

## Gottesdienst zum Sonntag des Frauenwerks 2010 (1. Sonntag im März)



*Der erste Sonntag im März wird in den Gemeinden der Evangelisch-methodistischen Kirche als Sonntag des Frauenwerks gefeiert. Mit diesem Vorschlag für die Gestaltung eines Gottesdienstes möchten wir Frauengruppen und Mitarbeitende ermutigen, die Arbeit des Frauenwerks in den Blick zu nehmen und sich mit dem aktuellen Jahresthema „Wo mein Herz schlägt“ zu befassen.*

*Arbeitsmaterialien zum Jahresthema 2009/2010 erhalten Sie bei der Geschäftsstelle des Frauenwerks, Telefon 0711 8600670 oder [geschaeftsstelle@emk-frauen.de](mailto:geschaeftsstelle@emk-frauen.de).*

*Wenn Sie in diesem Gottesdienst eine Kollekte für die Arbeit des Frauenwerks einzusammeln, senden Sie diese bitte an: Frauenwerk der EmK, Kto. 416 215, BLZ 520 604 10, EKK Stuttgart, unter der Nennung Ihres Bezirks/Ihrer Gemeinde. Wir danken herzlich für alle Unterstützung.*

### **Wo mein Herz schlägt...**

Gottesdienstentwurf von Hanna-Ruth Eberhardt, Referentin im Frauenwerk

*Der Gottesdienst hat das Ziel, im ersten Schritt die Teilnehmer/innen zu sensibilisieren, auf den eigenen Herzschlag, das Innerste, zu hören. Im zweiten Schritt geht es darum, das eigene Herz neu füllen zu lassen, um sich wieder ermutigt und gestärkt dem Alltag zuzuwenden.*

### **Vorbereitung**

#### **Dekoration**

Die Dekoration stellt das Herz in verschiedenen Variationen dar. Der Gottesdienstraum ist mit vielen bunten, unterschiedlichen Papierherzen geschmückt, Blumen in einem Korb oder in einer Schale in Herzform, herzförmige Dekorationssteine und andere Gegenstände ergänzen die Dekoration.

#### **Aktion**

Die Gottesdienstbesucher/innen erhalten am Eingang ein Herz aus Tonpapier und einen Stift (alternativ kann dies auf dem Platz bereit liegen).

# Gottesdienstablauf

## Musikalischer Einklang

### Begrüßung

„Wo mein Herz schlägt“ - mit diesem Thema wollen wir Sie alle heute Morgen ganz herzlich begrüßen und willkommen heißen.

Wir laden Sie ein, sich neu zu besinnen auf das, was Ihr Herz schlagen lässt, was Ihnen wichtig ist, was Sie motiviert und begeistert.

Darüber hinaus wollen wir uns aufmachen zu entdecken, was Gott uns heute Morgen neu schenken will, was er für uns bereit hält, womit er unser Herz füllen möchte.

So ist es unser Wunsch, dass Sie gestärkt und ermutigt wieder in den Alltag zurückkehren.

### Votum *(alternativ)*

Wir feiern unseren Gottesdienst im Namen Gottes, seines Sohnes Jesus Christus und des Heiligen Geistes, der uns verbindet.

Heute in diesem Gottesdienst gehen unsere Gedanken zu dir, guter Gott.  
Wir glauben dich auf unserem Weg und suchen deine Nähe.  
Wir wollen leben mit dir, Gott,  
und setzen unser Vertrauen darauf, dass du unsere Herzen füllst mit deiner Liebe.

Gott, wir feiern diesen Gottesdienst in deinem Namen,  
du schenkst uns ohne Vorleistung und Bedingung deine Nähe;  
in deinem Namen Jesus Christus,  
kann jede und jeder zu dir kommen;  
und in deinem Namen, Heiliger Geist,  
machst du uns Mut, unsere Herzen zu öffnen für andere.

### Lied *(alternativ)*

EM 619 Auf und macht die Herzen weit

EM 432 Wir sind hier zusammen in Jesu Namen

EM 73 Ich singe dir mit Herz und Mund

### Meditation

*Um anzukommen und zur Ruhe zu kommen, werden mit leiser Hintergrundmusik meditative Gedanken zum Thema langsam gelesen.*

In einer Welt, in der es so laut geworden ist, dass unsere Ohren taub zu werden drohen,  
**kann es wichtig sein**, wieder in die Stille und ins Hören zu kommen.

In einer Welt, in der wir überflutet werden mit Nachrichten und Informationen,  
**kann es wichtig sein**, in Ruhe nachzudenken.

In einer Welt, in der nur noch Leistung zählt und viele Menschen unter Druck stehen,  
**kann es wichtig sein** zu überlegen, was meinen Wert wirklich ausmacht.

