



### 3. Schwanberg-Pilgertag am 23.09.2023

Vorschlag zur Gestaltung der Pilgerwege für die Jugend

Erstellt von  
Diakon Sascha Kuntze  
PfarrerIn Beate Krämer  
Jugendreferentin Annegret Feldrapp  
Gemeindereferentin Anette Günther  
Jugendbildungsreferentin Susanne Müller

#### Jetzt ist die Zeit! – Inhalt

Station 1a: Jetzt ist die Zeit – Meine Zeit!.....	2
Station 1b: Jetzt ist die Zeit – Meine Zeit!.....	4
Station 2: Jetzt ist die Zeit – Zeit vergeht.....	5
Station 3: Jetzt ist die Zeit – einfach da sein!.....	7
Station 4: Jetzt ist die Zeit – Gute Zeiten, Schlechte Zeiten.....	9
Station 5: Jetzt ist die Zeit – Zeit zum träumen.....	11
Station 6: Jetzt ist die Zeit – meine wertvolle Zeit.....	12
Letzte Station: Rückblick – mit Gottes Segen weitergehen.....	

#### Rot ist Anleitung Leiter\*innen und schwarz TN\*innenheft & Material, das benötigt wird:

- Pilgerhefte, Bleistifte oder Buntstifte
- Reagenzgläser & Verschlüsse, bunten Sand in Behältnissen zum mitnehmen, Klebe Edelsteine & Tool Sticker, Geschenkband in versch. Farben , Blätter für Trichter, kleine Trichter
- eine Sanduhr, ein Seil
- ein Reagenzglas Beispiel ein Tag 24 Stunden voll und dann hier aufgemalt die verschiedenen Farben: Sand/natur:Schlaf, Rot:Familie/Freunde, Blau: Mediennutzung (inst, facebook, zocken...) Grün:Freizeit, Gelb: Arbeit/Schule/Studium, Braun: Hobbies, Lila: deine Idee (Rest)
- für die vierte Station ein Seil für die Lebenslinie und Naturmaterialien Symbole für die verschiedenen Zeit im Leben (Natur zu finden)
- Teilnahmebestätigungen bzw. Pilgerurkunde bzw. Stempel für Jugend
- Sonnencreme
- Reserve-Wasser zum Verteilen am Start
- Lieder auf Stick- Lautsprecher oder Abspielgerät:  
[https://www.youtube.com/watch?v=U\\_9\\_OAJZskw](https://www.youtube.com/watch?v=U_9_OAJZskw) „ Die Zeit ist jetzt...!“ Station 1b

**Organisatorischen Bevor es los geht:**

<https://www.youtube.com/watch?v=pqMz4ZHV3BY->

Max Giesinger „Irgendwann“

- Begrüßung; Vorstellung der Leitung;
- Vorstellungsrunde (je nach Gruppengröße: Entweder „Alle, die ...“ (zum ersten Mal pilgern, nicht aus dem Landkreis KT kommen, ...), oder bei kleiner Gruppe „Name, Ort, Pilgererfahrung?“); Eingehen auf die Erfahrungen wie bin ich da und sich kurz darüber austauschen? oder wie bin ich hier: müde , voller Elan, zwischen drinnen, gespannt , neugierig,
- Infos über die Wegstrecke / Rast und sonstige Orga
- TN\*innen -Heft ausgeben

Unterwegs - Unterwegs sein - Pilgern Was heißt das.

Los zu gehen beginnt in meinen Kopf, in meinen Herzen, in meinen Bauch...

Mit einem Gedanken, mit einem Gefühl, mit einen sehnsuchtsvollen Ziehen, einen Wunsch, einer Hoffnung!

Und den ersten Schritt habe ich schon gemacht und bin hier her gekommen bin aufgestanden - aufgebrochen und vielleicht kann ich am Ende dieses Pilgerweges erkennen, dass sich die Hoffnungen die ich hatte erfüllt haben.

„ Ich bin Pilger\*in- mit einigen anderen Pilger\*innen unterwegs mit der Zeit!

Die geistlichen Impulse auf unserem Pilgerweg nehmen das Thema des Kirchentages auf:

Jetzt ist die Zeit! (Mk 1,15).

**Station 1 a – Jetzt ist die Zeit- Meine Zeit!**

*Für diese Station braucht es einen Ort mit einem Tisch oder einer Mauer, auf dem/der das Sand-Material abgelegt werden kann.*

Das Motto des Pilgertags ist: Jetzt ist die Zeit! Im Juni fand der Evangelische Kirchentag in Nürnberg statt. Dieser kurze Satz stammt aus der Bibel: Im Markusevangelium sind es die allerersten Worte, die Jesus spricht. (1,15)

Unser Thema ist Zeit. Wir wollen starten mit einer Übung -

Schätz doch mal ab jetzt ab, wann eine 1/2 Minute vorbei ist und wenn du denkst es ist soweit dann rufe es in die Gruppe.

Gar nicht so leicht und ihr merkt Zeit ist etwas Rätselhaftes. Sie kann zu kurz sein oder zu lang. Aber wir wissen wohl, dass die Zeit immer gleich schnell vergeht. Und wir jeden Tag neu 24 Stunden Zeit geschenkt bekommen!

