinander zu Beginn des Films gezeigt?
- Wie entwickeln sich im Verlauf des Films Bildschärfe, Licht, Farbe und Ton?
- Die Filmmusik gliedert den Film in vier Teile: Wie lassen sich diese Teile charakterisieren?
- An welchen Stellen der Geschichte hätte das „Sorgsam miteinander leben" auch ziemlich schiefgehen können? Was braucht es zu einem guten Ende?
- Wie werden die Generationen und ihr Verhältnis zueinander am Ende des Films gezeigt?

The Ball / Der Ball

Kurzfilm / Real / 11' / Katja Roberts / Grossbritannien / 2010 / englisch, wenig Dialog / ab 6 Jahren

Der zurückhaltend inszenierte Film zeigt die Geschichte von zwei etwa zwölfjährigen Fussballfans, die nicht nur kommunikative Probleme überwinden. Der englische Dialog ist (nicht zufällig) sehr sparsam, daher eignet sich der Film auch für alle Menschen, die zwar kein Englisch, aber ein paar Zeichen lesen können.

MÖGLICHE FRAGEN:

- Wie lassen sich die beiden Hauptpersonen des Films charakterisieren? Welche Wünsche haben sie?
- Über wie viele und welche Kanäle wird in diesem Film kommuniziert?
- Welche Bedeutung haben Sprache, Geräusche und Musik in diesem Film?
- Wie wird in diesem Film „Sorgsam miteinander leben" gezeigt? Wer ist sorgsam gegenüber wem?
- Wessen Wünsche sind am Ende des Films in Erfüllung gegangen?

The Wait / Das Warten

Kurzfilm / Real / 5' / Jason McColgan / Grossbritannien / 2018 / englisch / deutsche UT / ab 14 Jahren

Der Film zeigt eine Begegnung zweier Menschen: Anteilnahme, Einfühlsamkeit und Freundlichkeit – ein kleiner, glücklicher Ausschnitt nur. Zugänglich für Menschen ab ca. 14 Jahren. Der Dialog ist Englisch, deutsche Untertitel verfügbar. Ein Film, den man sofort ein zweites Mal sehen muss!

MÖGLICHE FRAGEN (EVTL. BEREITS BEI 3'00"ANHALTEN):

- Auf welche Weisen wird in diesem Film „Sorgsam miteinander leben" gezeigt? Wer ist der Sorge bedürftig und wer ist des Sorgens fähig?
- Wie verläuft die Gefühlskurve der weiblichen Hauptperson während des Wartens auf den Bus?
- Wie würden Sie das Verhalten der männlichen Hauptperson des Films charakterisieren?
- Wie unterscheiden sich die erste und die zweite Visionierung des Films?
- Was verändert der Film in Bezug auf Ihr Verständnis des „Sorgsam miteinander leben"?

Zugabe: All for Mom / Alles für Mama

Kurzfilm / Real / 4' / Ken Horstmann / USA / 2012 / englisch / ab 8 Jahren

Ein durchaus überdrehter und lieber nicht ganz ernstzunehmender Film über töchterliche Fürsorge, mütterliche Entspannung und väterliche Strenge – mit Tempo, Action und einer knalligen Tonspur. Geeignet für alle, die es sehen möchten: Es geht notfalls auch fast ganz ohne Englisch. And please don't try this at home! – Noch Fragen?

Die Kurzfilme sind online zu finden: www.kurzundgut.ch/kirchensonntag-2021/

Matthias Kuhl, Leiter MBR, Institut für Weiterbildung und Medienbildung, PH Bern

MATERIALIEN ZUR GESTALTUNG 3

KURZTEXTE, GEDICHTE, GEBETE / ANNEMARIE BIERI

VORBEMERKUNG

Die Zusammenstellung verdichteter Texte lässt verschiedene Aspekte des Themas anklingen, weckt Assoziationen und Bilder. Lassen Sie sich davon gedanklich anregen!

Die Texte können ergänzend zu Bibeltexten, Gebeten und Fürbitten (vgl. Kap. Liturgie) auch in den Gottesdienst einbezogen oder als Gesprächseinstieg genutzt werden.

TEXTE

DER KLEINE PRINZ

Der kleine Prinz sagte: „Ich suche Freunde. Was heisst zähmen?“ „Das ist eine in Vergessenheit geratene Sache“, sagte der Fuchs. „Es bedeutet: sich vertraut machen.“

„Vertraut machen?“

„Gewiss“, sagte der Fuchs. „Du bist für mich noch nichts weiter als ein kleiner Knabe, der hunderttausend kleinen Knaben völlig gleicht. Ich brauche dich nicht, und du brauchst mich ebenso wenig. Ich bin nur ein Fuchs, der hunderttausend Füchsen gleicht. Aber wenn du mich zähmst, werden wir einander brauchen. Du wirst für mich einzig sein in der Welt. Ich werde für dich einzig sein in der Welt …“ „Ich beginne zu verstehen“, sagte der kleine Prinz.

Der Fuchs verstummte und schaute den Prinzen lange an: „Bitte … zähme mich!“, sagte er.

„Ich möchte wohl“, antwortete der kleine Prinz, „aber ich habe nicht viel Zeit. Ich muss Freunde finden und viele Dinge kennenlernen.“

„Man kennt nur die Dinge, die man zähmt“, sagte der Fuchs. „Die Menschen haben keine Zeit mehr, irgendetwas kennenzulernen. Sie kaufen sich alles fertig in Geschäften. Aber da es keine Kaufläden für Freunde gibt, haben die Leute keine Freunde mehr. Wenn du einen Freund willst, so zähme mich!“

„Was muss ich da tun?“, sagte der kleine Prinz. „Du musst sehr geduldig sein“, antwortete der Fuchs. „Du setzt dich zuerst ein wenig abseits von mir ins Gras. Ich werde dich so verstohlen, so aus dem Augenwinkel anschauen, und du wirst nichts sagen. Die Sprache ist eine Quelle von Missverständnissen. Aber jeden Tag wirst du dich ein bisschen näher setzen können …“

„Adieu“, sagte der Fuchs. „Hier ist mein Geheimnis. Es ist ganz einfach: man sieht nur mit dem Herzen gut. Das Wesentliche ist für die Augen unsichtbar.“ … „Die Menschen haben diese Wahrheit vergessen“, sagte der Fuchs. „Aber du darfst sie nicht vergessen. Du bist zeitlebens für das verantwortlich, was du dir vertraut gemacht hast.“

Antoine de Saint-Exupéry, Der kleine Prinz (Quelle: https://www.derkleineprinz-online.de/)

WAS DIE KLEINE MOMO KONNTE WIE KEIN ANDERER, DAS WAR DAS ZUHÖREN

Das ist doch nichts Besonderes, wird nun vielleicht mancher Leser sagen, zuhören kann doch jeder. Aber das ist ein Irrtum. Wirklich zuhören können nur recht wenige Menschen. Und so wie Momo sich aufs Zuhören verstand, war es ganz und gar einmalig.

Momo konnte so zuhören, dass dummen Leuten plötzlich sehr gescheite Gedanken kamen. Nicht etwa, weil sie etwas sagte oder fragte, was den anderen auf solche Gedanken brachte – nein, sie sass nur da und hörte einfach zu, mit aller Aufmerksamkeit und aller Anteilnahme.

Dabei schaute sie den anderen mit ihren grossen, dunklen Augen an, und der Betreffende fühlte, wie in ihm plötzlich Gedanken auftauchten, von denen er nie geahnt hatte, dass sie in ihm steckten. Sie konnte so zuhören, dass ratlose, unentschlossene Leute auf einmal ganz genau wussten, was sie wollten.

Oder dass Schüchterne sich plötzlich frei und mutig fühlten. Oder dass Unglückliche und Bedrückte zuversichtlich und froh wurden. Und wenn jemand meinte, sein Leben sei ganz verfehlt und bedeutungslos und er selbst nur irgendeiner unter Millionen, einer, auf denen es überhaupt nicht ankommt, und er ebenso schnell ersetzt werden kann wie ein kaputter Topf – und er ging hin und erzählte das alles der kleinen Momo, dann wurde ihm, noch während er redete, auf geheimnisvolle Weise klar, dass er sich gründlich irrte, dass es ihn, genauso wie er war, unter allen Menschen nur ein einziges Mal gab und dass er deshalb auf seine besondere Weise für die Welt wichtig war.

So konnte Momo zuhören!

Michael Ende, MOMO, 1973, (Quelle: https://www.unterrichtsmaterial.ch/arbeitsblatt/115366-deutsch-hoerverstehen-momo-zitat-zuhoeren)

KIRCHE IST NUR KIRCHE, WENN SIE FÜR ANDERE DA IST

Sie muss an den weltlichen Aufgaben des menschlichen Gemeinschaftslebens teilnehmen, nicht herrschend, sondern helfend und dienend. Sie muss den Menschen aller Berufe sagen, was ein Leben mit Christus ist, was es heisst, „für andere da zu sein“ ...

Es gibt aber kaum ein beglückenderes Gefühl, als zu spüren, dass man für andere Menschen etwas sein kann. Dabei kommt es gar nicht auf die Zahl, sondern auf die Intensität an. Schliesslich sind eben die menschlichen Beziehungen doch einfach das Wichtigste im Leben; daran kann auch der moderne „Leistungsmensch“ nichts ändern, aber auch nicht die Halbgötter oder die Irrsinnigen, die von menschlichen Beziehungen nichts wissen. Gott selbst lässt sich von uns im Menschlichen dienen.

Dietrich Bonhoeffer, Widerstand und Ergebung, Entwurf für eine Arbeit, Gütersloh 1951

GEDICHTE

Zu wissen, dass wir zählen
mit unserem Leben
mit unserem Lieben
gegen die Kälte
für mich, für Dich, für unsere Welt.

Ruth C. Cohn, Gedichte, 1990, Klappentext. (Quelle: https://www.hyperkommunikation.ch/literatur/cohn_wissen.htm)

Was gut tut

Anerkennende Worte
tun uns gut.
Fröhliche Blicke
tun uns gut.
Freundschaftliche Umarmungen
tun uns gut.
Herzliche Begegnungen
tun uns gut.
Wir täten gut daran,
uns gegenseitig
möglichst oft
Gutes zu tun.

Ernst Ferstl (*1955), österreichischer Lehrer und Dichter (Quelle: E. Ferstl, Herznah. Gedichte, Asaro-Verlag, 2003)

Sei sanft zu mir. Sei behutsam.
Uns bleibt nur kurze Zeit. Bald
werden wir leuchtende Spuren sein.
Und gross wird unsere Sehnsucht sein
nach Menschlichem. Wie jetzt
nach dem Unendlichen.
Doch wir haben keine Hände mehr.
Keine Hände zum Streicheln.
Keine Wangen zu berühren
ganz leicht.
Sehnsucht nach Unvollkommenem
erfüllt uns dann als leuchtende Photonen.

Mariangela Gualtieri

Ich gehe vorüber –
aber ich lasse vielleicht
den kleinen Ton meiner Stimme,
mein Lachen und meine Tränen
und auch den Gruss der Bäume im Abend
auf einem Stückchen Papier.
Und im Vorbeigehn,
ganz absichtslos,
zünde ich die ein oder andere
Laterne an
in den Herzen am Wegrand.

Hilde Domin, Wie wenig nütze ich bin. (Quelle: Gesammelte Gedichte; https://www.deutschelyrik.de/)

Dein Ort ist
wo Augen dich ansehn.
Wo sich die Augen treffen
entstehst du.
Von einem Ruf gehalten,
immer die gleiche Stimme,
es scheint nur eine zu geben
mit der alle rufen.
Du fielest,
aber du fällst nicht.
Augen fangen dich auf.
Es gibt dich
weil Augen dich wollen,
dich ansehen und sagen
dass es dich gibt.

Hilde Domin, Es gibt dich (Quelle: Gesammelte Gedichte; https://www.deutschelyrik.de/)

Einmal nur

Einmal
den Kopf hinhalten
den Mund aufmachen
der Angst gewachsen sein
und mir ein Herz fassen
das Herz eines neuen Himmels
einer neuen Erde
Einmal
nicht Haus, sondern Zeit
nicht rechnen, sondern lieben
nicht man, sondern ich
nicht dann, sondern jetzt
Einmal nur
alles auf eine Karte setzen
die Geschwister an der Hand fassen
und loslaufen!

Jacqueline Keune, Scheunen voll Wind. Gebete und Gedichte, db-Verlag, 2016, S. 15

Friedensgebet

Herr, mach mich zu einem Werkzeug deines Friedens,
dass ich liebe, wo man hasst;
dass ich verzeihe, wo man beleidigt;
dass ich verbinde, wo Streit ist;
dass ich die Wahrheit sage, wo Irrtum ist;
dass ich Glauben bringe, wo Zweifel droht;
dass ich Hoffnung wecke, wo Verzweiflung quält;
dass ich Licht entzünde, wo Finsternis regiert;
dass ich Freude bringe, wo der Kummer wohnt.
Herr, lass mich trachten,
nicht, dass ich getröstet werde, sondern dass ich tröste;
nicht, dass ich verstanden werde, sondern dass ich verstehe;
nicht, dass ich geliebt werde, sondern dass ich liebe.
Denn wer sich hingibt, der empfängt;
wer sich selbst vergisst, der findet;
wer verzeiht, dem wird verziehen;
und wer stirbt, der erwacht zum ewigen Leben.

Franz von Assisi (Quelle: https://de.wikipedia.org/wiki/Gebet_des_heiligen_Franziskus)

Nachfolge

Wir brauchen welche
die ihre Ängste lassen
die ihre Tische teilen
die ihre Ohren leihen
und sich in den Schlaf beten.
Wir brauchen welche
die alte Haut streicheln
die junges Grün säen
die andere Wege gehen
und mit Engelsflügeln schlagen.
Wir brauchen welche
die Mass halten
die Trauer tragen
die Widerstand wagen
und den Himmel auf die Erde ziehn.

Jacqueline Keune, Scheunen voll Wind. Gebete und Gedichte, db-Verlag, 2016, S. 33

Wer?