In einer Welt, in der man viel auf Äußerlichkeit achtet, auf Geld und Prestige,  
**kann es wichtig sein**, mein Innerstes wieder anzuschauen.

In einer Welt, in der Gefühle zunehmend ausgeschaltet werden und Mitmenschlichkeit fast  
Luxus ist, **kann es wichtig sein**, mich zu fragen, was meine Aufgabe ist hier auf dieser Erde.

In einer Welt, in der Hoffnungslosigkeit und Angst vor der Zukunft die Menschen umtreiben,  
**kann es wichtig sein** zu fragen, was mich trägt, was mich hält, worauf ich zu lebe.

In einer Welt, in der die Menschen fast keine Zeit mehr haben, nur noch rennen und hetzen,  
**kann es wichtig sein**, mir Zeit zu nehmen, auf meinen Herzschlag zu hören, auf das, was mich  
bewegt, was mich umtreibt, was in mir ist.

Was mein Herz bewegt - dieser Frage wollen wir heute nachspüren.

### **Gebet**

Lieber väterlicher und mütterlicher Gott, wir danken dir, dass du heute in unserer Mitte bist  
durch deinen heiligen Geist. Du siehst, was wir in diesen Gottesdienst mitbringen, was uns  
bewegt und umtreibt, was uns Sorge macht, was uns freut. Du siehst, ob unser Herz müde oder  
verzagt ist oder ob wir mutig und zuversichtlich auf dem Weg sind.

Du kennst uns. Du weißt um unser Innerstes.

Lass uns neu darüber nachdenken und schenke, dass wir ermutigt und gestärkt wieder in  
unseren Alltag gehen können.

Fülle uns ganz neu mit deiner Kraft, deiner Liebe und deinem Segen, damit wir daraus schöpfen  
können und unser Herz ins Schlagen kommt. Amen

### **Lied** (*alternativ*)

EM 282 So wie ich bin, komm ich zu dir

EM 349 Ich werfe meine Fragen hinüber

EM 309 Hab Dank von Herzen

Himmelweit 6 Keiner ist wie du

Himmelweit 58 Herr, ich komme zu dir

### **Anspiel**

Sechs Frauen bringen symbolisch einen Gegenstand oder andere Personen mit und zeigen,  
welche Tätigkeit ihr Herz höher schlagen lässt. Die Symbole werden für die Gemeinde erläutert.

Einige Beispiele als Vorschläge:

1. Frau Bücher lesen (Symbol Buch)
2. Frau Gartenarbeit (Symbol eine Hacke)
3. Frau Handarbeit (Symbol Strickzeug)
4. Frau Spazieren gehen (Symbol ein Zweig)
5. Frau Sport machen (Symbol Walking-Stöcke)
6. Frau Frauentreff mitgestalten (verschiedene Frauen treten mit vor)

Eine bunte Sammlung hat sich da zusammengefunden.

Jede von uns hat ganz unterschiedliche Bereiche, die ihr Herz schlagen lassen, wo sie mit  
Begeisterung dabei ist. Wir sind Persönlichkeiten mit unterschiedlicher Geschichte und  
Prägung.

Heute wollen wir neben diesen äußerlichen Dingen, die uns Freude machen, ein wenig tiefer in  
uns hineinschauen, was es denn auf sich hat mit dem Herzen.

## **Lied (alternativ)**

EM 119 In dir ist Freude

EM 128 Christus, das Licht der Welt

Himmelweit 126 In dir ist mein Leben

## **Predigt (erster Teil)**

*Weitere Inputs zum Thema „Wo mein Herz schlägt“ gibt es in der Arbeitsmappe 2009/2010.*

### **Die Bedeutung des Herzens**

- in unserem Körper
- als Zentrum unserer Gefühle und Wahrnehmungen, unseres Willens und unserer Wünsche
- in unserer Sprache
- als Symbol in unterschiedlichen Facetten
- in der Bibel

### **In unserem Körper**

Das Herz ist das zentrale Organ unseres Blutkreislaufes, von dessen regelmäßigem Schlag unser Leben abhängt. Es pumpt täglich viele Liter Blut durch unseren Körper, so dass alle Organe gut versorgt sind. Hört dieses Herz auf zu schlagen, tritt der Tod ein.

### **Als Zentrum der Gefühle**

Hier wird das Innere unserer Seele beschrieben, die Schaltstelle für Wahrnehmungen, Gefühle, Empfindungen, Wünsche, Entscheidungen.

Was dieses Herz zum Schlagen bringt, hängt von unterschiedlichen Faktoren ab: Von unserer Lebenssituation, beruflich und privat, unserer Lebensphase, Persönlichkeit und Prägung, von unserem Glaubensstil.