**Lied: „Die Zeit ist jetzt!“**

[https://www.youtube.com/watch?v=U\\_9\\_OAJZskw](https://www.youtube.com/watch?v=U_9_OAJZskw)

Kirchentagslied:

<p><b>Die Zeit ist jetzt</b> 1. Warum nicht jetzt? Ein kleiner Moment kann riesig sein. Streicht, was wär, wenn...“! Vom Herzschlag gelenkt gehn wir voraus. Leinen los. Kopfsprung ins Leben. Tanz dich frei, spring durch den Regen. Zeig der Welt all deine Farben.</p>	<p>Die Zeit ist jetzt - Zeit ist jetzt - wir laufen los - wir laufen los - Gott geht mit uns- Gott geht mit uns- Das Leben ruft - Das Leben ruft- Oh Oh Oh Oh oh oh</p>
--	---

<p>2. Leben ist jetzt. Wir stehn Hand in Hand auch wenn es stürmt. Kurs auf Vertrauen, denn Gott sitzt mit uns im selben Boot. Leinen los. Kopfsprung ins Leben. Tanz dich frei, spring durch den Regen. Zeig der Welt all deine Farben.</p>	<p>Die Zeit ist jetzt - Zeit ist jetzt - wir laufen los - wir laufen los - Gott geht mit uns - Gott geht mit uns- Das Leben ruft - Das Leben ruft- Oh Oh Oh Oh oh oh</p>
--	--

Text (nachMk1,15) und Melodie: Ranja Lunz, Judy Bailey, Sam Samba, Tim Böcking Rechte: bei den Urhebern

**Impuls:**

Wie ist es mit deiner Zeit?

Verschieben oder jetzt machen? Wie sieht denn dein Tag/deine Woche so aus?

Kurz überlegen - was hast du letzte Woche gemacht? Mit wem, wo, wie lange?

*Großes Reagenzglas zeigen* – ein Tag, 24 Stunden, meine Zeit. Jetzt ist es ... Uhr, 1/3, 1/2, des Tages sind vergangen. Ich habe geschlafen (ca 6 h) – *Sand aus vorbereitetem Briefchen hineinrieseln lassen.* , mich gewaschen, vielleicht gebetet, gefrühstückt (1-2 h) – *nächstes Sandbriefchen.* Habe meine Sachen zusammengepackt und bin zum Ausgangspunkt gefahren.... (1-2h..... usw. Jetzt ist es ... Uhr. . Mir verbleiben noch ... Stunden Zeit.

Heute ist Samstag, ein freier Tag, Pilgertag. Wie sieht es in meinem **Alltag** aus?

Stell dich in den Kreis für die Antwort der Fragen:

- + Was hat letzte Woche am meisten Zeit verbraucht?
- + Was hat am wenigsten von deiner Zeit in Anspruch genommen?
- + Von was hättest du gerne noch mehr Zeit gewünscht?

*Zeigen des vorbereiteten Reagenzglas:*

*Dein Reagenzglas für deine jeweiligen Zeiten. In deinem Pilgerheft kannst du die jeweiligen Teile aufzeigen bzw. die Höhe im Reagenzglas bestimmen. Bestimme deine Zeit!*

Schlaf+Körperpflege+Essen 7+1+2h

Arbeit 8 h + Fahrt dahin 1 h + Hausarbeit/Einkaufen 2h

Radio/TV/Handy 2 h

Familie/Freunde 1 h

Freie Zeit

*Womit verbringst du deine Zeit?*



## **Station 1 b Jetzt ist die Zeit- Meine Zeit!**

Jetzt versuche dein Reagenzglas zu befüllen. Das Reagenzglas ist eine Woche/ einen Tag 24 Stunden, das kannst du frei wählen - was gleich bleibt sind die Farben.

Wichtig darauf hinzuweisen dass es ganz mit Sand aufgefüllt werden muss und dann fest verschliessen mit den Stopfen.

Nach Aktion im Kreis stellen und wir betrachten gegenseitig die Reagenzgläser.

Impulse: Welche Farbe ist oft vorhanden, welche kaum, war es schwer zu füllen? Wo hat es gehakt? Was war sofort klar?

Wie geht es mir, wenn ich mein Zeitröhrchen anschau?

Heute ist Samstag ein freier Tag? oder wenn nicht der Pilgertag wäre auch schon verplant?

Jetzt ist die Zeit – auf meine Zeitverwendung zu schauen. Auch sich die Zeit zunehmen auf das Themas unseres Pilgertages: Mk 1,15 (Basisbibel)

„Die von Gott bestimmt Zeit ist da. Sein Reich kommt jetzt den Menschen nahe. Ändert euer Leben und glaub dieser Guten Nachricht.“

Wir wollen beten und mit dem Segen Gottes auf den Weg machen.

### **Startsegens:**

Herr Jesus Christus, Du bist der Weg  
und die Wahrheit und das Leben.

Und wir sind gemeinsam unterwegs zu Dir.

Begleite uns deshalb, wenn wir bergauf und bergab wandern.

Erfülle uns nicht nur mit frischer Luft, sondern auch mit Deinem Heiligen Geist.

Schenke uns Kraft zum Gehen und Mut für die Schwierigkeiten, die vor uns liegen.

Zeige uns, wo wir abbiegen müssen, um den Weg zur Wahrheit zu finden.

Dort wollen wir Dich suchen und mit dir sprechen.

Die Zeit liegt in deinen Händen. Wir wollen sie heute miteinander füllen

Und führe uns schließlich ans Ziel.

Im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes.

Amen.