Wer hört zu?
Wer fragt nach?
Wer gibt warm
und nimmt in den Arm?
Wer sagt Nein?
Wer teilt Brot?
Wer geht mit
und macht Licht?
Wer hisst die Hoffnung?
Wer schürt das Recht?
Wer birgt die Liebe
und ist Sand im Getriebe?

Jacqueline Keune, Scheunen voll Wind. Gebete und Gedichte, db-Verlag, 2016, S. 31

Texte und Gebete zusammengestellt durch Annemarie Bieri, Gemeindedienste und Bildung

DAMMERNDES KAPITEL

Dort ein Tag und hier ein Jahr

Meine Erwachse- und schlug die Augen auf.
Sie mußte sich eine Weile besinnen, wo sie war. Es verwunderte sie,
daß sie sich auf dem grünbewachsenen Steinstufen des alten Amphithea-
ters wiederfand. War sie denn nicht vor wenigen Augenblicken noch im
Morgend-Haus bei Meiners Hora gewesen? Wie kam sie denn so plötz-
lich hierher?
Es war dunkel und kühl. Über dem nördlichen Horizont dämmerte schon
das erste Morgengrauen auf. Momo fröstelte und zog sich ihre viel zu
große Jacke enger um den Leib.
Gane deutlich erinnerte sie sich an alles, was sie erlebt hatte, an die
nächtliche Wanderung durch die große Stadt hinter der Schildkröte
her, an den Sturm mit dem schwarzen Licht und den blendend weißen
Häusern, an die Niemals-Gasse, an den Saal mit den unzähligen Uh-
ren, an die Schokolade und die Honigbrötchen, an jeden einzelnen Wort
ihrer Unterhaltung mit Meister Hora und an das Rätsel. Aber vor allem
erinnerte sie sich an das Erlebnis unter der goldenen Kuppel. Sie
brauchte nur die Augen zu schließen, um die nie zuvor gesehenen Far-
benspiele der Blüten wieder vor sich zu sehen. Und die Stimmen, wie
Sonne, Mond und Sternen klangen ihr noch immer im Ohr, so deutlich
wußte sie die Melodien nicht zusammen konnte.
Und während sie das tat, fanden sich Worte in ihr. Worte, die wirklich
den Duft der Blüten und deren nie gesehene Farben ausdrückten! Die
Stimmen in Momos Erinnerung waren es, die diese Worte sprachen –
doch mit dieser Erinnerung selbst war etwas Wunderbares geschehen!
Momo fand in ihr nun nicht mehr nur das, was sie gesehen und gehört
hatte, sondern mehr und immer noch mehr. Wie aus einem unver-

LIEDER ZUM KIRCHENSONNTAG

VORSCHLÄGE UND ANREGUNGEN / DOMINIK NANZER

VORSCHLÄGE ALS ÜBERSICHT

KATHOLISCHES GESANGBUCH

KG 42 komm her, freu dich mit uns (2. Str)
67 o herr nimm unsre schuld (4. Str)
auch RG 212
68 meine engen grenzen (3. Str)
547 hilf herr meines lebens (2. Str)
auch RG 825
561 sag ja zu mir
567 herr gib uns mut zum hören (3. Str)
auch RG 258
580 ihr seid das salz der erde
auch RG 839
592 komm in unsre stolze welt (2, 4)
auch RG 833
594 damit aus fremden freunde werden (1–6)
595 herr, lass uns hören was du sagst (1–4)
218 aus vielen körnern gibt es brot
auch RG 321
418 ubi caritas
auch RG 813
253 wo güte ist und liebe
auch RG 818
598 brich dem hungrigen dein brot
auch RG 823

REFORMIERTES GESANGBUCH

RG 740 ihr sollt da sein füreinander
741 gott unser festtag ist gekommen
798 so jemand spricht: ich liebe gott
819 lass die wurzel unsers handelns liebe sein
829 herr gib mir mut zum brücken bauen

RISE UP PLUS

RU+ 002 wo menschen sich vergessen
015 wo ein mensch vertrauen gibt
019 hände die schenken
061 suchen und fragen
100 wenn das brot, das wir teilen
116 brot das die hoffnung nährt
167 wie ein fest nach langer trauer
191 schenk uns zeit
192 wenn du singst
255 behutsam will ich dir begegnen
268 halte deine träume fest

HALLELUJA
(jugendgesangbuch bistum essen)

146 keinen tag soll es geben
193 wir gehen aufeinander zu
198 nehmet einander an
206 lass uns den armen die hände reichen
253 salz sein, licht sein, christ sein

JUNGES GOTTESLOB

594 wenn du nicht wärst

MENNONITISCHES GESANGBUCH

474 ein jeder trage die last des andern

AUSGEWÄHLTE BESCHREIBUNGEN

RG 819: LASS DIE WURZEL UNSERS HANDELNS LIEBE SEIN

Ein Lied aus dem 20. Jh. Text: 1921/1986, Melodie: 1971

Textlicher Inhalt: Grundlage (Wurzel) des Zusammenlebens und gemeinsamen Handelns ist die Liebe. Gott wird aufgerufen, unser fürsorgliches Handeln mit seiner Liebe zu unterstützen.

Musikalisch: Die Melodie ist ganz auf die Wortbetonung und Wortbedeutung fokussiert. Tonale, gut singbare Melodie; Wechsel des Rhythmus: 2er-/3er-Takt; wortbedingt.

RG 829: HERR, GIB MIR MUT ZUM BRÜCKEN BAUEN

Ein Lied aus der 2. Hälfte des 20. Jh. Text: Kurt Rommel, Melodie: Markus Jenny

Textlicher Inhalt: Um gut miteinander zusammenzuleben, müssen wir immer wieder Brücken bauen. Dazu braucht es Mut und Gottes Hilfe. Ich muss den ersten Schritt machen und darauf vertrauen, dass Gott mit mir geht.

Musikalisch: „Populäre“ Melodie; einfach, gut zu singen, eingängig; schön und schwungvoll sind die immer wiederkehrenden Achtel-Auftaktnoten.

RU+ 015: WO EIN MENSCH VERTRAUEN GIBT

Ein Lied aus den 1970er-Jahren. Text: Hans-Jürgen Netz, Melodie: Fritz Baltruweit

Textlicher Inhalt: Es wird das biblische Bild der Wüste verwendet, welche zu blühen beginnt. Dazu braucht es Regen – und im übertragenen Sinn: Um miteinander in Liebe und Fürsorge zu leben, braucht es Vertrauen, Loslassen von Egoismus, den Blick auf „andere Welten“, Verlassen von „alten Wegen“.

Musikalisch: Ganz tonal komponiert; vom Schwierigkeitsgrad her fast ein Kinderlied, 5 Gitarrenakkorde. 3 x vorgezogene Noten, um etwas „Pep“ hineinzubringen.

RU+ 061: SUCHEN UND FRAGEN

Ein Lied aus der 2. Hälfte 20. Jh. Text: Diethard Zils, Melodie: Jo Akepsimas

Textlicher Inhalt: Wenn wir uns den Mitmenschen öffnen, indem wir suchen und fragen, hoffen und gemeinsam nach dem Glauben suchen, Neuland begehen, Brot für andere sind ...

Dann spricht Gott sein Ja. Er ist mit uns, und unser „Nein“, unser „Herunterziehen“ stirbt.

Musikalisch: Ganz einfache, traditionelle Struktur. Schön ist der Anfang des Refrains: die höchsten Noten fallen auf das Wort „spricht Gott“, was dem Refrain besonderen Schwung verleiht.

RU+ 255: VON DER ZÄRTLICHKEIT GOTTES / BEHUTSAM WILL ICH DIR BEGEGNEN

1990. Text: Eckart Bücken, Melodie: Thomas Quast

Textlicher Inhalt: Hier ergibt sich ein Zusammenspiel zwischen Gottes Fürsorge und menschlicher Behutsamkeit. Sind wir sanftmütig, behutsam und liebevoll zu andern Menschen, wird auch Gott uns seinen Segen, seine Güte und seine Kraft zukommen lassen.

Musikalisch: Tonales Lied im Popballaden-Stil. Interessant sind die reichen Begleitakkorde, viele 7er-Akkorde, die etwas geübt werden müssen.

KG 42: KOMM HER, FREU DICH MIT UNS, TRITT EIN

1970er-Jahre, Text und Melodie: Charles Heap

Textlicher Inhalt: Wenn ich meinem Nächsten mein Herz öffne, öffne ich es auch Gott (oder umgekehrt?). Gott will unter den Menschen sein, und Gott ist ein Abbild des Menschen (oder umgekehrt!).

Musikalisch: Melodie nach einem amerikanischen Gospellied; kann auch mit Kantor/in gestaltet werden (Strophen = Kantor/in, Refrain = alle).

KG 594: DAMIT AUS FREMDEN FREUNDE WERDEN

1987. Text und Melodie: Rolf Schweizer (bekannter Lieddichter und Kirchenmusikkomponist)

Textlicher Inhalt: Ein etwas „politischeres“ Lied. Gottes Sohn Jesus Christus lebte uns vor, wie wir als Menschen untereinander leben sollen. Befolgen wir die wichtigsten Grundsätze christlichen Handelns, entsteht daraus ein gutes Zusammenleben und Gottes Begleitung ist uns zugesagt (es müssen ja nicht gleich alle Fremden beste Freunde werden, aber Respekt ist schon viel).

Musikalisch: Schöne, gut singbare, tonale Melodie im 6/4tel-Takt (eher selten).

RG 813 / KG 418 / RU+ 250: UBI CARITAS

Text: 9./10. Jh., Taizé

Textlicher Inhalt: Dürfte allen bekannt sein. Wo Güte ist und Liebe, da ist Gott – und somit auch gutes menschliches Zusammensein.

Musikalisch: Besonders angenehm, dass der Gesang variabel 1-stimmig, 2-stimmig und auch bis 4-stimmig gesungen werden kann.

Zusammenstellung und Beschreibungen: Dominik Nanzer, Organist, Chorleiter und Komponist.

ABLAUF EINER LITURGIE

GRUNDSÄTZLICHES ZUR UMSETZUNG DES GOTTESDIENSTES / MARTIN STÜDELI

DIE LITURGIE IM ÜBERBLICK

Vereinfacht lässt sich ein Gottesdienst nach folgendem Grundmuster einteilen: Zuerst machen sich die Teilnehmenden mit dem Zusammensein als Gemeinde und dem Thema des Gottesdienstes vertraut (***Einleitung***); dann widmen sie sich dem Thema (***Inhalt***) und runden das Erlebte mit einem Blick in die Welt und in den kommenden Alltag ab (***Abschluss***).

Einleitung	*Eingangsspiel*		
	Grusswort, Begrüssung		
	Musik / Lied		
	Sammlung / Besinnung / Gebet		
Inhalt	*Musik / Lied*	*Musik / Lied*	*Musik / Lied*
	Gedanke	**Gedanke**	**Gedanke**
	Musik / Lied	*Musik / Lied*	*Musik / Lied*
	Lesung	**Lesung**	**Lesung**
		(Gedanken)	**(Gedanken)**
	Gedanken, Bildbetrachtung	**Rundgang, Aktivität, Abendmahl**	**Statements, Gespräch, Podium**
	Abschluss	**Abschluss**	**Abschluss**
	Musik / Lied	*Musik / Lied*	*Musik / Lied*
Abschluss	**Abkündigungen**		
	Fürbitte, Unser Vater		
	Kollekte, Dank, Mitteilungen		
	Musik / Lied		
	Sendung, Segen		
	Ausgangsspiel		

GLEICHGEWICHT DER ELEMENTE

Die Gemeinde schätzt Abwechslung im Gottesdienst. Darum empfiehlt es sich, gedankliche und emotionale Elemente sowie aufnehmende und teilnehmende Elemente zu kombinieren. Dabei ist es der vorbereitenden und durchführenden Gruppe überlassen, wie sie die Elemente im Gottesdienst zusammenstellt und welche Schwerpunkte sie setzt.

GEDANKLICHE UND EMOTIONALE ELEMENTE

Gedankliche Elemente lassen über den Inhalt nachdenken. Dazu gehören Texte und Gedanken. ***Emotionale Elemente*** sprechen Sinne und Gefühle an, wie Musik, Lieder, aber auch Gebete. Selbstverständlich gewinnen auch vorgelesene Texte an emotionaler Nähe, wenn sie mit innerer Beteiligung vorgelesen werden.

AUFNEHMENDE, TEILNEHMENDE ELEMENTE

Aufnehmende Elemente regen die Teilnehmenden an. Etwa Texte, Gebete und Mitteilungen sind solche Elemente. Die Gemeinde nimmt sie auf. Mit ***teilnehmenden Elementen*** sind Abschnitte im Gottesdienst gemeint, bei denen sich die Besucherinnen und Besucher beteiligen: Lieder, Rundgänge, Momente des Austauschens und überhaupt alle Aktivitäten.

HINWEISE ZUR UMSETZUNG

GRUNDSÄTZLICHES

Sie haben sich vorgenommen, die Feier am Kirchensonntag vorzubereiten. Das ist ein wertvoller Einsatz, den Sie für Ihre Kirchgemeinde leisten. Vielleicht sind Sie eine kleine Gruppe engagierter Personen. Fragen Sie trotzdem früh genug Leute an, die Sie bei der Ausführung unterstützen. Sie müssen nicht alles selber machen. Vielleicht liest

jemand aus der Gemeinde den Predigttext vor. Vielleicht kennen Sie Leute, die gerne eine Szene in der Kirche darstellen oder Musik spielen.

Sie können Ihre Arbeit auch als Koordination, als Moderation oder Regie verstehen. Die folgende Ideensammlung zeigt Ihnen, was Sie alles (selber) machen oder (andere) machen lassen können, denn Inhalte und Aussagen lassen sich durch eine passende Form der Umsetzung unterstützen.