### **In unserer Sprache**

Das Herz taucht hier in ganz unterschiedlichen Bereichen auf:

Herzensangst - Verstärkung des Begriffs Angst

Herzblut

Herzliche Grüße (andere Bedeutung als freundliche Grüße)

Herzenslust

Herzensangelegenheit

Herzensruhe

### **Als Symbol**

Das Herz als Symbol finden wir in ganz unterschiedlichen Bereichen, auf Postkarten, als Blumengebinde, als Schmuck, als Dekoration in unterschiedlichen Variationen. Das Symbol des Herzens drückt manchmal etwas aus, wozu uns die Worte fehlen. Es ist ein Erkennungsmerkmal für Freundschaft, Zuneigung und Liebe.

### **In der Bibel**

Es gibt über 600 Bibelstellen zum Begriff Herz. Auch hier wird das Herz als der Kern der menschlichen Person gesehen, das seelisch-geistige Zentrum des gesamten Lebens, und es werden Gefühle und Empfindungen ausgedrückt:

*(Hier können auch einzelne Bibelstellen herausgegriffen und erläutert werden.)*

- Niedergeschlagenheit (Psalm 34, 19)
- Traurigkeit (Joh. 16, 6)
- Schrecken (Joh. 14, 1)
- Trübsal und Angst (2. Kor. 2, 4)

- Freude (Joh. 16, 22)
- Unverzagtheit (Psalm 112, 7)
- Trost (Psalm 32)
- Lust (Psalm 37, 4)

Im Herzen werden Entscheidungen getroffen:

- Das Herz wird aufgerufen, seinen Herrn zu lieben von ganzem Herzen (Markus 12, 30 – 31)
- Verlass dich auf den Herrn von ganzem Herzen (Sprüche 3, 5)
- Du sollst deinen Bruder nicht hassen in deinem Herzen (3. Mose 19, 17)
- Alles, was ihr tut, das tut von Herzen dem Herrn und nicht den Menschen (Kolosser 3, 23)

Wenn wir begreifen, dass das Herz der Ausgangspunkt ist für alles menschliche Tun, dann ist es logisch, dass Gott seine Gebote in unser Herz hineinschreiben will. Denn im Herzen entscheidet sich Wesentliches.

Das Herz, die Schaltzentrale unseres Denkens, Handelns und Seins.

Hier sehen wir, wie hochaktuell unsere Bibel ist. Sie redet nicht von irgendetwas außerhalb unseres Lebens, sondern sie redet über das ganz Zentrale, das, was uns als Menschen umtreibt, antreibt und bewegt.

Stellen wir uns einmal vor, unser Herz wäre wie ein großes Wasserfass mit vielen Zuläufen. Im Laufe unseres Lebens fließt da so einiges hinein. Da gibt es Menschen, Erinnerungen, Erlebtes, Erfahrungen, Überzeugungen, Erkenntnisse, Prägungen, Wissen, Enttäuschungen, Verletzungen... Das alles ist in unserem Herzen.

Ich denke, es lohnt sich, über die Frage zu reflektieren: Womit ist mein Herz gefüllt?

Ich möchte Sie einladen, in die innere Stille zu gehen und über diese Frage nachzudenken. Sie können an dieser Stelle auch gerne das Papierherz, das wir ausgeteilt haben, zur Hand nehmen und aufschreiben, was Ihnen durch den Kopf geht. Manchmal ist es hilfreich, etwas vom Kopf auf das Papier zu bringen.

*(Hinweis geben: Die Aufschriebe verbleiben bei den Gottesdienstbesuchern.)*

## **Stille mit leiser Hintergrundmusik**

### **Lied** *(alternativ)*

EM 397 Herz und Herz vereint zusammen  
 Feiert Jesus 2/189 In der Stille angekommen  
 Himmelweit 35 Stille vor dir, mein Vater

### **Predigt** *(zweiter Teil)*

Wo mein Herz schlägt... Wir haben jetzt versucht, ein wenig in uns hinein zu hören auf das, was uns heute Morgen bewegt und umtreibt. So ein Innehalten kann manchmal ganz hilfreich sein. Vieles wird einem wieder bewusst und manches neu entdeckt.

Wo mein Herz schlägt... Schlägt es noch? Schlägt es immer wieder? Schlägt es immer öfter? Nicht nur in all den äußerlichen Dingen, die uns das Leben zu bieten hat, sondern auch im geistlichen Sinne? Sind wir noch begeistert von unserem Glauben? Haben wir noch ein brennendes Herz für Jesus - um es einmal antiquiert auszudrücken?

Beim Nachdenken über unser Thema ist mir folgende Geschichte wichtig geworden.