*Im Weitergehen ist Gelegenheit, sich auszutauschen. Sucht euch ein:e Partner:in, mit der:dem ihr die nächste Wegstrecke miteinander gehen wollt. Impuls: Meine Zeit – womit verbringst du im Alltag deine Zeit?*

## Station 2 Jetzt ist die Zeit- Zeit vergeht

### **Selbstversuch:**

Gruppenleiter:in fordert TN auf, sich ganz auf die Sanduhr zu konzentrieren, zu schauen und zu warten, bis sie einmal durchläuft; 2. Begleitperson stoppt die Zeit mit Handy; danach 2. Runde mit der gestoppten Zeit: diesmal dürfen die TN sich unterhalten, auf dem Handy spielen usw.; nach der 2. Runde fragen, ob die TN einen Unterschied festgestellt haben, ob die Zeit jeweils unterschiedlich schnell vergangen ist

**Leitung:** Den meisten Leuten geht es so, dass die Zeit schneller vergeht, wenn man etwas Schönes, Angenehmes tut oder erlebt, aber beim Warten oft ganz langsam. Aber egal ob schnell oder langsam, eines ist sicher, die Zeit vergeht. Es liegt an uns, wie wir sie gestalten, ob wir sie gut nutzen.

**Als Impuls Lied:** <https://www.youtube.com/watch?v=pqMz4ZHV3BY>

<p>Liedtext: M. Giesinger- Irgendwann ist jetzt Irgendwann schmeiß ich mein Handy ins Meer Und irgendwann renn ich nicht allem hinterher Und wenn ich kann zieh ich wieder raus aufs Land Ich red davon schon so lang</p> <p>Irgendwann hör ich nur noch auf mich selbst Auch wenn das dann nicht mehr jedem gefällt In ein paar Jahren pack ich alles anders an Ich red davon schon so lang Und sag immer nur: „Irgendwann“</p>	<p>Ich will nicht länger warten bis was passiert Hab hundertzwanzig Fragen, bin scheiß verwirrt Doch ich fang endlich an zu glauben Dass alles was ich brauche Schon immer in mir steckt Irgendwann ist jetzt Irgendwann ist jetzt Irgendwann ist jetzt</p> <p>Irgendwann will ich 'ne Zeit für mich nehmen Und irgendwann auch meine Eltern öfter sehen Doch jedes Mal kommt dann immer was dazwischen Ich sag mir dann: „Nächstes Jahr“ Bis dahin bleibts, wie es war</p> <p>Irgendwann ist jetzt</p>
--	---

Songschreiber: Max Giesinger . Nur für nicht kommerzielle Zwecke. Quellenangabe : Lyriks

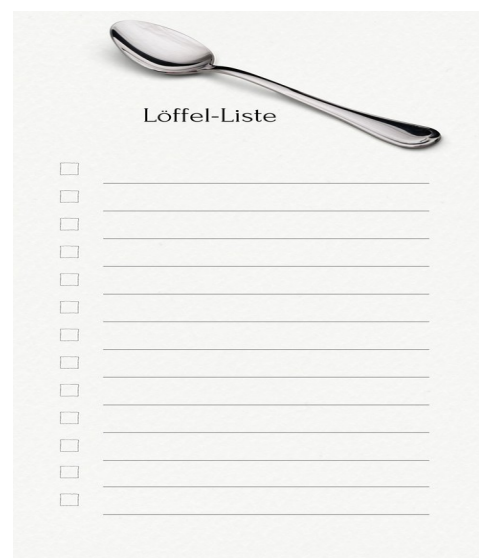
**Leitung:** Vielleicht geht es dir auch manchmal so, dass du gerne Dinge verschiebst, manchmal ganz unwichtige wie Zimmer aufräumen, aber manchmal auch Wichtige wie ein Treffen mit Jemandem, den man nur selten sieht. Und verpasst man dabei die Gelegenheit, etwas Wichtiges zu tun. Auch wenn es hoffentlich noch lange dauert, bis unser Leben zu Ende geht, möchten wir mit euch an dieser Stelle nachdenken, was wirklich wichtig ist in unserem Leben, wofür wir uns auf jeden Fall Zeit nehmen wollen.

Vielleicht hast du schon mal von der Löffelliste gehört. Darauf stehen Dinge, die du machen willst, bevor du „den Löffel abgibst“, also stirbst. In deinem Heft kannst du aufschreiben, welche Dinge das wären. Nimm dir kurz Zeit, zum Nachdenken und Schreiben.

Dazu vielleicht noch mal das Lied spielen.  
Darüber eventuell Austausch im Weitergehen.

### **Gebet**

Guter Gott,  
Du schenkst uns Zeit für viele Dinge, Zeit zum Gestalten. Hilf uns, die wichtigen von den nicht so wichtigen Dingen zu unterscheiden. Nimm die Trägheit von uns, die uns daran hindert, uns Zeit für die wichtigen Dinge zu nehmen. Amen.



### Station 3 Jetzt ist die Zeit- einfach da sein!

**Impuls:** Geschichte von Lorient: ich will einfach nur so dasitzen! abspielen

<https://www.youtube.com/watch?v=QqCg1IQ2DWY>

Zeit haben -unbewertet einfach mal Zeit haben!

Holy minutes Zeit für „Nichts , sinnfrei ohne Bewertung.“ Sich Zeit nehmen und fallen lassen im Tun.

Was ist eigentlich Zeit für dich? Sucht man in Google nach „Zeit für dich“, so erhält man zuerst Wellnessangebote und Vorschläge für verschiedenste Aktivitäten. Aber ist das wirklich Zeit für dich?

Im Wellness, da ist man ja nicht allein, es ist immer jemand da. Ob andere Besucher:innen, die Mitarbeiter:innen oder doch die Person, mit der man dort ist.

Aber was ist dann wirkliche Zeit für einen selbst?

#### **Impuls: Deine Zeit: Wir schenken dir Zeit einfach mal für dich:**

Einmal einfach Zeit für „Nichts“ - sinnfrei ohne Bewertung sich Zeit nehmen.

Wir schwer es ist haben wir ja auch schon gehört bei Lorient...