VERSCHIEDENE STIMMEN

Ein Thema kann verdeutlicht werden, indem verschiedene Handelnde oder Vorlesende sprechen. **Verschiedene Stimmen** machen den Gottesdienst lebendig. Dafür eignen sich Gebete, Fürbitten, Gedanken. Verschiedene Stimmen kommen auch zum Tragen, wenn Sie weitere Mitwirkende miteinbeziehen. Vielleicht gibt es jemanden, der zum Thema etwas beitragen kann. Vielleicht gibt es schlummernde Talente in Ihrer Kirchgemeinde. Vielleicht lassen Sie ein paar Personen ihre eigene Erfahrung oder Sichtweise mitteilen **(Statements),** ein Gespräch zum Thema führen **(Gespräch)** oder miteinander zum Thema diskutieren **(Podium)**.

ORTE

Die Handelnden im Gottesdienst sind nicht verpflichtet, stets vom gleichen Ort aus aufzutreten. Eine Stimme kann einmal von der Empore, hinter einer Säule hervor oder mitten im Kirchenschiff erklingen. Themen können mit verschiedenen Sprechenden im Dialog verdeutlicht werden.

Achten Sie darauf, wer zu welcher Zeit wo im Raum steht. Sie können etwa Lesungen von der Kanzel, Gedanken hinter dem Taufstein und Gebete unmittelbar vor der Gemeinde vortragen. Versuchen Sie, mit der Ortswahl Ihre Ziele zu unterstützen und die Verständlichkeit zu fördern.

EINSATZ VON MEDIEN

Falls Sie im Gottesdienst Familien ansprechen wollen, können Sie die Lesung mit projizierten Bildern begleiten. Vielleicht finden Sie ein schönes **Bilderbuch,** das Szenen aus der gelesenen Geschichte darstellt.

Sie können auch eine **Bildbetrachtung** machen und ein Bild zum Thema oder zum Bibeltext zeigen. Falls Sie für **Projektionen** nicht genügend eingerichtet sein sollten, geben Sie **Handkopien** des Bildes ab.

EINBEZUG DER GEMEINDE

Wenn Sie die Gemeinde nebst dem Singen von **Liedern** sich aktiv beteiligen lassen möchten, bieten sich folgende Möglichkeiten:

Ein **Rundgang** mit verschiedenen Stationen in der Kirche, an denen die Teilnehmenden diskutieren, schreiben oder etwas Kleines anfertigen, ermöglicht eine lebendige Form der Vertiefung, an der Gross und Klein teilnehmen können.

RAUMGESTALTUNG

Bei der Gestaltung des Kirchenraumes können Sie einen weiteren Akzent setzen. Je nachdem strahlt der Raum etwas aus, oder Sie richten ihn so ein, dass das Thema bildlich oder symbolisch aufgegriffen wird. Vielleicht mit einem **Bild,** das eine **Klasse der Schule** gestaltet hat.

DER RAHMEN

Machen Sie sich Gedanken darüber, was **vor und nach** dem Gottesdienst geschieht. Vielleicht steht der Gottesdienst in einer **Reihe** verschiedener Veranstaltungen. Vielleicht geben Sie am Eingang vor dem Gottesdienst etwas ab. Vielleicht trifft man sich nachher zum **Kirchenkaffee.**

EIGENE PRÄSENZ

Die Art und Weise, wie Sie sich fühlen, wenn Sie vor Leuten etwas tun, ist wesentlich. Versuchen Sie, einfach **da zu sein,** sich selbst zu spüren und sich mit dem Inhalt zu verbinden.

DISKUSSIONEN UND DIALOGE

EINE LEBENDIGE UND ANREGENDE MÖGLICHKEIT / MARTIN STÜDELI

FORM UND GEWINN

Das Gespräch zweier Personen oder mehrerer Personen regt auf lebendige Art zum Mitdenken an. Vielleicht finden Sie Personen, die über Fürsorgenetze sprechen können. Genauso können Sie Ihre Erfahrungen mit Fürsorge zusammenstellen und sie in Dialoge verpacken. Das kann unglaublich Spass machen. Dabei ist es ratsam, entgegengesetzte Standpunkte miteinzubeziehen.

VORBEREITUNG

Für die Durchführung eines **Zwiegespräches** brauchen Sie ein gutes, gemeinsam benutzbares Mikrofon, das zwischen den Gesprächspartnern steht. Überlegen Sie sich, wie die beiden Gesprächspartner überhaupt ins Gespräch kommen: Es können dieselben Personen sein, die durch den Gottesdienst führen. Oder es wird eine Situation zu Hause in der Küche gespielt. Grenzen für eine Umsetzung gibt es fast keine. Wichtig ist, dass Sie sich dabei wohlfühlen. Auch wenn Sie etwas wagen.

Für die Durchführung einer **Podiumsdiskussion** brauchen Sie ein Mikrofon, das sich herumreichen lässt. Sie brauchen einen **Moderator** und drei bis fünf Personen, die an der Diskussion teilnehmen. Entweder platzieren Sie die Personen auf Stühlen oder sie stehen frei um einen hohen Bistrotisch. Es ist sogar möglich, das nötige Mobiliar während des Gottesdienstes kurz vor dem Podium hinzustellen, wenn das mit Gelassenheit und Selbstverständlichkeit geschieht. Den Anfang macht der Moderator, indem er die geladenen Personen nach vorn bittet.

STANDPUNKTE

Die Diskussion lebt von verschiedenen Standpunkten. So können sich die Besucherinnen und Besucher im Gottesdienst eine eigene Meinung bilden. Entweder suchen Sie Personen, die unterschiedliche Standpunkte vertreten und bereit sind, diese am Kirchensonntag zu vertreten, oder Sie spielen die verschiedenen Positionen selbst und notieren sich ein mögliches Gespräch, welches Sie dann einüben. Die folgenden Fragen sowie die Fragen auf Seite 12 (Sorgende Gemeinschaften) und Seiten 44 und 47 (Gesprächskartenrunden) eignen sich sehr gut, verschiedene Positionen einzunehmen, da sie oft unterschiedliche Blickpunkte aussprechen.

Wenn Sie eigene Gedanken verfassen möchten, eignen sich etwa folgende Standpunkte:

- Sorge ist kein guter Ausgangspunkt für ein Miteinander.
- Wenn jede und jeder für andere sorgen würde, wäre allen geholfen.
- Ich will mir meine Leute selber aussuchen, für die ich sorge.
- Wenn wir fürsorglicher und empathischer wären, bräuchte es nicht so viele Gesetze und Vorschriften.
- „Sorgsam miteinander leben“ ist ein typisches Frauenthema.
- Die heutige Welt braucht dringend etwas mehr Sorgsamkeit.
- „Sorgsam miteinander leben“ klingt nach leerem Gerede. Man muss auch mal Klartext sprechen und Schwierigkeiten austragen können.
- …

IN SZENE SETZEN

KURZE SZENISCHE UND SYMBOLISCHE UMSETZUNGEN / MARTIN STÜDELI

ERKLÄRUNGEN IM MASS

Ein Gottesdienst lebt vom Erlebnis. Die Besucherinnen und Besucher nehmen meistens einen Gedanken und ein Grundgefühl aus dem Gottesdienst mit. Sie fühlen sich angesprochen und zum Nachdenken angeregt. Versuchen Sie deshalb ein Thema eher anklingen zu lassen, als es in seiner Fülle zu erklären. Es kann Ihnen helfen, wenn Sie Gedanken mit kurzen Visualisierungen unterstützen. Dazu lesen Sie weiter unten mehr.

Halten Sie Anweisungen zum Sitzen und Stehen schlicht, da sie die Feierlichkeit oft unterbrechen.

VISUALISIERUNGEN

Gedankliche Inhalte lassen sich gut mit symbolischen Gesten und Gegenständen verdeutlichen. Hier lesen Sie mögliche Beispiele.

Beispiele von Fürsorge zeigen

Im Kirchenraum hängen Bilder oder Texte aus der Unterweisung in Ihrer Kirchgemeinde. Nach einem Rundgang im Gottesdienst durch die Bilder oder Texte verdichtet ein Gesamtblick die Eindrücke. Als begleitende Orgelmusik während des Rundgangs empfiehlt sich ein ruhiges Orgelstück. Vielleicht stehen auch ein paar Tischchen mit Getränken und Stühlen bereit, damit die Besuchenden miteinander austauschen können.

Fragen und Antworten

Menschen aus verschiedenen Generationen zeigen, wie sie Fürsorge leben. Sie zeigen dazu Plakate. Zum Schluss deuten Sie die Reihe der Beispiele kurz und geben so einen Gesamtblick.

Verschiedene Stimmen

Vielleicht lassen Sie unterschiedliche Erfahrungen mit Fürsorglichkeit vortragen. Vielleicht lassen Sie Vertreterinnen und Vertreter aus lokalen sozialen Institutionen aus ihren Erfahrungen und ihrer Arbeit berichten. Aus einem Pflegeheim, aus der Nachbarschaftshilfe, aus der Aufgabenhilfe oder aus der Gassenarbeit. Danach kommentieren Sie die Gesamtheit der Beispiele kurz und geben damit einen Gesamtblick.

Schulklasse im Gottesdienst

Vielleicht können Sie eine Lehrperson mit Schulklasse gewinnen, die für den Kirchensonntag ein Lied singen oder eine kleine Ausstellung machen (zeichnen, basteln, formen) und zeigen, was für sie ein gelungenes Zusammenleben ausmacht.

DIE EIGENE PRÄSENZ

Üben Sie Ihre Einsätze gut, damit Sie sich sicher fühlen. Wichtig ist, dass Sie sich bei dem, was Sie machen, wohlfühlen. Sprechen Sie sich auch im Team ab. Vielleicht hilft Ihnen eine Person aus der Gemeinde und gibt Ihnen eine Rückmeldung zu Ihrem „Auftritt“. Versuchen Sie auch einmal etwas Neues. Das motiviert und hält frisch!

EIN MARKT IN DER KIRCHE

RUNDGANG FÜR ALLE / MARTIN STÜDELI

DER GEWINN

Wenn Sie einen Gottesdienst mit viel Beteiligung der Gemeinde organisieren wollen, kann die Form eines Rundgangs mit verschiedenen Stationen oder mit einer ausgestellten Fotoreihe helfen. Diese Form ist für Kinder und Erwachsene geeignet.

Entweder können die Besucherinnen und Besucher an den verschiedenen Stationen zu Glaubensfragen diskutieren, erleben, basteln oder aufschreiben; oder sie können mit verschiedenen Personen innerhalb oder ausserhalb der Kirchgemeinde in Kontakt treten – etwa mit der Pfarrerin oder der Kirchgemeinderätin (die erzählt, wie sie sorgsam mit anderen lebt), dem Organisten (mit dem man gleich ein passendes Lied einüben kann) oder dem Katecheten (der mit den Kindern etwas vorbereitet) ... die Möglichkeiten sind unbegrenzt.

VORBEREITUNG UND DURCHFÜHRUNG

Planen Sie zuerst den **Rundgang als Ganzes.** Damit er das Thema vertiefen kann und den Inhalt des Gottesdienstes unterstützt, muss er gut eingebettet werden. Überlegen Sie sich, was der Rundgang darstellen soll. Soll er verschiedene Erfahrungen der Fürsorge zeigen? Soll er Einblicke in Fürsorglichkeit geben? Soll er zeigen, dass wir Menschen aufgerufen sind, füreinander da zu sein?

Dann entwerfen Sie **Ideen für die Stationen.** Sie sollen Ihrem inhaltlichen Ziel dienen. Versuchen Sie, Leute zu gewinnen, die am Gottesdienst eine Station betreuen können, und sprechen Sie mit ihnen Ziel und Inhalt des Standortes ab.

Wenn Sie den inhaltlichen Bezug und Rahmen **vor dem Rundgang** ansprechen, wird die Gemeinde den Rundgang von selbst mit dem Thema verbinden. Wenn Sie dann **nach dem Rundgang** ein paar Eindrücke schildern, die Ihnen während des Rundgangs das Thema „Sorgsam miteinander leben“ aufgezeigt haben, wird der lebendige und auflockernde Rundgang zu einem berührenden Erlebnis für alle.

EINLEITUNG ZU DEN LITURGIEN

LEKTÜRE UND PRAKTISCHE ÜBUNGEN / MARTIN STÜDELI

EINLEITUNG

Der thematische Satz „Sorgsam miteinander leben", der für den Kirchensonntag 2021 steht, orientiert sich am Leitsatz der Reformierten Kirchen Bern-Jura-Solothurn „Offen für alle – solidarisch mit den Leidenden". Dieser Leitsatz verdichtet nämlich in heutiger Sprache eine Botschaft, mit der sich Jesus an die sozialen Gewohnheiten und Vorlieben seiner damaligen Mitmenschen gerichtet hat – und sich heute noch an uns richtet. Wir entscheiden in unserem Alltag vieles aus Sympathie und Antipathie.

Natürlich ist es richtig, selber zu entscheiden, um wen man sich sorgen will und mit wem man sich verbunden fühlt. Doch wie so oft stellt die jesuanische Botschaft unsere Gewohnheiten in Frage und lenkt unsere Aufmerksamkeit auf weniger attraktive Inhalte, die es entweder nicht in unser Blickfeld geschafft haben oder die wir mal bewusst, mal unbewusst ausblenden. Wir werden zu einer neuen Sichtweise eingeladen, von der sich im Nachhinein herausstellt, dass sie auch für uns selber ein Gewinn ist.

Lassen wir uns also überraschen von der Sorge gegenüber anderen und vom christlichen Miteinander. Das diesjährige Thema zum Kirchensonntag ist eine Wiederholung wert.

