

In der zweiten Fastenwoche

Vorbereitung:

- Der Text von Marco Michalzik vom Autoren gelesen abgespielt werden, dafür brauchen Sie eine Box und Ihr Handy.
- Stellen Sie vor dem Altar eine große Schale mit Wasser bereit und geben Sie jeder/jedem Teilnehmenden zu Beginn einen Stein
- Kopieren Sie das Segensgebet für alle (Vorlage s.u.)

Früh- oder Spätschicht

Wut von Marco Michalzik (2024)

Du bist da.
Uneingeladen zwar,
aber ich nehme dich wahr.
Mitten in meinem Innenleben
ein bisschen versteckt hinter
der, wie Spinnweben
von der Decke hängenden, Scham-Schicht
brennst du lodernd wie Bengalos in Neonfarben

Ich heiße dich willkommen.
Halte die Tür nicht zu,
wenn du davor stehst und dagegen hämmerst.

Du bist Gast.
Du hast Platz.
Und ich biete dir Raum - an.
Im Gästezimmer -
ist die Schlafcouch für dich ausgeklappt
Auch wenn das mit dem Schlummern selten klappt,
Solange du da bist

Oft hältst du mich wach
mit deinem mitgebrachten Krach
und irgendwann weiß ich,
ich geb dich wieder ab

Zweite Fastenwoche



www.mitbrennendenherzen.de

weiß manchmal nur nicht wo
du eigentlich hinwillst und wohin
oder wem du gehörst.

Ich will dich nicht aussperren,
aber weiß auch nicht so recht wohin mit dir

Du bist der Nerv, der den Schmerz anzeigt
Wenn der Glaube an Gerechtigkeit
berechtigterweise schrumpft
klopfst du dumpf wieder an
übermannst mich fast
mit deinen wabernden Wogen.

Du bist die Baseline von Protest,
das laute Verlangen,
dass sich etwas verändern lässt
oder muss.

Du stößt die Tische um,
der Ausgrenzung und Ausbeutung
Fällst den Rädern in die Speichen
Du bist das doppelte Ausrufezeichen
der laute Schrei,
wenn die leisen nicht auszureichen scheinen.

Ich lass dich raus
Ich drück dich aus
Ich ball die Faust
Ich werde laut
Ich trau'
dir trotzdem oft nicht ganz über den Weg

Ich will dich nicht verstecken,
aber Hass hinterlässt hässliche Flecken
auf brennenden Herzen.

Du bist du
Du bist gut,
meine Wut,
aber du machst mich auch mürbe und müde

Zweite Fastenwoche



www.mitbrennendenherzen.de

und ich wünsche mir manchmal,
dass mein brennendes Herz,
noch von wem anders als dir
angezündet werden würde.

Begrüßung & Einleitung inkl. Kreuzzeichen

Wir sind zusammen gekommen + im Namen des Vater und des Sohnes und
des Heiligen Geistes. Amen.

Unser Herz brennt, es brennt vor Wut. Jede Flamme der Wut hat ihre Zeit
und darf bei Gott sein. Vor Gott muss die Wut nicht ausgehalten oder
versteckt werden, sie darf vorkommen. Wir dürfen darauf vertrauen,
dass unsere Wut einen Nutzen hat und uns einen Hinweis darauf geben
möchte, wann unsere Grenzen erreicht sind.

Jesus zeigt in wenigen Situationen – dafür dann aber eindrücklich –, dass
er wütend ist. Viel mehr wird Jesus zum Prellbock, auf den andere wütend
sind und an dem andere ihre Wut auslassen. Und Jesus? Jesus hält aus.

Kyrie

Bringen wir unsere Wut der letzten Tage und Wochen vor Gott, in der
Gewissheit, dass er sie aushält:

Meine Wutmomente, auf die ich nicht stolz bin

Herr, erbarme dich

Meine Wutmomente, die ich bereue

Christus, erbarme dich

Meine Nicht-Wutmomente, in denen ich nicht für mich eingetreten bin

Herr, erbarme dich

Lied: Gottes Wort ist wie Licht in der Nacht, HAL 167

Schriftlesung Koh 3,1-8

Zweite Fastenwoche



www.mitbrennendenherzen.de

¹ Alles hat seine Stunde. Für jedes Geschehen unter dem Himmel gibt es eine bestimmte Zeit: ² eine Zeit zum Gebären / und eine Zeit zum Sterben, / eine Zeit zum Pflanzen / und eine Zeit zum Ausreißen der Pflanzen, ³ eine Zeit zum Töten / und eine Zeit zum Heilen, / eine Zeit zum Niederreißen / und eine Zeit zum Bauen, ⁴ eine Zeit zum Weinen / und eine Zeit zum Lachen, / eine Zeit für die Klage / und eine Zeit für den Tanz; ⁵ eine Zeit zum Steinewerfen / und eine Zeit zum Steinesammeln, / eine Zeit zum Umarmen / und eine Zeit, die Umarmung zu lösen, ⁶ eine Zeit zum Suchen / und eine Zeit zum Verlieren, / eine Zeit zum Behalten/ und eine Zeit zum Wegwerfen, ⁷ eine Zeit zum Zerreißen/ und eine Zeit zum Zusammennähen, / eine Zeit zum Schweigen / und eine Zeit zum Reden, ⁸ eine Zeit zum Lieben / und eine Zeit zum Hassen, / eine Zeit für den Krieg / und eine Zeit für den Frieden.

Lied: Gottes Wort ist wie Licht in der Nacht, HAL 167

Vater unser

Die Wut darf bleiben

Wir sind uns in dieser Gebetszeit unserer Wutmomente bewusst geworden und dürfen unsere Wut hier bei Gott lassen und leichter in den Tag/die Nacht zu gehen. Nehmen Sie nun gerne Ihren Stein und legen Sie ihn ab, in diese Schale vor dem Altar. Wir dürfen unsere Wut in Gottes Hände legen, bis die Zeit wieder kommt, dass wir sie wieder mal als Gast begrüßen dürfen.

Instrumentalmusik

Gemeinsame Segensbitte (s. Kopiervorlage)

Gib mir die richtigen Worte

Gib mir den richtigen Ton

Worte, die deutlich für jeden von dir reden

Gib mir genug davon

Worte, die klären, Worte, die stören

Wo man vorbeilebt an dir

Wunden zu finden und sie zu verbinden

Gib mir die Worte dafür

Zweite Fastenwoche



www.mitbrennendenherzen.de

Gib mir den längeren Atem
Mein Atem reicht nicht sehr weit
Ich will noch einmal verstohlen Atem holen
In deiner Ewigkeit

Gott, segne uns + im Namen des Vaters
und des Sohnes und des Heiligen Geistes. Amen.

Lied: Wagt euch zu den Ufern, HAL 258

Gemeinsame Segesbitte

Gib mir die richtigen Worte
Gib mir den richtigen Ton
Worte, die deutlich für jeden von dir reden
Gib mir genug davon

Worte, die klären, Worte, die stören
Wo man vorbeilebt an dir
Wunden zu finden und sie zu verbinden
Gib mir die Worte dafür
Gib mir den längeren Atem
Mein Atem reicht nicht sehr weit
Ich will noch einmal verstohlen Atem holen
In deiner Ewigkeit

Gott, segne uns + im Namen des Vaters
und des Sohnes und des Heiligen Geistes. Amen.