Aber wir wollen mal gemäß Astrid Lindgren -

...und dann muss man auch noch Zeit haben, einfach dazusitzen und vor sich hin zu schauen dies mal ausprobieren:

Zeit nehmen sich „fallen lassen“ im Tun.

Anleitung zur Körperübung: Der tibetische Sonnengruß

- 1.
2. Qi Gong Grundhaltung im Stehen.
3. „Ich stehe auf dem hohen Berg“
4. Die Arme schulterbreit nach vorne bis in Schulterhöhe heben. Die Handflächen zeigen zur Erde.
5. „Und schaue in das weite Tal“
6. Die Handflächen zum Körper wenden und die Arme seitlich in Schulterhöhe öffnen.
7. „Ich hebe meine Arme zum Himmel“
8. Die Arme wie einen Trichter nach oben heben.
9. „Und strecke sie der Sonne entgegen“
10. Bei locker gestreckten Armen die Handflächen nach vorne/oben wenden.
11. „Ich empfangen ihr goldenes Licht“
12. Die Arme bleiben locker gestreckt, mit den Händen einen Kreis beschreiben, die Handkanten zueinander, die Handflächen zum Körper.
13. „Und lasse es tief in mich einströmen“
14. Mit den Händen, Fingerspitzen zeigen nach oben, vor dem Körper bis in Brusthöhe sinken, dort die Fingerspitzen nach unten wenden und weiter nach unten sinken.
15. In der Vorstellung sinkt das Licht durch den ganzen Körper bis nach unten.
16. Dann die Hände wieder seitlich neben den Körper in der Ausgangsstellung.

#### **Andere Idee für Impulse zum anleiten:**

Wolkenbilder anzuschauen und erkennen was man in den Wolken für Bilder erkennen kann.

Oder einfach nur dazusitzen und vor sich hinschauen.

Geschenkte Zeiten können auch gerade das Gebet und die Gottesdienste/ Gebetszeiten sein - aber vielleicht sind dir jetzt auch noch gerade viele Gedanken durch den Kopf geflossen - die für dich deine „Geschenkte Zeiten“ sind.

Aktion: Für diese Zeiten - als Symbol binde ein Geschenkband an dein Sandglas.

*Bevor wir uns aufmachen- beten wir*

**Gebet:**

Guter Gott,  
gib mir Zeit,

Zeit, mich auch mal fallenzulassen, Wolkenbilder zu betrachten oder Mandalas zu malen.

Zeit, in der ich mich nicht mit meinen eigenen Problemen beschäftigen muss,

Zeit, um die Natur zu betrachten,

Zeit, um runterzukommen,

Zeit, um abzuschalten. Zeit, um alles um mich herum zu vergessen,

Zeit, in der ich Zeit habe, Zeit für mich.

Amen

## Station 4 Jetzt ist die Zeit- Gute Zeiten - Schlechte Zeiten

**Einstieg:** Lied von „gute Zeiten schlechte Zeiten“

<https://youtu.be/yh9q8KUMj4E>

Liedtext (vorlesen eventuell):

Du hast viele Träume  
Weißt genau wohin du willst  
*Immer auf der Suche*  
Bis du deine Sehnsucht stillst

Ich seh in dein Herz  
Sehe Gute Zeiten, schlechte Zeiten  
Ein Leben, das neu beginnt  
Durch Liebe und Schmerz  
Wird in guten und in schlechten Zeiten  
Dein Schicksal bestimmt

**Gedanken dazu:**

Vielleicht kennst du dieses Intro.....ganz schön abgedroschen. GZSZ.

Aber ja, ich habe viele Ideen, wie mein Leben laufen könnte. Was ich alles machen und erleben will, vielleicht nicht immer DAS ganz klare Ziel, aber Wünsche, Träume und viel Sehnsucht.

Aber um ehrlich zu sein, in meiner Vorstellung, meine Wünsche und Träume beinhalten nur gute Zeiten. Keine Schlechten.

Wie sah dein Leben bis jetzt aus? (*Als Symbol für das Leben wird ein Seil hingelegt*)

Dein Leben von Anfang bis jetzt. (*am Seil markieren Geburt und heute*)

Welche Zeiten gab es?



Wo waren gute Zeiten? (Lebenslinie mit Naturmaterial bestücken symbolisch für Begebenheiten die schön waren, dabei Beispiele nennen: Feste, Haustiere, Freundschaften, Geburt eines Geschwisterchens....)

Wo Schlechte? (genauso. Hier mögliche Beispiele: Verlust einer Person, Umzug, schlechte Noten, Krankheit, Streit)

(Überlegung aus therapeutischer Sicht: ich möchte hier die Teilnehmer\*innen bewusst nicht ins Erleben führen, um mögliche unverarbeitete Erlebnisse nicht zu triggern. Dadurch kommen wir bestimmt nicht so in die Tiefe, aber behalten einen Sicheren Rahmen bei; deswegen bietet sich aus meiner Sicht eher eine praktische Übung zu Resilienz an)

Impuls:

Was tust du, wenn solche schweren Zeiten kommen? Was hilft dir? Was stützt dich?