PRAKTISCHER EINSTIEG

So. Und jetzt lade ich Sie ein, es sich gemütlich zu machen. Sorgen Sie dafür, dass es Ihnen richtig wohl ist. Vielleicht giessen Sie sich fürsorglich ein heisses Getränk ein, setzen sich zum Lesen auf einen bequemen Stuhl oder Sessel und achten darauf, dass Sie einen achtsamen Blick in Ihren Garten oder einfach zum Fenster hinauswerfen können. Denn nun werden Sie sich Gedanken über die Nächstenliebe machen. Schauen Sie um sich. Vielleicht beginnen Sie zuerst mit eigenen Gedanken. Atmen Sie tief. Vielleicht versuchen Sie herauszufinden, wer für Sie der oder die Nächste ist und wie Sie selbst „Liebe" definieren würden. Schauen Sie um sich und suchen Sie Ihre Umgebung nach geliebten Gegenständen oder Erinnerungen ab. Oftmals sind es Dinge, die Ihnen ans Herz gewachsen sind und für die Sie gerne sorgen. Lassen Sie sich Zeit für erste Gedanken. Sie können sich auch ein paar Notizen aufschreiben, die Sie dann sorgsam aufheben und für die Vorbereitung zum Kirchensonntag verwenden. Sie können danach auch die folgenden einführenden Abschnitte lesen. Oder – wenn Ihnen eher nach praktischen Ideen zumute ist – gleich zu den „Übungen und Anregungen" weitergehen.

ÜBERBLICK

„Liebe Gott von ganzem Herzen und liebe deinen Nächsten wie dich selbst.“ Im Doppelgebot der Liebe werden Gott, der Mitmensch und die eigene Person durch Liebe verbunden. Die Liebe ist der Anfang allen Sorgens. Und wie die Liebe gleichzeitig Gott, dem Mitmenschen und der eigenen Person gilt, so gilt auch die Sorge allen dreien. Kann die Liebe zwischen den dreien fliessen, wird sie zum Kreislauf der Kraft. Wir werden nun versuchen, den Begriff der Nächstenliebe und den christlichen Liebesbegriff nachzuzeichnen. Tauchen Sie ein in die Vielfalt der jüdisch-christlichen Tradition! Es mag Ihnen vielleicht verwirrend scheinen, im Folgenden die vielen Bibelstellen zu lesen, doch Sie werden entdecken, mit wie viel Sorge und mit wie viel gemeinsamer Anstrengung sich die Autoren der Bibel über Jahrhunderte mit der Frage beschäftigt haben, wem unsere Liebe und Sorge gelten soll und woher wir die Kraft für unser Sorgen beziehen.

Wir werden durch biblische Texte und Geschichten streifen, in denen das sorgsame Miteinander beispielhaft nacherzählt wird. Sie erhalten dann ein paar praktische Übungen für Ihre Vorbereitungszeit zum Kirchensonntag, die auch zu Umsetzungsformen im Gottesdienst anregen können. Und natürlich finden Sie wie immer Gebets-, Fürbitten- und Segensimpulse für Ihren Gottesdienst. Wir wünschen Ihnen viel Freude bei Ihrer wertvollen Arbeit. Sie tragen damit Sorge zum Leben und Feiern in Ihrer Kirchgemeinde und gleichzeitig zum reformierten Erbe: zu einer Kirche, die sorgsam miteinander unterwegs ist.

Also setzen Sie sich hin. Geniessen Sie den Moment und gehen Sie ihren Gedanken und Gefühlen nach. Geduldig und liebevoll. Spüren Sie, dass Gott für Sie sorgt. Genau jetzt. Und sorgen Sie dafür, dass dieses Wohlwollen sich in Ihnen ausbreitet. Atmen Sie tief durch. Trinken Sie einen Schluck – Tee, Wasser, Wein. Und schauen Sie mit Dankbarkeit und Liebe auf Ihre jetzige Situation.

SORGSAMKEIT UND ACHTSAMKEIT

DAS DOPPELGEBOT DER LIEBE

Wenn wir Christinnen und Christen über unser Handeln sprechen, kommen wir früher oder später auf das Doppelgebot der Nächstenliebe. Christliches Engagement schöpft im besten Fall aus diesem Gebot seine Kraft, denn es verbindet gleichzeitig Gott mit dem einzelnen Menschen und dessen Mitmenschen und stellt sie zueinander in Beziehung.

Wir lesen im Matthäusevangelium (Mt 22, 37-40): „Jesus aber sprach zu ihm: ‚Du sollst den Herrn, deinen Gott, lieben von ganzem Herzen, von ganzer Seele und von ganzem Gemüt‘ (5 Mose 6, 5). Dies ist das höchste und erste Gebot. Das andere aber ist dem gleich: ‚Du sollst deinen Nächsten lieben wie dich selbst‘ (3 Mose 19, 18). In diesen beiden Geboten hängt das ganze Gesetz und die Propheten.“ Jesus verbindet zwei Gebote der Tora, die wir im Alten Testament an zwei verschiedenen Stellen finden. Darum sprechen wir auch vom Doppelgebot der Liebe. Er verbindet damit die Liebe zu Gott mit der Liebe zum Mitmenschen und zu sich selbst und ordnet sie einander gleichberechtigt zu.

Ganz ähnlich verbindet Jesus die Gottesverehrung und die Hinwendung zum Mitmenschen, wenn er in der Bergpredigt mahnt, dass man sich vor dem Opfer im Tempel besser mit seinen Mitmenschen versöhnt (Mt 5, 23 f.): „Darum, wenn du deine Gabe auf dem Altar opferst und dort kommt dir in den Sinn, dass dein Bruder etwas gegen dich hat, so lass dort vor dem Altar deine Gabe und geh zuerst hin und versöhne dich mit deinem Bruder, und dann komm und opfere deine Gabe.“ Man kommt nicht vor Gott und ist gleichzeitig mit jemand anderem uneins. Während diese Aussage früher wohl eher wie eine Art Reinheitsgebot empfunden wurde, das vom Tempelgänger Reinheit von Streit und Ärger verlangte, würden wir heute vielleicht mehr vom Begriff der Freiheit ausgehen und es so ausdrücken: Wir wollen vor Gott frei von belastenden Gedanken sein und sollten darum zuerst Unstimmigkeiten in unserem Alltag klären.

DIE NÄCHSTE UND DER NÄCHSTE

Als Nächste, die wir wie Gott und wie uns selbst lieben sollen, bezeichnet die Bibel je nach Zusammenhang verschiedene Menschen. Bekannte wie Fremde. Verwandte wie Nicht-Verwandte. Das Bedeutungsfeld reicht vom Feind bis zum Bruder und umschliesst im bekannten Gleichnis vom barmherzigen Samaritaner sogar den verachteten Andersglaubenden, der sich ganz selbstverständlich und unvoreingenommen um einen Leidenden – also wiederum um dessen Nächsten – kümmert. Es gibt überraschend viele Beispiele, mit denen in der Bibel verdeutlicht wird, wer der Nächste ist.

Im Tanach, der Schriftensammlung, die wir als das Alte Testament bezeichnen, ist der Nächste oftmals ein greifbares Gegenüber. Die Nähe zu ihm ergibt sich aus der Beziehung, in der man zu ihm steht. Er kann „Verwandter" (Ex 2, 13), „Nachbar" (Spr 3, 29), „Freund" (1 Sam 20, 41), „Geliebter" (Hld 5, 16), „Waise, Witwe und Fremdling" (Dtn 10, 18 f.) oder „Anderer" (Gen 11, 3) sein. In dieser Liste tritt die Frau als „Nächste" gemäss der damaligen patriarchalen Gesellschaftsform erst als Witwe auf, also als juristisch und finanziell ungesicherte Person. Heute ist es uns hingegen selbstverständlich geworden, Frauen genauso als „Verwandte", „Nachbarin", „Freundin", „Geliebte", „Waise und Fremde" oder „Andere" und damit als „Nächste" zu verstehen.

Die Liebe zum Fremden wird mit der eigenen Fremdheit des Volkes Israels in Ägypten begründet: „Einen Fremdling sollst du nicht bedrücken und bedrängen; denn ihr seid auch Fremdlinge in Ägyptenland gewesen" (Ex 22, 20; Dtn 10, 19). In dieser Formulierung wird auch die Absicht spürbar, eine allgemeine Regelung der Nächstenliebe zu geben, also nicht nur den aktuell anwesenden Nächsten, sondern auch die potenziell Nächsten miteinzuschliessen, indem eine allgemein verständliche Begründung für mögliche Begegnungen mit Fremdlingen mitgegeben wird. Wir erkennen darin auch das Verständnis, dass der menschlichen Zuwendung die Zuwendung Gottes vorausgeht: Gott hat Israel aus der Gefangenschaft errettet, und darum können die Israeliten ihrerseits nun gegenüber Fremden Offenheit und Milde zeigen.

DIE LIEBE GOTTES ALS QUELLE DER LIEBE

Die Zehn Gebote beginnen mit folgenden Worten: „Ich bin der Herr, der Gott, der dich aus Ägyptenland, aus der Knechtschaft, geführt hat" (Ex 20, 1). Der Zusammenhang, in den die darauffolgenden Zehn Gebote, die Rechtsordnungen und auch die oben zitierte Passage zum Umgang mit Fremden gehören, ist also der befreiende Gott. Seine Befreiung aus der Knechtschaft steht am Anfang der ethischen Leitsätze.

Zu Beginn der Bibel wird der als Ebenbild Gottes geschaffene Mensch (Gen 1, 26) auch grundsätzlich von Gott zum Sorgen beauftragt: „Und Gott der Herr nahm den Menschen und setzte ihn in den Garten Eden, dass er ihn bebaute und bewahrte" (Gen 2, 15). Der Mensch wird für die Bebauung und Bewahrung der Schöpfung verantwortlich gemacht. Auch hier geht Gottes Wirken der menschlichen Fürsorge voraus.

Dass unsere Liebe zum Mitmenschen ihren Anfang in Gott nimmt, lesen wir auch im Evangelium des Johannes, wo Jesus seinen Jüngern ein neues und letztes Gebot mitgibt: „Ein neues Gebot gebe ich euch: Liebt einander! Wie ich euch geliebt habe, so sollt auch ihr einander lieben" (Joh 13, 34). Der Verfasser des Johannesbriefes drückt es noch deutlicher in folgenden Worten aus: „Jeder, der liebt, stammt von Gott und erkennt Gott … wenn Gott uns so geliebt hat, müssen auch wir einander lieben" (1 Joh 4, 7-21 – es lohnt sich, die ganze Passage einmal in Ruhe zu lesen). Die Kraft, die uns aus der Liebe Gottes erwächst, ist etwas, woran wir anknüpfen können. Ein Angebot, das uns erfüllt und sich von uns aus in Übermass wiederum in die Welt ergiesst. Liebe kommt von Liebe.

LIEBE UND FREIHEIT

Liebe und Freiheit gehören unmittelbar zusammen. Einerseits kann Liebe nur eine freiwillige Zuwendung sein. Sonst ist sie nicht Liebe, sondern irgendeine Form der Verstrickung. Andererseits macht die Liebe frei. Wenn wir uns von Liebe leiten lassen, lösen wir unser Handeln aus Abhängigkeiten und Ängsten. Diesen Aspekt hat Paulus an verschiedenen Stellen seines umfangreichen Briefwerkes ausgedrückt.

Die Liebe verleiht unserem Handeln Kraft und wirklichen Inhalt: „Und wenn ich prophetisch reden könnte und alle Geheimnisse wüsste und alle Erkenntnis hätte; wenn ich alle Glaubenskraft besässe und Berge damit versetzen könnte, hätte aber die Liebe nicht, wäre ich nichts", schreibt Paulus in seinem Hohelied der Liebe an die Gemeinde in Korinth (1 Kor 13, 1-13). Das Hohelied endet mit dem bekannten Vers: „Für jetzt bleiben Glaube, Hoffnung, Liebe, diese drei; doch am grössten unter ihnen ist die Liebe." Wenn wir also aus Liebe glauben, handeln und denken, dann haben wir die rechte Motivation. Die Liebe gibt unserem Leben Kraft und Ausrichtung. Sie macht uns frei zum Handeln.

Im Brief an die Galater drückt Paulus diesen Sachverhalt noch deutlicher aus: „Denn ihr seid zur Freiheit berufen, Brüder und Schwestern. Nur nehmt die Freiheit nicht zum Vorwand für das Fleisch, sondern dient einander in Liebe! Denn das ganze Gesetz ist in dem einen Wort erfüllt: Du sollst deinen Nächsten lieben wie dich selbst!" (Gal 5, 13 f.). Ein Leben aus dem Mittelpunkt der Liebe befreit uns. Am Anfang unseres Handelns stehen dann nicht Angst, Misstrauen, Bequemlichkeit oder Gier, sondern ein Gefühl der Verbundenheit und reale Bezüge.

Die befreiende Kraft der Liebe beschreibt Paulus an einer anderen Stelle im Korintherbrief so: „Alles ist erlaubt – aber nicht alles nützt. Alles ist erlaubt – aber nicht alles baut auf. Denkt dabei nicht an euch selbst, sondern an die anderen!" (1 Kor 10, 23 f.). Diese grundlegend freiheitliche Sichtweise gewinnt schliesslich bei Augustinus von Hippo (Kirchenvater, 354-430) eine beinahe anarchistische Note, wenn er schreibt: „Liebe und tu, was du willst. Schweigst du, so schweige aus Liebe. Redest du, so rede aus Liebe. Kritisierst du, so kritisiere aus Liebe. Verzeihst du, so verzeih in Liebe. Lass all dein Handeln in der Liebe wurzeln, denn aus dieser Wurzel erwächst nur Gutes."

Diese Sichtweise, die sich aus dem Wirken und Reden Jesu entfaltet, zeugt von einem positiven Bild des Menschen. Die Liebe kommt von aussen an den Menschen heran und erfüllt ihn ganz, bis sie von ihm aus in die Welt ausströmt. So haben es die ersten Christinnen und Christen empfunden. Aber die Liebe kommt nicht unaufhaltsam wie ein Naturgesetz. Der Mensch muss sich ihr öffnen. Er muss zu seinen Grenzen und Schwächen stehen und fühlt alsdann die Liebe Gottes auf sich ruhen – als wäre sie schon seit Ewigkeiten immer da gewesen, um ihn jetzt als ganzen Menschen zu verändern.