## **Textlesung Lukas 7, 36 - 50**

Sie, die Dirne vom Dorf, eine Prostituierte, begegnet Jesu, als dieser zu Besuch bei dem Pharisäer Simon weilte. Niemand weiß, wie sie sich Einlass verschafft hat. Es wird nicht geredet. Sie geht zu Jesus, netzt seine Füße mit Tränen und salbt sie mit einem wertvollen Öl, das sie wohl ihren ganzen Verdienst gekostet hat. Sie ist innerlich so berührt, erfasst und erfüllt, dass sie nicht anders kann. Die Liebe zu diesem Jesus füllt ihr Herz aus. Sie möchte ihm ihren Dank zeigen - nicht mit Worten, sondern mit der Tat. Das Herz dieser Frau ist weich geworden. Dieses Herz, das zuvor vielleicht verbittert und kalt war.

So darf sie uns Vorbild werden. Diese Frau möchte uns einladen, uns füllen zu lassen mit dieser Liebe zu Jesus.

Wem viel vergeben wird, der liebt viel, sagt Jesus. Aber es kommt nicht auf die Vorgeschichte an, sondern auf unsere innere Herzeshaltung.

**Vielleicht ist unser Herz fest geworden in der Selbstverständlichkeit des Glaubens. In dem Gewohnten, in dem, was wir meinen, fest in Händen zu halten.**

**Festzementiert in Meinungen, in Standpunkte und Überzeugungen.**

Wollen wir wieder Neues denken? Neues zulassen? Neues wahrnehmen?

Uns überraschen lassen von dem, was er für uns bereit hält.

Auf unseren ureigenen Herzschlag hören und schauen, welche Gaben und Aufgaben, Möglichkeiten und Chancen uns gegeben sind.

Jesu steht an unserer Seite und weiß, wie es um unser Herz bestellt ist.

Er weiß, was wir bedürfen und brauchen, damit unser Herz wieder zum Schlagen kommt.

**Habe deine Lust am Herrn; der wird dir geben, was dein Herz wünscht (Psalm 37, 4).**

Wenn hier von Lust die Rede ist, klingt das in unseren Ohren ungewöhnlich. Aber genau das ist es, was er uns wieder schenken will: Lust an ihm.

Dass ich mich neu treffen lasse von seiner bedingungslosen Liebe und ins Staunen komme.

Er möchte mein Herz wieder füllen, mit Liebe, neuer Kraft und Lebensfreude.

Wenn Paulus aus dem Gefängnis schreibt: **Freuet euch im Herrn alle Wege und abermals sage ich, freuet euch** (Phil 4, 4), dann geht es hier um weit mehr als um irgendeine Freude im Zusammenhang mit äußeren Dingen. Sondern diese Freude ist die Grundbasis unseres Glaubens, keine Randverzierung für bestimmte Anlässe. Weil wir Erlöste sind, Geliebte, Töchter und Söhne des lebendigen Gottes.

**Lust am Herrn haben und Freude im Herrn.** Da kommt unser Herz wieder ins Schlagen!

Geben wir uns nicht mit weniger zufrieden.

Amen

## **Gebet**

Vater im Himmel, lass uns neu begeistert sein von dir - wie diese Frau.

Sie wurde beschenkt durch deine Liebe und gab ihr Bestes für dich.

Schenke es uns, dass wir neu überwältigt sind von dir. So, dass Lust und Freude keine Fremdwörter für uns sind, sondern uns antreiben.

Lass etwas davon überfließen zu unseren Nächsten.

Vielleicht gerade zu denjenigen, deren Herzen niedergeschlagen und zerbrochen sind.

Wecke in uns diese Begeisterung, diese Freude, diese Hingabe.

Danke, dass du an unserer Seite stehst und mit uns unterwegs bist.

## **Lied (alternativ)**

Himmelweit 143 Sei behütet auf deinen Wegen

### **Segen**

Der Herr voller Liebe und Geduld - er segne dich und lasse dein Leben gelingen.

Der Herr behüte dich.

Er umarme dich in deiner Angst und stelle sich vor dich in deiner Not.

Der Herr lasse leuchten sein Angesicht über dich.

Sein Blick erwärme dich und überwinde in dir, was erstarrt ist.

Er sei dir gnädig, wenn Schuld dich drückt oder du nicht vergeben kannst.

Er lasse dich aufatmen, dass du innerlich frei wirst.

Der Herr erhebe sein Angesicht über dich.

Er sehe dein Leid, er tröste und heile dich.

Er gebe dir Frieden, dass deine Seele zur Ruhe kommen kann und du dich in ihm geborgen und getragen wissen darfst.

Amen

### **Musikalischer Ausklang**