Gibt es Freunde? Rituale? Einen besonders leckeren Keks? (geht damit ins Gespräch)

Diese Dinge, die wir gerade benannt haben sind wie Werkzeuge, jede:r von uns hat da andere zur Verfügung. Füllt seine Werkzeugkiste mit immer neuen Tools, die sich in den schlechten Zeiten bewährt haben. Im Idealfall haben wir nach und nach ein breites Spektrum an Ideen/Optionen, um zu reagieren, nicht passiv dem ausgeliefert zu sein, was kommt. Manchmal gelingt es uns in Situationen auch nicht. Dann haben wir die Option mit anderen Menschen, vielleicht auch einem Seelsorger:in/Therapeut:en darüber zu reden, im Nachhinein Strategien zu erarbeiten, nach Werkzeugen zu suchen, die beim nächsten Mal helfen können. Sich immer neu zu überlegen, was deine Werkzeuge sind macht Mut nach vorne zu schauen, Zeit zu gestalten. Nimmt Angst. Nehmt euch jetzt die Zeit ganz bewusst die Zeit, eure eigene Toolsammlung anzuschauen. Deine Werkzeuge sind wie Schätze, die deine Lebenszeit leichter machen. Deshalb kannst du auf dein Reagenzglas für jedes Tool Klebepunkte/Sticker/ kleben. (eventuell Zeitangabe, wie lange)

Diese Tools werden übrigens in der Psychologie unter anderem als Resilienzfaktoren bezeichnet. Wobei der Begriff Resilienz allgemein die Fähigkeit des Menschen, außergewöhnliche Anforderungen und schwierige Situationen ohne negative Folgen für die psychische Gesundheit zu bewältigen bezeichnet. Am Anfang der Resilienz - Forschung fanden die Auswirkungen des Glaubens deutliche Beachtung und es wurde deutlich, welche Ressource der Glaube sein kann. Laut dieser Forschung kann Glauben stark machen.

Warum denkst du ist das so?

Hast du das schon einmal erlebt? Hattest du ein Erlebnis bei dem du das Gefühl hattest, Gott trägt dich durch? Greift ein?

(offene Frage an alle; eigenes Erlebnis bereithalten als Anregung)

Gemeinsam wollen wir Auszüge aus dem Psalm 18 lesen, der bestimmt einige Faktoren enthält, die gerade genannt wurden.

### Psalm 18

Ich will dich lieben, Herr, du meine Stärke!

<sup>3</sup>Der Herr ist mein Fels, meine Burg, mein Retter.

Mein Gott ist die Festung, auf die ich vertraue,  
mein Schild, meine Schutzmacht und meine Zuflucht.

<sup>4</sup>»Gelobt sei der Herr!«, rufe ich aus.

Ich bin in Sicherheit vor meinen Feinden.

<sup>5</sup>Stricke, die den Tod bringen, haben mich umschlungen.

Fluten, die Verderben bringen, erschreckten mich.

<sup>6</sup>Mit Stricken der Unterwelt war ich gefesselt.

In Fangnetze des Todes war ich geraten.

<sup>7</sup>In meiner höchsten Not rief ich den Herrn.

Ja, ich schrie um Hilfe zu meinem Gott.

Er hörte mein Rufen in seinem Palast.



Mein Hilfeschrei drang an sein Ohr.

<sup>17</sup>Aus der Höhe streckte er mir die Hand entgegen.

Er packte mich und zog mich aus den Fluten.

<sup>18</sup>Er rettete mich vor dem übermächtigen Feind

und vor denen, die mich mit Hass verfolgten.

Denn sie waren zu stark für mich!

<sup>19</sup>Sie überfielen mich an meinem Unglückstag.

Doch der Herr stand fest an meiner Seite.

<sup>20</sup>Er führte mich hinaus in die Weite, befreite mich aus ihrer Umklammerung.

Denn er hatte mich lieb!

**Abschluss:** Gott würde gerne Teil deines Toolkoffers sein, er bietet dir an mit dir zu gehen. Dich zu begleiten und zu unterstützen, wo du auch hingehst.

**Aktion:** Damit du daran erinnerst wirst, was Gott dir zu sagt, darfst du noch einen Edelstein dazu kleben.

**Gebet:**

Danke Gott, dass du uns begleitest, uns durchträgst.

Öffne uns die Augen für dein Wirken in unserem Leben

und richte unsere Ohren, Augen und Herzen in Schweren Zeiten auf dich aus.

Amen

## Station 5 Jetzt ist die Zeit- Zeit zum Träumen

**Impuls:**

Es ist menschlich, dass wir uns vor allem nach guten Zeiten sehnen, v. a. dann, wenn es uns gerade nicht so gut geht.

In der Bibel hat jemand so einen Traum aufgeschrieben:

Offenbarung 21

<sup>21</sup>Dann sah ich einen neuen Himmel und eine neue Erde. Denn der erste Himmel und die erste Erde sind vergangen, und das Meer ist nicht mehr da. <sup>2</sup>Und ich sah die heilige Stadt: das neue Jerusalem. Sie kam von Gott aus dem Himmel herab – für die Hochzeit bereit wie eine Braut, die sich für ihren Mann geschmückt hat. <sup>3</sup>Und ich hörte eine laute Stimme vom Thron her rufen: »Sieh her: Gottes Wohnung ist bei den Menschen! Er wird bei ihnen wohnen, und sie werden seine Völker sein. Gott selbst wird als ihr Gott bei ihnen sein. <sup>4</sup>Er wird jede Träne abwischen von ihren Augen. Es wird keinen Tod und keine Trauer mehr geben, kein Klagegeschrei und keinen Schmerz. Denn was früher war, ist vergangen.«

**Aktion**

In deinem Heft ist Platz für deinen Traum: Zeichne, male oder schreibe, wie du dir eine traumhaft gute Welt vorstellst.



Dazu eventuell meditative Musik!

Danach Austausch.

### **Impuls**

Und als 2. Schritt die Frage im Plenum:

Was können wir dafür tun, dass unsere Träume von einer guten Welt schon jetzt zumindest teilweise wahr werden?