Diese Wechselwirkung von bekannter Unvollkommenheit und gleichzeitigem Gefühl des Aufgehoben-Seins erfüllte die Gläubigen mit Reue, mit dieser besonderen Mischung aus Freude und Trauer. Ähnlich hatte sich auch der Blinde vor Jesus zu seiner Blindheit bekannt, wurde geheilt und „folgte ihm nach" (Mk 10, 46-52). Die Erfahrung vom Eingestehen der eigenen begrenzten Situation und der Liebe Gottes drückt Paulus in seinen Worten noch einmal etwas anders aus: „Sie [die Gläubigen] sind allesamt Sünder und ermangeln des Ruhmes, den sie vor Gott haben sollen, und werden ohne Verdienst gerecht aus seiner Gnade durch die Erlösung, die durch Christus Jesus geschehen ist" (Röm 3, 23-24).

Für den Menschen, so schuldig und sündig er der antiken Anschauung erscheint, gibt es also die Möglichkeit zur Freiheit. Und diese Freiheit begründet sich in der Liebe, die von Gott kommt und von allem Anfang an auf der Schöpfung und dem Geschöpf ruht. So echt, wie das Akzeptieren der eigenen Grenzen und Abgründe ist, so echt wird die Liebe Gottes spürbar. Sie spricht aus unserem Herzen. Sie wird zur Kraft, die aus uns strömt und ins Kräftespiel der Welt überfliesst.

LIEBE UND BEWEGLICHKEIT

Die Liebe Gottes als Ausgangspunkt unseres Handelns. Das klingt schön und einleuchtend. Doch sehr oft spricht aus unserem Herzen nicht die Liebe Gottes. Wir sind gefangen in Gewohnheiten, geplagt von Verletzungen und schlechten Erfahrungen und begrenzt von Ängsten und vorschnellen Urteilen. Mit unserer Nächstenliebe ist es wie mit allem im Leben. Sie ist nicht immer da und nicht auf sicher verfügbar.

Manchmal sind wir auch einfach müde oder brauchen einen Moment für uns ganz allein. Einen Moment der Ruhe oder einen Moment der Zerstreuung – und das gehört zum Leben. Wir brauchen Geduld und Achtsamkeit mit uns selbst. Unsere Sorge gilt nicht nur den anderen, sondern genauso uns selbst. „Liebe deinen Nächsten, wie dich selbst." Schöner kann man es eigentlich fast nicht ausdrücken. Mit der Liebe und Fürsorge wechseln wir also bestenfalls hin und her zwischen unseren eigenen Bedürfnissen und den Bedürfnissen anderer. Wir pendeln hin und her. Wir kehren ein und aus. Wie beim Ein- und Ausatmen.

Es gibt kein allgemeines Rezept, das uns für jede Situation die beste Möglichkeit gelebter Nächstenliebe an die Hand geben würde. Uns bleibt die lebendige Aufgabe, immer wieder von Neuem nachzuprüfen, was angemessen ist und was nicht. Mal ist es sorgsam, jemanden Nähe spüren zu lassen, mal müssen wir loslassen, um sorgsam zu sein. Weil die Liebe der Freiheit entspringt, gesteht sie anderen ihre Freiheit und ihren eigenen Weg zu. Wir knüpfen sorgsam Beziehungen. Wir leben sorgsam miteinander. Wir verabschieden uns sorgsam, wenn es Zeit ist. Aufrichtige Sorgsamkeit ist Liebe zu anderen und ihrer Freiheit. Zwischen dem Nächsten und uns selbst spüren wir immer wieder von Gott her nach, was im Moment hilft und dient. Die Nächstenliebe bleibt beweglich. Und wir mit ihr.

Diese Beweglichkeit kommt letztendlich auch uns zugute. Sie macht uns lebendig – denn je mehr wir uns auf andere einlassen, umso lebendiger und beweglicher werden wir. Und natürlich können wir diese Beweglichkeit ausweiten. Auf die Menschheit als Ganzes. Auf die Natur. Die Bäume, die Vögel, die Berge und die Seen – alles gehört mit uns zur Schöpfung. Alles ist von Gott unserer Fürsorge unterstellt worden. Wir sind, sozusagen trotz unserer beschränkten Natur, nicht mehr und nicht weniger als beauftragt, fürsorglich zu sein und durch die Fürsorge lebendig und beweglich zu bleiben.

ÜBUNGEN UND ANREGUNGEN 1

GESPRÄCHSRUNDEN MIT KARTEN / MARTIN STÜDELI

EINLEITUNG

Nun lade ich Sie zu praktischen Übungen mit biblischen Texten und Gedanken ein. Sie können diese Übungen allein machen und mit anderen Ihre Erfahrungen austauschen, oder Sie machen sie zusammen in der Vorbereitungsgruppe zum Kirchensonntag, wenn es sich nicht explizit um eine Einzelübung handelt. Nehmen Sie sich Zeit für die Übungen. Richten Sie sich sorgsam ein – allein oder gemeinsam. Denken Sie fürsorglich an Ihr Wohlbefinden und lassen Sie sich dann risikofreudig auf die Übungen ein.

KARTENRUNDE: BIBLISCHE AUSSAGEN

Eine Kartenrunde ist eine Übung, die Sie am besten mit anderen zusammen machen. Sie lebt von verschiedenen Meinungen. Sie können natürlich auch die biblischen Aussagen im Anschluss allein durchgehen und überdenken. Das gemeinsame Gespräch, das eine Kartenrunde ermöglicht, kann aber sehr ergiebig sein.

SPIELANLEITUNG

Bei diesem Spiel sitzen Sie im Kreis. Jede Spielerin und jeder Spieler erhält zwei Karten, eine mit der Aufschrift „stimmt so für mich“ und eine mit der Aufschrift „stimmt so nicht für mich“. Alle ziehen der Reihe nach eine Karte, auf der eine biblische Aussage steht. Natürlich sind die biblischen Aussagen ganz aus ihrem Zusammenhang gelöst und stehen für sich auf der Karte. Lassen Sie sich ruhig darauf ein, denn aus ihrem Kontext gerissen, erhalten die Aussagen teilweise eine polemische oder einseitige Note. Das bringt uns auf neue Ideen und Gedanken – und ermöglicht spannende Gespräche. Zur Vertiefung können Sie die zusätzlichen Fragen dazunehmen und die Stellen in der Bibel in ihrem Zusammenhang nachlesen.

Jemand beginnt und liest die gezogene Karte vor. Danach legen alle Mitspielenden verdeckt ihre Ja- oder Nein-Karte vor sich hin. Erst wenn alle ihre „Antwortkarte“ hingelegt haben, werden die Karten gleichzeitig umgedreht. Nun liegen die Antworten offen da und das Gespräch kann beginnen: Wenn alle die gleiche Antwort gegeben haben, versuchen wir herauszufinden, ob alle die Antwort aus demselben Grund gegeben haben. Wenn es verschiedene Antworten gibt, wird es interessant nachzufragen, was die jeweiligen Personen anders sehen und warum sie das anders sehen. Versuchen Sie dabei an das Thema des Kirchensonntags zu denken: Sorgsam miteinander leben. Versuchen Sie auch das Gebot der Nächstenliebe miteinzubeziehen: „Liebe deinen Nächsten wie dich selbst“, in dem es um ein Gleichgewicht geht, weniger um ein einseitiges Umsorgen anderer.

DAS MATERIAL

Die nachfolgenden biblischen Aussagen sowie die Antwortkarten finden Sie druckfertig unter refbejuso.ch/inhalte/kirchensonntag.

Laden Sie die Datei herunter, drucken Sie sie aus und schneiden Sie die Karten zu – und schon kann das Spiel beginnen.

Wenn Sie einmal das Vorurteil hinter sich lassen, dass so ein Kartenspiel zu aufwändig und eher etwas für Kinder ist, werden Sie ganz interessante Erfahrungen machen. Sie können auch einige der Fragen in Ihrem Gottesdienst einbringen – zur Diskussion oder im Vortragen Ihrer Gedanken.

BIBLISCHE AUSSAGEN

01. Denn das ist die Liebe zu Gott, dass wir seine Gebote halten (1 Joh 5, 3)

    (worin besteht für mich die Liebe zu Gott?)

02. Einer trage des anderen Last; so werdet ihr das Gesetz Christi erfüllen (Gal 6, 2)

    (möchte ich die „Last" anderer tragen? möchte ich, dass andere meine Last tragen? bis zu welchem Mass kann diese Aussage gesund sein?)

03. Alles ist erlaubt – aber nicht alles nützt. Alles ist erlaubt – aber nicht alles baut auf. Niemand suche das Seine, sondern was dem andern dient (1 Kor 10, 23 f.)

    (würde diese Verhaltensanweisung Gesetze überflüssig machen?)

04. Lasst uns aber Gutes tun und nicht müde werden; denn zu seiner Zeit werden wir auch ernten, wenn wir nicht nachlassen (Gal 6, 9)

    (welchen Lohn erwarte ich, wenn ich Gutes tue? welcher Lohn könnte in Gal 6, 9 gemeint sein?)

05. Lasst uns Gutes tun an jedermann, allermeist aber an des Glaubens Genossen (Gal 6, 10)

    (was gefällt mir an diesem Spruch? was macht mir Mühe?)

06. Du sollst den Geringen nicht vorziehen, aber auch den Grossen nicht begünstigen, sondern du sollst deinen Nächsten recht richten (3 Mose 19, 15)

    (was wird gesellschaftlich bereits so durchgesetzt, was nicht?)

07. Wenn du dein Land aberntest, sollst du nicht alles bis an die Ecken deines Feldes abschneiden, auch nicht Nachlese halten ..., sondern dem Armen und Fremdling sollst du es lassen (3 Mose 19, 9)

    (was bedeutet das in der heutigen Gesellschaft?)

08. Lasst euer Licht leuchten vor den Leuten, damit sie eure guten Werke sehen und euren Vater im Himmel preisen (Mt 5, 16)

    (wie möchte ich mein Licht leuchten lassen? ab wann wird das zur Prahlerei?)

09. Wer mit seinem Bruder zürnt, der ist des Gerichts schuldig; wer aber zu seinem Bruder sagt: Du Nichtsnutz!, der ist des Hohen Rats schuldig; wer aber sagt: Du Narr!, der ist des höllischen Feuers schuldig (Mt 5, 22)

    (wie gehen wir mit Konflikten innerhalb der Gemeinde um? welche Formen von guter Kritik kenne ich?)

10. Wenn dich deine rechte Hand verführt, so hau sie ab und wirf sie von dir. Es ist besser für dich, dass eins deiner Glieder verderbe und nicht der ganze Leib in die Hölle fahre (Mt 5, 30)

    (wie möchte ich mit meinen eigenen Schwächen gesund umgehen?)

11. Wenn dich jemand auf deine rechte Backe schlägt, dem biete die andere auch dar (Mt 5, 39)

    (wie kommt Jesus auf diese Forderung? wie kann man deeskalieren, ohne sich selber in Gefahr zu bringen?)

12. Liebt eure Feinde und bittet für die, die euch verfolgen (Mt 5, 44)

    (habe ich das auch schon einmal als eine gute Variante erlebt?)

13. Ich bin gekommen, Feuer auf die Erde zu werfen; was wollte ich lieber, als dass es schon brennte! Meint ihr, dass ich gekommen bin, Frieden zu bringen auf Erden? Ich sage euch: Nein, sondern Zwietracht (Lk 12, 49.51)

    (wie gehen wir mit kämpferischen Aussagen Jesu um? welche Art von Feuer oder Zwietracht könnte hier gemeint sein? können wir dieses Feuer oder die Zwietracht sogar für unsere Arbeit nutzbar machen?)

14. Und sie sprachen zu ihm: Siehe, deine Mutter und deine Brüder und deine Schwestern draussen fragen nach dir. Und er antwortete ihnen und sprach: Wer ist meine Mutter und meine Brüder? Und er sah ringsum auf die, die um ihn im Kreise sassen, und sprach: Siehe, das ist meine Mutter und das sind meine Brüder! (Mk 3, 32-34)

    (wem gilt unsere Fürsorge und unser gemeinsames Sorgen?)

15. Denn wer da hat, dem wird gegeben werden, und er wird die Fülle haben; wer aber nicht hat, dem wird auch, was er hat, genommen werden (Mt 25, 29)

    (wie kann diese Aussage einem christlichen Miteinander entsprechen?)

16. Was ihr getan habt einem von diesen meinen geringsten Brüdern, das habt ihr mir getan (Mt 25, 40)

    (wird uns hier aufgetragen, wirklich jede Bedürftige und jeden Bedürftigen zu berücksichtigen?)

17. Und sie werden hingehen: diese zur ewigen Strafe, aber die Gerechten in das ewige Leben (Mt 25, 46)

    (wie steht es mit Gottes Barmherzigkeit, wenn wir so einen Satz lesen?)

18. Wenn ein Glied leidet, so leiden alle Glieder mit, und wenn ein Glied geehrt wird, so freuen sich alle Glieder mit

    (bin ich empathisch genug? kann ich anderen Erfolg gönnen?)

19. Die Engel werden kommen und die Bösen aus der Mitte der Gerechten aussondern und sie in den Feuerofen werfen. Dort wird Heulen und Zähneknirschen sein (Mt 13, 49 f.)

    (wie steht es mit Gottes Barmherzigkeit und Liebe in dieser Aussage? wie können wir Gottes Liebe mit so einer Aussage weitergeben?)

20. Die Menge derer, die gläubig geworden waren, war ein Herz und eine Seele. Keiner nannte etwas von dem, was er hatte, sein Eigentum, sondern sie hatten alles gemeinsam (Apg 4, 32)

    (unter welchen Umständen kann die Idee des gemeinsamen Besitzes funktionieren?)

21. Seid barmherzig, wie auch euer Vater barmherzig ist! (Lk 6, 36)

    (welche Möglichkeiten habe ich, barmherzig zu sein?)

22. Doch ihr sollt eure Feinde lieben und Gutes tun und leihen, wo ihr nichts zurückerhoffen könnt. Dann wird euer Lohn gross sein und ihr werdet Söhne des Höchsten sein (Lk 6, 35)

    (wie kann ich nichts zurückerhoffen und doch himmlischen Lohn erwarten?)

23. Doch weh euch, ihr Reichen; denn ihr habt euren Trost schon empfangen. Weh euch, die ihr jetzt satt seid; denn ihr werdet hungern. Weh, die ihr jetzt lacht; denn ihr werdet klagen und weinen (Lk 6, 24 f.)

    (wie können wir als Bürgerinnen und Bürger der reichen, ersten Welt diese Aussagen verstehen?)

24. Bedeutet es [das Fasten im Sinne des Dienstes an Gott] nicht, dem Hungrigen dein Brot zu brechen, obdachlose Arme ins Haus aufzunehmen, wenn du einen Nackten siehst, ihn zu bekleiden und dich deiner Verwandtschaft nicht zu entziehen? (Jes 58, 7)

    (was spricht uns an diesem Gedanken an? wo haben wir persönliche Grenzen?)

KARTENRUNDE: LEBENSFRAGEN

Eine Kartenrunde ist eine Übung, die Sie am besten mit anderen zusammen machen. Sie lebt von verschiedenen Meinungen. Sie können natürlich auch die biblischen Aussagen, die weiter unten erscheinen, allein für sich durchgehen und überdenken. Das gemeinsame Gespräch, das eine Kartenrunde ermöglicht, kann aber sehr ergiebig sein.

SPIELANLEITUNG

Bei diesem Spiel sitzen Sie im Kreis. Jede Spielerin und jeder Spieler erhält zwei Karten, eine mit der Aufschrift „stimmt so für mich“ und eine mit der Aufschrift „stimmt so nicht für mich“. Alle ziehen der Reihe nach eine Karte, auf der eine Aussage steht. Natürlich sind die Aussagen kurz formuliert und erhalten dadurch teilweise eine polemische oder einseitige Note. Das bringt uns auf neue Ideen und Gedanken – und ermöglicht spannende Gespräche. Zur Vertiefung können Sie die zusätzlichen Fragen dazunehmen.

Jemand beginnt und liest die gezogene Karte vor. Danach legen alle Mitspielenden verdeckt ihre Ja- oder Nein-Karte vor sich hin. Erst wenn alle ihre „Antwortkarte“ hingelegt haben, werden die Karten gleichzeitig umgedreht. Nun liegen die Antworten offen da und das Gespräch kann beginnen: Wenn alle die gleiche Antwort gegeben haben, versuchen wir herauszufinden, ob alle die Antwort aus demselben Grund gegeben haben. Wenn es verschiedene Antworten gibt, wird es interessant nachzufragen, was die jeweiligen Personen anders sehen und warum sie das anders sehen. Versuchen Sie dabei an das Thema des Kirchensonntags zu denken: sorgsam miteinander leben. Versuchen Sie auch das Gebot der Nächstenliebe miteinzubeziehen: „Liebe deinen Nächsten wie dich selbst“, in dem es um ein Gleichgewicht geht, weniger um ein einseitiges Umsorgen anderer.

DAS MATERIAL

Die nachfolgenden Lebensfragen sowie die Antwortkarten finden Sie druckfertig unter refbejuso.ch/inhalte/kirchensonntag.

Laden Sie die Datei herunter, drucken Sie sie aus und schneiden Sie die Karten zu – und schon kann das Spiel beginnen.

Wenn Sie einmal das Vorurteil hinter sich lassen, dass so ein Kartenspiel zu aufwändig und eher etwas für Kinder ist, werden Sie ganz interessante Erfahrungen machen. Sie können auch einige der Fragen in Ihrem Gottesdienst einbringen – zur Diskussion oder im Vortragen Ihrer Gedanken.

AUSSAGE- UND FRAGEKARTEN

01. Ich erwarte etwas, wenn ich anderen einen Gefallen tue. (was erwarte ich? warum erwarte ich etwas oder nichts?)

02. Wenn ich Gutes tue, werde ich einmal im Himmel dafür belohnt. (womit? warum nicht?)

03. Es ist mir wichtig, was andere von mir denken. (was würde mir gefallen? warum ist mir das wichtig oder nicht wichtig?)

04. Ich beurteile andere nach ihrer sozialen Kompetenz. (was ist gute soziale Kompetenz? warum beurteile ich andere?)

05. Ich höre gerne anderen und ihren Gedanken zu. (was macht die Gedanken anderer interessant? warum höre ich nicht gerne anderen zu?)

06. Ich nehme mir leicht meinen Raum oder meine Zeit, wenn ich für mich sein will. (was spricht für Alleinsein, was dagegen?)

07. Ich kann mich oft in einem schwierigen Gespräch nicht einbringen oder verteidigen. (warum soll ich mich einbringen? was steht mir im Weg? was ermöglicht mir den Einstieg? was ist ein schwieriges Gespräch?)

08. Ich muss Rücksicht auf andere nehmen. (wozu ist Rücksicht gut? was geschieht, wenn ich keine Rücksicht nehme?)

09. Rücksicht und Vorsicht im Zusammenleben ist gelebte Liebe. (was verstehe ich unter Rücksicht und Vorsicht?)

10. Ich schaue zuerst einmal, dass es mir wohl ist. (wann ist mir wohl? was geschieht im Moment, nachdem ich es mir wohl eingerichtet habe? warum schaue ich nicht zuerst einmal für mich?)

11. Streit ist für mich ein Zeichen einer misslungenen Begegnung zwischen Menschen. (wie kann es nach einem Streit weitergehen? ist Streit in jedem Fall etwas Negatives?)

12. Ich schweige, wenn ich damit einen Konflikt vermeiden kann. (welche Rolle ist mir in einem Gespräch angenehm? möchte ich andere Rollen ausprobieren?)

13. Wenn ich auf der Strasse um Hilfe gebeten werde, gehe ich sofort darauf ein. (was bewegt mich zu helfen oder nicht zu helfen?)

14. Bei einer Auseinandersetzung anderer greife ich sofort ein. (was bewegt mich einzugreifen oder nicht einzugreifen?)

15. Ich helfe überall, wo es Unterstützung braucht. (woran erkenne ich, dass es in einer Situation Unterstützung braucht?)

16. Erfolgreiche Menschen haben Erfolg auf Kosten anderer. (wie würde ich Erfolg definieren? was wünsche ich anderen Menschen?)

17. Ich habe Verständnis für die Probleme anderer. (was heisst für mich „verstehen“?)

18. Andere wissen oft nicht, wie es in mir aussieht. (was passiert, wenn andere wissen, wie es in mir aussieht? ist es mir wichtig, dass andere wissen, wie es in mir aussieht?)

19. Zuerst kommt die Arbeit, dann das Vergnügen. (welchen Stellenwert haben in meinem Leben Arbeit und Vergnügen?)

20. Ich bin vor allem für meine Familie da. (was ist der Wert ausserfamiliärer Beziehungen?)

21. Ich vertraue fremden Personen grundsätzlich. (welche Erfahrungen habe ich gemacht?)

22. Ich trage zu Menschen und Dingen Sorge. (woran erkennen andere meine Sorge oder meine Nichtsorge?)

23. Ich versuche achtsam zu leben. (ist Achtsamkeit ein Lebensstil? wie fühlt es sich an, achtsam zu sein?)

24. Ich liebe mit jeder Faser das Leben, die Menschen, die Welt! (wie fühlt sich das an? wann ist mir diese Empfindung nicht möglich?)

ÜBUNGEN UND ANREGUNGEN 2

MEDITATIONEN UND DARAUS ENTSTEHENDE NOTIZEN UND GESPRÄCHE / MARTIN STÜDELI

EINLEITUNG

Die folgenden zwei Übungen sind als Meditationen gedacht. Sie können Ihnen neue Gesichtspunkte schenken, von denen aus das sorgsame Miteinander neu beleuchtet werden kann. Beide Übungen werden allein durchgeführt und können danach in Gesprächen vertieft werden.

Vielleicht nehmen Sie sich vor, Ihre Erfahrungen mit Menschen aus Ihrem privaten Umfeld zu teilen, oder Sie verabreden mit weiteren Personen, je für sich die Übungen zu machen und dann gemeinsam auszutauschen. Eine solche Runde kann gerade die Arbeit in Ihrer Vorbereitungsgruppe zum Kirchensonntag enorm bereichern.

ICH UND MEIN SPIEGELBILD

Zu dieser Übung lade ich Sie ein, sich einen ruhigen Moment ganz für sich allein einzurichten. Schauen Sie, dass Sie vielleicht während zwanzig bis dreissig Minuten nicht gestört werden. Die Übung wirkt am Anfang vielleicht fremd oder peinlich. Aber seien Sie ganz sorgsam mit sich. Wenn Sie sich auf die Übung einlassen, können Sie eine schöne Erfahrung mit sich selbst machen. Sie können dazu ruhige Musik abspielen oder die Übung still durchführen. Setzen oder stellen Sie sich während der ganzen Übung vor einen Spiegel. Während der Übung werden Sie sich jeweils eine Zeit lang mit einer Frage beschäftigen. Nehmen Sie eine Uhr zur Hand, wenn Sie gerne nach genauen Zeitabschnitten vorgehen wollen, oder lassen Sie die Frage so lange auf sich wirken, wie es Ihnen gerade gut scheint. Nehmen Sie auch einen Notizzettel und einen Stift mit, wenn Sie Ihre Gedanken gleich notieren möchten. Das kann Ihnen mehr Freiheit geben, sich voll und ganz auf eine Frage einzulassen, ohne die Gedanken zur vorangehenden Frage noch im Gedächtnis halten zu müssen.

Wenn Sie sich eingerichtet haben, lesen Sie die folgenden Anweisungen, die Sie wie eine geführte Meditation durch die Übung führen.

MEDITATION

Setzen oder stellen Sie sich vor einen Spiegel. Schauen Sie sich an und atmen Sie tief ein und aus. Ein und aus. Schauen Sie Ihr Gesicht an, als wäre es das Gesicht einer anderen Person. Lassen Sie sich einen Moment Zeit und lächeln Sie sich zu.

Atmen Sie noch einmal durch. Entspannen Sie Ihre Schultern, den Bauch, den Kiefer. Atmen Sie und lächeln Sie sich zu. Nehmen Sie sich dafür eine Minute Zeit.

Stellen Sie sich nun die Frage: Wer bin ich?

Lassen Sie dabei das los, was Sie im Alltag ausmacht. Schütteln Sie Ihren Beruf oder Ihre heutigen Beschäftigungen ab. Lassen Sie Ihre Familie einfach mal irgendeine Familie sein. Wer bin ich? Vergessen Sie Ihr Alter. Auch Ihre Schwächen und Grenzen sind gerade unwichtig. Ihre Begabungen spielen keine Rolle. Wer bin ich? Atmen Sie tief. Lassen Sie alles los, was Sie in Ihrem Alltag ausmacht, und fragen Sie sich: Wer bin ich? Lassen Sie dabei Ihrer Fantasie freien Lauf. Erinnern Sie sich an Erlebnisse aus der Kindheit. Erlebnisse draussen in der Natur. Schauen Sie sich in die Augen und lächeln Sie sich wie einer neuen Bekanntschaft zu. Nehmen Sie sich dafür etwa fünf Minuten Zeit. Versuchen Sie während der Zeit immer wieder entspannt und frei zu atmen.

Sie haben die ersten fünf Minuten mit der Frage „Wer bin ich?“ verbracht. Lassen Sie nun diese Frage wieder los. Sie können der Frage innerlich zuwinken und ihr danken für die Erkenntnisse, die sie Ihnen geschenkt hat. Atmen Sie bewusst durch. Bewegen Sie genüsslich Ihre Schultern, den Nacken, den Kiefer. Atmen Sie und lächeln Sie sich zu.

Stellen Sie sich nun die Frage: Was will ich tun?

Lassen Sie dabei los, was Sie im Alltag tun. Streifen Sie Ihren Tagesablauf von sich ab. Lassen Sie Ihre Vorhaben einfach mal irgendwelche Vorhaben sein. Was will ich tun? Vergessen Sie Ihre Möglichkeiten und Grenzen. Ihre Begabungen spielen keine Rolle mehr. Verabschieden Sie sich von wichtigen Erledigungen. Was will ich tun? Atmen Sie tief. Lassen Sie alles los, was Sie in Ihrem Alltag tun, und fragen Sie sich: Was will ich tun? Lassen Sie dabei Ihrer Fantasie freien Lauf. Erinnern Sie sich an Erlebnisse aus der Kindheit. Erlebnisse draussen in der Natur. Schauen Sie sich in die Augen und lächeln Sie sich wie einer neuen Bekanntschaft zu. Nehmen Sie sich dafür etwa fünf Minuten Zeit. Versuchen Sie während der Zeit immer wieder entspannt und frei zu atmen.

Sie haben die zweiten fünf Minuten mit der Frage „Was will ich tun?“ verbracht. Lassen Sie nun diese Frage wieder los. Sie können der Frage innerlich zuwinken und ihr danken für die Erkenntnisse, die sie Ihnen geschenkt hat. Atmen Sie bewusst durch. Bewegen Sie genüsslich Ihre Schultern, den Nacken, den Kiefer. Atmen Sie und lächeln Sie sich zu.

Stellen Sie sich nun die Frage: Woran glaube ich?

Lassen Sie dabei los, was Sie im Alltag glauben. Streifen Sie die Religion von sich ab. Lassen Sie die Kirche einfach mal Kirche sein. Ihre Familie spielt auch gerade keine Rolle. Woran glaube ich? Vergessen Sie die Möglichkeiten und Grenzen, in denen wir leben. Ihr Beitrag zu dem, was Sie glauben, ist gerade unwichtig. Was glaube ich? Atmen Sie tief. Geben Sie für einen Moment jede Hoffnung auf. Jedes Schwarzsehen. Jede Angst. Woran glaube ich? Atmen Sie tief. Lassen Sie alles los, was Sie in Ihrem Alltag glauben und was Ihnen Halt gibt, und fragen Sie sich: Was glaube ich? Lassen Sie dabei Ihrer Fantasie freien Lauf. Erinnern Sie sich an Erlebnisse aus der Kindheit. Erlebnisse draussen in der Natur. Schauen Sie sich in die Augen und lächeln Sie sich wie einer neuen Bekanntschaft zu. Nehmen Sie sich dafür etwa fünf Minuten Zeit. Versuchen Sie während der Zeit immer wieder entspannt und frei zu atmen.