### **Gebet:**

Herr über Zeit und Ewigkeit,

du hast die Welt gut geschaffen und du willst die Welt und uns zu deinem guten Ziel führen. Zeige uns Wege und Schritte, wie wir schon jetzt deiner neuen Welt näherkommen können, wie wir ein Stück Himmel auf die Erde bringen können.

Amen.

## **Station 6 Jetzt ist die Zeit- meine wertvolle Zeit**

Lied: KV 3x vom Lied „Jetzt ist die Zeit jetzt ist die Stunde“ Box

<https://www.youtube.com/watch?v=eeREVEByUY> hier zur Auswahl was besser gefällt)

<https://www.youtube.com/watch?v=LiA-tdI2fD4>

*Wir sind hier im Schlosspark angekommen. Dort steht beim Gottesdienstort ein Glasbehälter bereit. Meditationsmöglichkeit zum Lied auch als WECHSELGEBET möglich oder wir lassen während der Aktion das Lied noch mal laufen.*

A: Jetzt ist die Zeit, jetzt ist die Stunde.

Heute wird getan oder auch vertan,  
worauf es ankommt, wenn er kommt

**1) Der Herr wird nicht fragen:**

Was hast du gespart,  
was hast du alles besessen?

Seine Frage wird lauten:

Was hast du geschenkt,  
wen hast du geschätzt um meinetwillen?

**2) Der Herr wird nicht fragen:**

Was hast du gewusst,  
was hast du Gescheites gelernt?

Seine Frage wird lauten:

was hast du bedacht,  
wem hast du genützt um meinetwillen?

**3) Der Herr wird nicht fragen:**

Was hast Du beherrscht,  
was hast Du Dir unterworfen?

Seine Frage wird lauten:

Wem hast Du gedient,  
wen hast du umarmt, um meinetwillen?

**4) Der Herr wird nicht fragen:**

Was hast Du bereist,  
was hast Du Dir leisten können?

Seine Frage wird lauten:

Was hast Du gewagt,  
wen hast Du befreit um meinetwillen?

**5) Der Herr wird nicht fragen:**

Was hast Du gespeist,  
was hast Du Gutes getrunken?

Seine Frage wird lauten:

Was hast Du geteilt,  
wen hast du genährt um meinetwillen?

**6) Der Herr wird nicht fragen:**

Was hast Du gegläntzt,  
was hast Du Schönes getragen?

Seine Frage wird lauten:

Was hast Du bewirkt,  
wen hast Du gewärmt um meinetwillen?

**7) Der Herr wird nicht fragen:**

Was hast Du gesagt?

Was hast Du alles versprochen?

Seine Frage wird lauten:

Was hast Du getan,

wen hast Du geliebt um meinetwillen?

**8)** Der Herr wird nicht fragen:

Was hast Du erreicht,

was hast Du Großes gegolten?

Seine Frage wird lauten:

Hast du mich erkannt?

Ich war dein Bruder um deinetwillen!

**Impuls:** Schaut euer Glas (Tageseinteilung vom Beginn) an. Da ging es um die Zeiteinteilung: Wie viel Zeit du mit welchen Tätigkeiten verbringst. Jetzt darfst du es noch einmal neu füllen und anders gewichten: Wie viel Zeit möchtest du wie füllen? Welche Zeiten sind dir besonders wertvoll und soll daher mehr Gewicht haben?

+ Sanduhr -rinnen

+ Geschenkband- geschenkte Zeit

+ Tools auf meinem Glas - Gott und ich und meine Zeit

+ Welchen Traum hast du in dein Pilgerheft gemalt?

Jetzt die Möglichkeit, das Reagenzglas noch mal neu zu füllen:

in die großen Vasen und dann hier noch mal mit der Zeiteinteilung.

-> in Glasbehälter ausleeren und neu füllen, denn am Beginn ging es um Zeiteinteilung nach Stunden und jetzt nach Fülle und Wert der Zeit und gefühlter Zeit

der Ausgeschüttete Sand soll im Eimer gesammelt werden und dann in einer hohen Glasvase im Gottesdienst thematisiert werden. (oder gleich in die Vasen sammeln.

### **Gebet - Alle**

#### **Gott gibt Mut zum Leben (Du musst nicht mehr einsam sein)**

Du musst nicht mehr einsam sein, hoffnungslos und leer.

Gott macht auch dein Leben neu, ist er erst dein Herr.

Er geht mit dir durch die Zeit, lässt dich nicht im Stich.

Er, der deine Sehnsucht kennt, liebt dich väterlich.

Er, der deine Sehnsucht kennt, liebt dich väterlich.

**Ref.:** Gott gibt Mut zum Leben. Er stellt uns auf festen Grund.

Er schließt mit uns einen Bund unter seinem Segen

Deine Angst, die dich so lähmt, die dich isoliert,

ist nicht stärker als der Herr, der dein Leben führt.

### Schwanberg angekommen - Wie geht es weiter?

1. Empfang/Kreuzgang : hier gibt es Wasser/Wein und den Pilgerstempel für den Ausweis oder Pilgerheft

2. Essensstation davor und danach

3. Gottesdienst am Neptun Brunnen dort einfinden - dies ist der offizielle Abschluss.

**Abschluss:**

Am Ende unseres Weges halten wir gemeinsam inne und blicken zurück auf unseren Weg. Wenn möglich, suchen wir einen Ort auf, von dem aus wir ins weite Tal schauen können. Wir nehmen uns Zeit und schauen auf das, was uns auf unserem Weg begegnet ist:

- Menschen, mit denen wir heute gemeinsam unterwegs waren.
- Gespräche, die in uns nachklingen.
- Worte, Sätze, Melodien
- Vorhaben, Vorsätze, meine Zeit....