Sie haben die dritten fünf Minuten mit der Frage „Was glaube ich?“ verbracht. Lassen Sie nun diese Frage wieder los. Sie können der Frage innerlich zuwinken und ihr danken für die Erkenntnisse, die sie Ihnen geschenkt hat. Atmen Sie bewusst durch. Bewegen Sie genüsslich Ihre Schultern, den Nacken, den Kiefer. Atmen Sie und lächeln Sie sich zu.

Nehmen Sie nun den Stift und den Notizzettel zur Hand. Notieren Sie, was Ihnen im Rückblick auf die Übung wichtig scheint. Vielleicht sind es Stichworte, vielleicht Bilder, Erinnerungen oder Gefühle. Lassen Sie sich dafür wieder Zeit. Gehen Sie danach Ihren Beschäftigungen nach und nehmen Sie am Alltag teil. Lesen Sie dann am nächsten Tag Ihre Notizen durch und skizzieren Sie erste Verbindungen zwischen Ihren Eindrücken aus der Übung und dem Thema zum Kirchensonntag „Sorgsam miteinander leben“. Gibt es Überschneidungen zwischen dem, was Sie sind oder tun wollen oder glauben, und dem Thema des Kirchensonntags? Gibt es Differenzen oder womöglich neue Anregungen? Sie selber entscheiden dann, wie viel von Ihren persönlichen Einsichten Sie in die Vorbereitung zum Kirchensonntag einbringen wollen.

Sie haben einen achtsamen Umgang mit sich selbst erlebt und während der Übung vielleicht sogar die Verbindung zu Gott gefühlt – ganz im Sinne des Liebesgebotes: „Liebe Gott, deinen Nächsten, wie dich selbst.“

DER LEIB DER GEMEINSCHAFT

Unsere Verbundenheit mit den Menschen und der Welt geht manchmal in unserem Alltag unter. Mit der folgenden Übung versuchen wir, dem Gefühl der Verbundenheit Raum zu geben. Wir wollen „sorgsam miteinander leben“, weil wir immer schon miteinander verbunden sind. Wir wollen solidarisch sein, weil wir zusammengehören. Gott hat uns als seine Ebenbilder geschaffen. Wir sind seit Anbeginn miteinander als Teile der Schöpfung verbunden. Als Kinder Gottes. Wie eine grosse Familie vielleicht.

Nehmen Sie sich für diese Übung so viel Zeit, wie Sie möchten. Sie brauchen dazu einen Notizzettel und einen Stift. Freuen Sie sich auf eine interessante Beobachtung, die Sie während der Übung machen. Setzen Sie sich irgendwo hin, wo viele Menschen vorbeigehen. Zum Beispiel in ein Café an einem Platz oder einem Durchgang. Falls Sie Bedenken haben, zu wenig vor Covid-19 geschützt zu sein, können Sie die zweite Variante unserer Meditation weiter unten ausführen.

MEDITATION

Setzen Sie sich im Café so, dass Sie eine gute Sicht auf vorbeigehende Leute haben. Notizzettel und Stift liegen vor Ihnen auf dem Tischchen. Lassen Sie den Alltag hinter sich und versuchen Sie, die Menschen nicht zu beurteilen oder einzuschätzen. Atmen Sie tief ein und schauen Sie um sich, als würden Sie auf die zündende Idee für Ihren nächsten Roman warten. Entspannen Sie die Schultern, den Bauch, den Kiefer. Beobachten Sie nun, wie die Menschen an Ihnen vorbeigehen. Betrachten Sie Frisuren, Kleidung, die Art, wie sie sich bewegen. Lassen Sie das alltägliche Treiben auf sich wirken und nehmen Sie sich Zeit.

30
Kornhaus Bibliothek
Bindella Vinoteca
Kornhaus

Wechseln Sie zwischen dem Blick für einzelne Menschen und dem Blick für das Ganze. Beobachten Sie die Einzelnen in ihrer Individualität und beobachten Sie den ständigen Fluss vorbeigehender Menschen. Lassen Sie nun die Paulinische Idee der christlichen Gemeinschaft als Leib Christi in sich aufsteigen: Wir gehören alle einem grossen, weltumspannenden Organismus an, oder „in einem jeden offenbart sich der Nutzen aller“ (1 Kor 12, 7). Weiten Sie diese Idee aus und stellen Sie sich vor, dass alle Menschen einzelne Zellen desselben grossen Körpers sind. Bleiben Sie dabei mit den vorbeigehenden Menschen verbunden. Beobachten Sie mit dem Leib-Christi-Gedanken weiter. Das alles sind also Zellen desselben Körpers. Notieren Sie sich Gefühle und Gedanken, die Ihnen in dieser Betrachtung in den Sinn kommen, und geniessen Sie den Moment.

Lesen Sie dann am nächsten Tag Ihre Notizen durch und skizzieren Sie erste Verbindungen zwischen Ihren Eindrücken aus der Übung und dem Thema zum Kirchensonntag „Sorgsam miteinander leben“. Gibt es Überschneidungen zwischen dem, was Sie an den vorbeigehenden Menschen und dem Leibgedanken des Paulus erfahren haben, und dem Thema des Kirchensonntags? Gibt es Differenzen oder womöglich neue Anregungen? Sie selber entscheiden dann, wie viel von Ihren persönlichen Einsichten Sie in die Vorbereitung zum Kirchensonntag einbringen wollen.

Sie haben einen achtsamen Umgang mit sich selbst und anderen Menschen erlebt und während der Übung vielleicht sogar die Verbindung zu Gott oder dem „Leib der Menschheit“ gefühlt – ganz im Sinne des Paulus: „Ihr aber seid der Leib Christi und jeder von euch ist ein Teil davon“ (1 Kor 12, 27).

VARIANTE ZWEI

Setzen Sie sich an einen Ort in der Natur, wo es Ihnen wohl ist. Vielleicht kennen Sie den Ort bereits, oder Sie suchen sich einen neuen. Schauen Sie, dass sie eine angenehme Sitzunterlage dabeihaben. Das macht es Ihnen leichter, längere Zeit an einem Ort im Freien zu verweilen. Nehmen Sie auch ein Notizheft und einen Stift mit. Atmen Sie durch und lassen Sie Ihren Alltag hinter sich. Entspannen Sie die Schultern, den Bauch, den Kiefer.

Beobachten Sie nun die Umgebung von Ihrem Platz aus. Die Bäume, die Landschaft, die vorbeiziehenden Wolken, den Boden. Achten Sie auf Geräusche – auf Vögel, auf einen Bach oder auf das Rauschen der Blätter. Atmen Sie die Luft ein. Wechseln Sie zwischen dem Blick für Einzelheiten und dem Blick für die ganze Umgebung. Lassen Sie nun die Paulinische Idee der christlichen Gemeinschaft als Leib Christi in sich aufsteigen: Wir gehören alle einem grossen, weltumspannenden Organismus an. Weiten Sie diese Idee aus und stellen Sie sich vor, dass alle Lebewesen einzelne Zellen desselben grossen Körpers sind. Erinnern Sie sich auch an Franziskus von Assisi, für den Tiere, Pflanzen, ja sogar Sonne und Mond Geschwister waren. Bleiben Sie dabei mit der Umgebung und mit einzelnen Bäumen oder Tieren verbunden. Beobachten Sie mit dem Leib-Christi-Gedanken weiter. Das alles sind also Zellen desselben Körpers: Tiere, Pflanzen, Menschen. Notieren Sie sich Gefühle und Gedanken, die Ihnen in dieser Betrachtung kommen, und geniessen Sie den Moment. Nehmen Sie dazu auch den Auftrag Gottes: „Und Gott nahm den Menschen und setzte ihn in den Garten Eden, dass er ihn bebaute und bewahrte“ (1 Mose 2, 15).

Lesen Sie dann am nächsten Tag Ihre Notizen durch und skizzieren Sie erste Verbindungen zwischen Ihren Eindrücken aus der Übung und dem Thema zum Kirchensonntag „Sorgsam miteinander leben“. Gibt es Überschneidungen zwischen dem, was Sie in der Natur im Zusammenhang mit dem Leibgedanken des Paulus beobachtet und erlebt haben, und dem Thema des Kirchensonntags? Gibt es Differenzen oder womöglich neue Anregungen? Sie selber entscheiden dann, wie viel von Ihren persönlichen Einsichten Sie in die Vorbereitung zum Kirchensonntag einbringen wollen.

Sie haben einen achtsamen Umgang mit sich selbst und der Welt erlebt und während der Übung vielleicht sogar die Verbindung zu Gott oder dem „Leib der Lebewesen“ gefühlt – ganz im Sinne des Paulus: „Ihr aber seid der Leib Christi und jeder von euch ist ein Teil davon“ (1 Kor 12, 27). Vielleicht haben Sie auch den Auftrag Gottes an uns Menschen gefühlt und über das Sorgen aus dieser Richtung nachgedacht.

Martin Stüdeli, Pfarrer, Grafiker, Illustrator

BIBLISCHE TEXTE

LITURGIEVORSCHLÄGE, BIBELTEXT AUS DER ZÜRCHER BIBEL / MARTIN STÜDELI

EINLEITUNG

Nun wenden wir uns zwei biblischen Texten zu: dem Gleichnis vom barmherzigen Samariter und der Begegnung der Ehebrecherin mit Jesus. Diese beiden Erzählungen können als Grundlage Ihres Gottesdienstes dienen, oder sie geben Ihnen Denkanstösse, um sich weiter mit dem Thema des Kirchensonntags zu befassen. In beiden Texten sind die Versnummern beibehalten, um sich besser orientieren zu können.

Beide Erzählungen sind interessante Beispiele sorgsamen Miteinanders. Im Gleichnis des barmherzigen Samaritaners erzählt uns Jesus eine Geschichte, in der jemand, mit dem nicht sorgsam umgegangen wurde, seinerseits sorgsam mit Menschen umgeht. In der Begegnung zwischen Jesus und der Ehebrecherin erfahren wir, wie Jesus Kläger und Angeklagte gleichzeitig aus der verfahrenen Situation des Rechthabens herauslöst und je auf ihre eigene Person zurückwirft. Sein Handeln ist ein Beispiel für sorgsames Miteinander, das zwar frei von Urteilen und Zuweisungen, aber umso kämpferischer und risikofreudiger ist. Lassen Sie sich überraschen.

DER BARMHERZIGE SAMARITANER (LK 10, 26-37)

25 Und siehe, da stand ein Gesetzeslehrer auf, versuchte ihn und sprach: Meister, was muss ich tun, dass ich das ewige Leben ererbe? 26 Er aber sprach zu ihm: Was steht im Gesetz geschrieben? Was liest du? 27 Er antwortete und sprach: „Du sollst den Herrn, deinen Gott, lieben von ganzem Herzen, von ganzer Seele und mit all deiner Kraft und deinem ganzen Gemüt, und deinen Nächsten wie dich selbst“ (5 Mose 6, 5; 3 Mose 19, 18). 28 Er aber sprach zu ihm: Du hast recht geantwortet; tu das, so wirst du leben. 29 Er aber wollte sich selbst rechtfertigen und sprach zu Jesus: Wer ist denn mein Nächster?

30 Da antwortete Jesus und sprach: Es war ein Mensch, der ging von Jerusalem hinab nach Jericho und fiel unter die Räuber; die zogen ihn aus und schlugen ihn und machten sich davon und liessen ihn halb tot liegen. 31 Es traf sich aber, dass ein Priester dieselbe Strasse hinabzog; und als er ihn sah, ging er vorüber. 32 Desgleichen auch ein Levit: Als er zu der Stelle kam und ihn sah, ging er vorüber.

33 Ein Samaritaner aber, der auf der Reise war, kam dahin; und als er ihn sah, jammerte es ihn; 34 und er ging zu ihm, goss Öl und Wein auf seine Wunden und verband sie ihm, hob ihn auf sein Tier und brachte ihn in eine Herberge und pflegte ihn. 35 Am nächsten Tag zog er zwei Silbergroschen heraus, gab sie dem Wirt und sprach: Pflege ihn; und wenn du mehr ausgibst, will ich dir’s bezahlen, wenn ich wiederkomme.

36 Wer von diesen dreien, meinst du, ist der Nächste geworden dem, der unter die Räuber gefallen war? 37 Er sprach: Der die Barmherzigkeit an ihm tat. Da sprach Jesus zu ihm: So geh hin und tu desgleichen!

GESELLSCHAFTLICH VERPFLICHTET

Der Priester und der Levit sind am Verletzten vorbeigegangen. Sie erscheinen uns als unmenschlich. Aber vielleicht ist es ihnen ergangen, wie es uns manchmal auch ergeht. Unsere Vorstellungen sind uns im Weg und lassen uns nicht frei handeln. Vielleicht haben der Priester und der Levit den liegenden Mann für einen Toten gehalten. Wenn der verwundete Mann tot gewesen wäre, hätte sich der Priester durch eine Berührung entweiht und seinem Beruf nicht mehr nachgehen können. Er hat dabei an das Gebot gedacht, das im Tanach steht: „Der HERR sprach zu Mose: Rede zu den Priestern, den Söhnen Aarons, und sag zu ihnen: Keiner von ihnen darf sich an der Leiche eines Angehörigen seiner Familie verunreinigen“ (Lev 21, 1). Ebenso war der Levit an das Gebot gebunden, das besagt, dass „wer einen toten Menschen berührt, sieben Tage lang unrein ist“ (Num 19, 11). Auch er hätte sich durch die Berührung eines Leichnams verunreinigt.