**Abschlussfoto der Gruppe mit den neu befüllten Reagenzgläser z.b. im Kreis legen ... für Presse**

**Anhang:**

Blatt: Angaben Reagenzgläser: Aber auch im Teilnehmer\*innenheft

Kirchentagslied:

Die Zeit ist jetzt

Jetzt ist die Zeit

Gott gib mir Mut zum Leben : Text

Meine Zeit in deinen Händen!“ <https://www.youtube.com/watch?v=J5OS135bzDk>

Die Zeit ist jetzt: Gebärdensprache: <https://www.kirchentag.de/diezeitistjetzt-dgs>

*Dein Reagenzglas - bestimme deine Zeit!*

Schlaf+Körperpflege+Essen 7+1+2h

Arbeit 8 h + Fahrt dahin 1 h + Hausarbeit/Einkaufen 2h

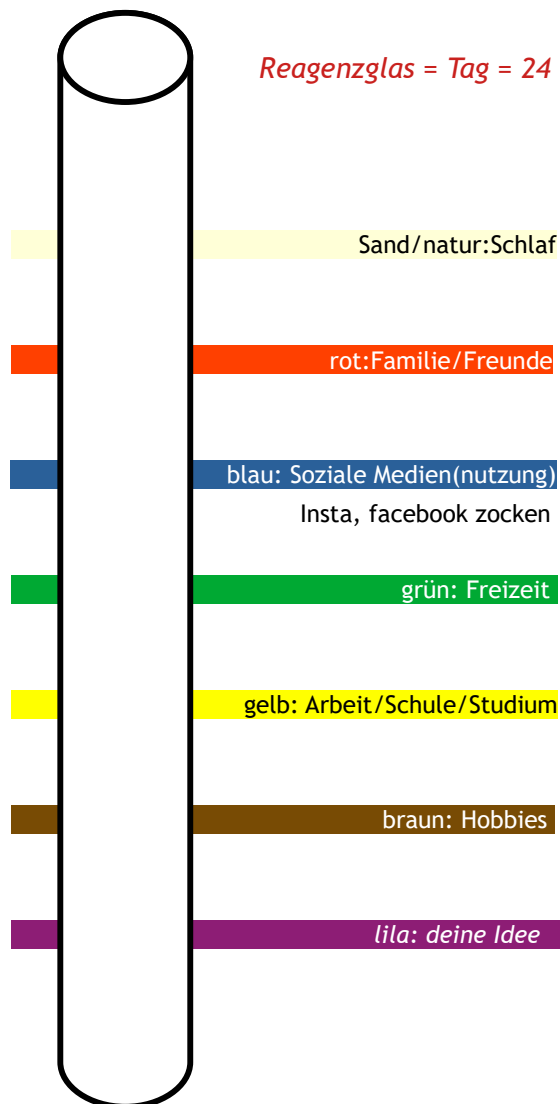
Radio/TV/Handy 2 h

Familie/Freunde 1 h

Freie Zeit ?

*Womit verbringst du deine Zeit?*

*Reagenzglas = Tag = 24 Stunden - Woche*



# 1 Die Zeit ist jetzt

J = 140

Intro

Musical notation for the Intro of 'Die Zeit ist jetzt'. The key signature has one sharp (F#) and the time signature is 4/4. The melody consists of eighth and quarter notes. Chords indicated are Bm, A/C#, D, Em7, D/F#, Gsus2, and A.

Musical notation for the Verse of 'Die Zeit ist jetzt'. The melody continues with eighth and quarter notes. Chords indicated are Bm, A/C#, D, Gsus2, and A.

Verse

Musical notation for the Verse of 'Die Zeit ist jetzt'. The melody continues with eighth and quarter notes. Chords indicated are Bm, A/C#, D, G, Bm, and A.

1. Wa- rum\_ nicht jetzt? Ein kle- nar\_ Mo- ment\_ kann rie- sig sein.  
 2. Le- ben\_ ist jetzt. Wir steh- nend in Hand\_ auch wenn es stürmt.

Musical notation for the Verse of 'Die Zeit ist jetzt'. The melody continues with eighth and quarter notes. Chords indicated are Bm, A/C#, D, G, Bm, and A.

1. Streich\_ was\_ wär\_ wenn ...! Vom Herz- schlag ge- lenkt\_ gehn wir\_ vo- raus.  
 2. Kurs auf\_ Ver- traun, denn Gott sitzt\_ mit uns\_ im sel- ben Boot.

Pre-Chorus

Musical notation for the Pre-Chorus of 'Die Zeit ist jetzt'. The melody consists of quarter notes. Chords indicated are Gsus2, A, and Bm7.

Musical notation for the Pre-Chorus of 'Die Zeit ist jetzt'. The melody continues with quarter notes. Chords indicated are Gsus2, A, and Bm7.

Chorus

Musical notation for the Chorus of 'Die Zeit ist jetzt'. The melody consists of quarter notes. Chords indicated are G, A, Bm7, and A. Includes the instruction 'Echo optional'.

Musical notation for the Chorus of 'Die Zeit ist jetzt'. The melody continues with quarter notes. Chords indicated are A, G, A, Bm7, and A.

Musical notation for the Chorus of 'Die Zeit ist jetzt'. The melody continues with quarter notes. Chords indicated are A, Gsus2, A, Bm7, and A.

Musical notation for the Chorus of 'Die Zeit ist jetzt'. The melody continues with quarter notes. Chords indicated are A, Gsus2, A, Bm7, and A.