Das Gleichnis des barmherzigen Samaritaners kritisiert also weniger diese beiden konkreten Personengruppen (Priester und Leviten), sondern thematisiert vielmehr den Umgang mit Geboten. Sobald uns Gebote im Wege stehen, uns für einen Nächsten einzusetzen, werden sie fragwürdig. Sobald uns Gebote Angst vor Berührung einflössen, machen sie uns klein. Als Jesus einen Mann am heiligen Ruhetag, dem Sabbat, geheilt hat, fragte er die empörten Schriftgelehrten und Pharisäer: „Ist’s erlaubt, am Sabbat Gutes zu tun oder Böses zu tun, Leben zu retten oder zu verderben?“ (Lk 6, 9), und in einer anderen, gut bekannten Situation sagt er: „Der Sabbat wurde für den Menschen gemacht, nicht der Mensch für den Sabbat“ (Mk 2, 27). Das Gleichnis deckt also auf, wohin eine strikte Befolgung unserer eigenen Vorstellungen von Richtig und Falsch führt: zur Angst, etwas falsch zu machen, und schliesslich zur Handlungsunfähigkeit. Die Aktualität der eben genannten Gedanken ist gerade in diesem Jahr aussergewöhnlich. Sie beweist, dass es keine Verhaltensrezepte für jede Situation gibt. Wir müssen immer wieder neu nachfragen, was Kraft gibt. Mal mögen es Vorschriften sein, mal mögen es Freiheiten sein. Jesus stellt sich jedenfalls hinter Menschen, die wie der Samaritaner von Herzen handeln.

NEUE BLICKRICHTUNG

Dass nun aber ausgerechnet ein Mann aus Samarien dem Notleidenden hilft, verschärft das Thema des Gleichnisses. Die Samaritaner wurden damals als Anhänger einer fehlbaren, abtrünnigen Konfession angesehen. Sie wurden von den Juden jener Zeit verachtet, und gehörten sicher kaum zum Kreis der „Nächsten“. Auch hier wendet das Gleichnis den Blick weg von Einteilungen nach „richtig“ und „falsch“ hin zum guten Handeln aus dem Moment. Die ursprüngliche Frage „Wer ist mein Nächster, auf den sich das Liebesgebot bezieht?“ ist noch sehr allgemein ausgerichtet und möchte zuerst klären, wer Zuwendung verdient und wer nicht. Diese allgemeine, theoretische Fragerichtung wendet Jesus in eine konkrete Frage im Hier und Jetzt um: „Für wen bin ich der Nächste? Wer braucht jetzt meine Hilfe?“ Der Nächste ist für den Samaritaner der Verwundete, halb Tote am Wegrand. Ihm ist dieser zum Nächsten geworden (Lk 10, 36). Er hat nicht zuerst die Frage geklärt, wer sein Nächster ist, sondern hat gehandelt. Aus dem Herzen. Einfach so. Von Mensch zu Mensch. Jesus fordert darum seinen Gesprächspartner auf, diesen Samaritaner zum Vorbild zu nehmen und vorurteilslos das Gute zu tun.

JESUS UND DIE EHEBRECHERIN (JOH 8, 2-11)

2 Frühmorgens aber kam Jesus wieder in den Tempel, und alles Volk kam zu ihm, und er setzte sich und lehrte sie. 3 Da brachten die Schriftgelehrten und die Pharisäer eine Frau, beim Ehebruch ergriffen, und stellten sie in die Mitte 4 und sprachen zu ihm: Meister, diese Frau ist auf frischer Tat beim Ehebruch ergriffen worden.

5 Mose hat uns im Gesetz geboten, solche Frauen zu steinigen. Was sagst du? 6 Das sagten sie aber, um ihn zu versuchen, auf dass sie etwas hätten, ihn zu verklagen. Aber Jesus bückte sich nieder und schrieb mit dem Finger auf die Erde. 7 Als sie ihn nun beharrlich so fragten, richtete er sich auf und sprach zu ihnen: Wer unter euch ohne Sünde ist, der werfe den ersten Stein auf sie. 8 Und er bückte sich wieder und schrieb auf die Erde.

9 Als sie das hörten, gingen sie hinaus, einer nach dem andern, die Ältesten zuerst; und Jesus blieb allein mit der Frau, die in der Mitte stand. 10 Da richtete Jesus sich auf und sprach zu ihr: Wo sind sie, Frau? Hat dich niemand verdammt? 11 Sie aber sprach: Niemand, Herr. Jesus aber sprach: So verdamme ich dich auch nicht; geh hin und sündige hinfort nicht mehr.

STRAFLUST UND SELBSTREFLEXION

Ein Vorfall wie die Begegnung Jesu mit der Ehebrecherin führt uns unmittelbar vor Augen, wie anders die Menschen damals dachten. Steinigung als rechtmässiges Urteil für Ehebruch scheint uns doch recht befremdend. Ausserdem zerren die aufgebrachten Pharisäer offensichtlich nur die Frau in den Tempel, während bei Ehebruch wohl mindestens auch ein Mann betroffen gewesen wäre. Offenbar gilt aber die volle Empörung der Frau, nicht dem Mann, der ja genauso gegen das geltende Gesetz verstossen hatte.

Die Pharisäer kommen natürlich aufgrund gesetzlicher Grundlagen zu ihrem Urteil, die bei genauerer Betrachtung doch sehr irritieren. Da wäre nebst dem Ehebruchsverbot innerhalb der Zehn Gebote die folgende Strafanweisung: „Wenn jemand die Ehe bricht mit der Frau seines Nächsten, so sollen beide des Todes sterben, Ehebrecher und Ehebrecherin, weil er mit der Frau seines Nächsten die Ehe gebrochen hat“ (3 Mose 20, 10), welche dann zusammen mit der folgenden Anweisung zum Urteil der Pharisäer führt: „Und wenn du findest, dass es gewiss wahr ist, dass solch ein Gräuel in Israel geschehen ist, so sollst du den Mann oder die Frau, die eine solche Übeltat begangen haben, zum Tor hinausführen und sollst sie zu Tode steinigen“ (5 Mo 17, 4).

Wie beim Gleichnis des barmherzigen Samaritaners wird uns auch in der Situation mit der Ehebrecherin vom Umgang mit Gesetzen erzählt und anschliessend gezeigt, dass es im Zusammenleben primär um Menschen geht, nicht um deren Gesetze. Die Aussage Jesu wirft die straflustigen Männer auf sich selbst zurück und wandelt die allgemeine Rechtsfrage in die Frage nach den realen Verhältnissen, in denen wir stehen. Männer wie Frauen. Aus einer theoretischen Frage wird praktisches Handeln. Die Straflust an anderen wendet sich zu einer Selbstreflexion.

SCHUTZ UND REFLEXION

Jesus schützt die sogenannte Ehebrecherin und schenkt gleichzeitig den selbstgerechten Männern eine Erkenntnis. Er rüttelt sie wach. Damit streicht er eine wesentliche, alle verbindende menschliche Gemeinsamkeit hervor: Niemand ist frei von Schuld. Darin sind wir uns gleich. Im frühen Christentum war die Erkenntnis der eigenen Schuldhaftigkeit ein zentrales geistliches Erlebnis, das dem überwältigenden Gefühl, von Gott in Liebe angenommen zu sein, voranging. Für die Menschen der Antike stand das Schuldbekenntnis und später auch die Erbsündhaftigkeit des Menschen vor dem befreienden Erlebnis der Gottesbegegnung. Wir heute empfinden eher, dass die Liebe Gottes unserem Handeln vorangeht und wir uns immer wieder neu dafür zu entscheiden haben. Wir empfinden uns oft zu sehr durch uns selbst blockiert und abgelenkt, um wirklich das Gute zu tun und Gottes Willen zu entsprechen und seine Gegenwart zu spüren. Aber auch wir können gut nachvollziehen, dass niemand wirklich frei von Schuld ist.

Doch wenn alle in einem gewissen Sinne schuldig sind, wird es schwieriger, gutes von schlechtem Handeln unterscheiden zu können: „Denn er lässt seine Sonne aufgehen über Böse und Gute und lässt regnen über Gerechte und Ungerechte“ (Mt 5, 45). Gerechtigkeit kann in diesem Zusammenhang zu einem geistlichen Problem werden, denn selbst wenn alle schuldig sind, muss sich das Zusammenleben der Menschen regeln lassen. Wir brauchen Gesetze. Wir brauchen heute einen liberalen Rechtsstaat, der die Bedürfnisse des Einzelnen und die gesellschaftlichen Interessen aufeinander abgleicht. Damals waren es die jüdischen Gesetze, denen die Pharisäer treu bleiben wollten, als sie die Ehebrecherin vor Jesus brachten. Jesus richtet jedoch mit seiner Reaktion die Aufmerksamkeit wieder auf das Handeln. Er lässt sich nicht auf eine Debatte über Gesetze ein, sondern umso mehr auf die Menschen, die vor ihm versammelt waren. Hier macht er die Urteilenden zu den Beurteilten. Das hätte allerdings auch schiefgehen können. Mit seiner Antwort geht Jesus ein Risiko ein. Vielleicht braucht er auch deswegen Zeit für eine Antwort. Oder er schreibt demonstrativ auf die Erde, um zu zeigen, dass er mit Wichtigerem beschäftigt ist. Und falls sein Handeln uns an die Aussage „die Abtrünnigen müssen auf die Erde geschrieben werden“ (Jer 17, 13) erinnern soll, bleibt es offen, wessen Namen er auf die Erde geschrieben haben mag: den Namen der Frau oder die Namen der Männer?

Martin Stüdeli, Pfarrer, Grafiker, Illustrator

GEBETE, FÜRBITTEN, SEGEN

VORSCHLÄGE FÜR DEN GOTTESDIENST / MARTIN STÜDELI

EINGANGSGEBET

Jesus Christus,
Du siehst in unser Herz, siehst
Unsere Gedanken und Gefühle.

Gemeinsam mit dir schauen wir nach innen.
Wir nehmen uns wahr ...
Wie wir da stehen ...
Unsere Haltung ...
Unseren Atem ...

Wir werden ruhig.

Was gibt uns Kraft zum Handeln?
Wonach richten wir uns aus?

In uns ist der Himmel,
In unseren Erfahrungen
Spiegelt sich die Welt ganz einzigartig,
In uns ist etwas, das uns verbindet,
Mit der Welt ... den Menschen ... mit dir ...

Wir sind eine lebendige Gemeinschaft.
Mit Unterschieden und Gemeinsamkeiten.
Wir wollen füreinander da sein.
Wir wollen in Liebe leben,
Sorgsam und miteinander.
Denn alle Liebe kommt aus dir.

Amen

FÜRBITTE

Jesus Christus,
Du bist uns vorangegangen.
Dich nehmen wir als Beispiel.
Viele brauchen deine Verheissung.
Und viele brauchen unsere Unterstützung.

Begleite uns, wenn jemand unsere Hilfe braucht.
Schenke uns den Mut, hinzustehen,
Vielleicht mal spontan zu helfen und zu sorgen.
Stehe uns bei,
Wenn wir zweifeln und nicht weiterwissen.
Zeige uns, was wir tun können
Und wo unsere Grenzen sind.

Du bist hingestanden,
Und hast dich für Menschen eingesetzt.
Dich nehmen wir als Beispiel.

Mit dir stehen wir für das Leben ein,
Für die Gemeinschaft der Menschen,
Für ein sorgsames Handeln
Gegenüber Natur und Mensch,
Und für Gerechtigkeit.
Sei mit uns. Schenke uns deinen Frieden.

Amen

SEGEN

Guter Gott,
Segne uns!
Sei uns Mitte und Licht!
Wir wollen deine Liebe weitertragen
Im Sprechen wie im Handeln.
Im Freuen wie im Sorgen.
Auf allen unseren Wegen!

Amen

nachwort

ZU DEN FOTOGRAFIEN IN DIESEM HEFT

SORGSAMES MITEINANDER VISUELL DARSTELLEN / MARTIN STÜDELI

Die Fotografien in diesem Heft zeigen unterschiedliche Formen des sorgsamen Miteinanders. Dieses können wir gegenüber anderen Menschen, gegenüber der Natur, gegenüber Tieren sowie gegenüber kulturellen Gütern und Überlieferungen leben. Für das sorgsame Miteinander gibt es keine Grenzen.

Wenn wir mit anderen sorgsam zusammenleben, leben wir auch immer ein Stück Kultur und Überlieferung mit. Darum stellen die Fotografien auch Sorgsamkeit gegenüber Büchern und Überlieferungen dar.

Um Sorgsamkeit visuell darzustellen, wurden vorwiegend Bilder ausgewählt, in denen Hände die Hauptrolle spielen. Die Hand als Organ der Berührung und Zuwendung vermag Sorge auf positive und handlungsorientierte Weise zu visualisieren. Vielleicht regen Sie einige der Bilder zu weiteren Ideen und Gedanken an. Dann hätten sie ihr Ziel erreicht.

Die Fotografien können Sie in die Gestaltung des Gottesdienstes oder für die Einladung zum Gottesdienst miteinbeziehen.

Weiterführend

RUND UM DEN KIRCHENSONNTAG

Fachtagung

Unterlagen und weiterführende Informationen zum Kirchensonntag 2021 finden Sie unter refbejuso.ch/inhalte/kirchensonntag

Kontakt

Reformierte Kirchen
Bern-Jura-Solothurn

Gemeindedienste und Bildung | Altenbergstrasse 66 | Postfach | 3000 Bern 22

Zentrale +41 31 340 24 24 |
Direkt +41 31 340 25 06

annemarie.bieri@refbejuso.ch |
www.refbejuso.ch |

IMPRESSUM

LA GAZETTE, HERBST 2020

Druck: onlineprinters.ch

Auflage: 600 Exemplare

Kontakt: Reformierte Kirchen
Bern-Jura-Solothurn

Gemeindedienste und Bildung | Altenbergstrasse 66 | Postfach | 3000 Bern 22

Zentrale +41 31 340 24 24 |
Direkt +41 31 340 25 06

annemarie.bieri@refbejuso.ch |
www.refbejuso.ch |

Redaktion: Annemarie Bieri,
Martin Stüdeli

Korrektorat: Renate Kinzl,
www.wort-spiegel.ch

Bildnachweise

14, Meret Schefer; 15, Traugott Vöhringer, Hannes Denz; 20 und 21, www.kurzundgut.ch/kirchensonntag-2021; 1, 3, 5, 10, 17, 19, 22, 30, 34, 39, 49, 55, 62 und 64 aus Adobe-Stock; 27, 37, 53 und 56, Martin Stüdeli, 2dbild.ch.