Musical notation for the Chorus of 'Die Zeit ist jetzt'. The melody continues with quarter notes. Chords indicated are D/F#, Gsus2, A, Bm7, and A. Includes the instruction 'Fine' and 'Da! al Fine'.

Text (nach Mk 1,15) und Melodie: Ronja Lünz, Judy Bailey, Sam Samba, Timo Becking © bei den Urhebern

**DGS-Video hier scannen!**  
 Das Gebärdensprachvideo zu diesem Lied kannst Du über den QR-Code oder über den Link einsehen:  
[kirchentag.de/diezeitistjetzt\\_dgs](https://www.kirchentag.de/diezeitistjetzt_dgs)

## Jetzt ist die Zeit

The musical score is written in 4/4 time and consists of four systems. Each system has a vocal line and a guitar accompaniment line. The lyrics are written below the vocal line. Chords are indicated above the guitar line.

**System 1:**  
 Chords: C, Dm, G, C, F, G  
 Lyrics: Jetzt ist die Zeit, jetzt ist die Stunde. Heute wird getan, oder auch vertan worauf es ankommt wenn ER kommt

**System 2:**  
 Chords: Am, F, G, C, Am, F  
 Lyrics: 1. Der Herr wird nicht fragen: Was hast du gespart, was hast du alles besessen?

**System 3:**  
 Chords: G, F, G, Am, F, Dm, G, C, G  
 Lyrics: Seine Frage wird lauten: Was hast du geschenkt, wen hast du geschätzt um meinetwillen?

2. Der Herr wird nicht fragen: Was hast Du gewußt,  
 was hast Du Gescheites gelernt? Seine Frage wird lauten:  
 Was hast Du bedacht, wem hast Du genützt um meinetwillen?
3. Der Herr wird nicht fragen: Was hast Du beherrscht,  
 was hast Du Dir unterworfen? Seine Frage wird lauten:  
 Wem hast Du gedient, wen hast Du umarmt um meinetwillen?
4. Der Herr wird nicht fragen: Was hast Du bereist,  
 was hast Du Dir leisten können? Seine Frage wird lauten:  
 Was hast Du gewagt, wen hast Du befreit um meinetwillen?
5. Der Herr wird nicht fragen: Was hast Du gespeist,  
 was hast Du Gutes getrunken? Seine Frage wird lauten:  
 Was hast Du geteilt, wen hast Du genährt um meinetwillen?
6. Der Herr wird nicht fragen: Was hast Du ge glänzt,  
 was hast Du Schönes getragen? Seine Frage wird lauten:  
 Was hast Du bewirkt, wen hast Du gewärmt um meinetwillen?
7. Der Herr wird nicht fragen: Was hast Du gesagt,  
 was hast Du alles versprochen? Seine Frage wird lauten:  
 Was hast Du getan, wen hast Du geliebt um meinetwillen?
8. Der Herr wird nicht fragen: Was hast Du erreicht,  
 was hast Du Großes gegolten? Seine Frage wird lauten:  
 Hast Du mich erkannt, ich war Dein Bruder um deinetwillen?

Text: Alois Albrecht, An der Universität 2, 8600 Bamberg  
 Musik: Ludger Edelkötter erschienen auf der LP IMP 1011  
 - Worauf es ankommt, wenn Er kommt -  
 Rechte: Impulse-Musikverlag Ludger Edelkötter, Drensteinfurt



## Meine Zeit in deinen Händen 26

$\text{♩} = 85-100$

The musical score is written in 3/4 time with a key signature of two flats (B-flat and E-flat). It consists of two systems of music. Each system has a vocal line on a treble clef staff and a piano accompaniment on a bass clef staff. The lyrics are written below the vocal line. The first system ends with a repeat sign. The second system ends with a double bar line and repeat dots. Chord symbols are placed above the vocal line: Cm, Ab, Bb, Eb in the first system; Cm, Bb, Eb, Cm, Ab, Bb, Cm<sup>03</sup> in the second system.

Mei-ne Zeit in dei-nen Hän-den. Mei-ne Zu-flucht, Gott, bist du.

Mei-ne Zeit in dei-nen Hän-den. Mei-ne See-le kommt zur Ruh.

Text: Martin Buchholz. Musik: Rüdiger Glufke. © Text: beim Urheber. © Melodie: Strube Verlag, München

## **Gott gibt Mut zum Leben (Du musst nicht mehr einsam sein)**

**1)** Du musst nicht mehr einsam sein, hoffnungslos und leer.  
Gott macht auch dein Leben neu, ist er erst dein Herr.  
Er geht mit dir durch die Zeit, lässt dich nicht im Stich.  
Er, der deine Sehnsucht kennt, liebt dich väterlich.  
Er, der deine Sehnsucht kennt, liebt dich väterlich.

**Ref.:** Gott gibt Mut zum Leben. Er stellt uns auf festen Grund.  
Er schließt mit uns einen Bund unter seinem Segen

**2)** Deine Angst, die dich so lähmt, die dich isoliert,  
ist nicht stärker als der Herr, der dein Leben führt.  
Seinen Frieden gibt er dir, der nicht von dir weicht,  
der durch Angst und Schmerz und Krieg durch dein Leben reicht  
der durch Angst und Schmerz und Krieg durch dein Leben reicht

**3)** Einen Auftrag gibt dir Gott, der für immer gilt,  
der dein Leben wertvoll macht und mit Sinn erfüllt.  
Leb dein Leben nicht für dich, lebe es für ihn!  
Gott wird durch dich, wo du bist, Segenskreise ziehn.

**Text:** Thomas Eger (1987)

**Melodie:** Thomas Eger (1987)

**Bibelstelle:** Hebräer 13,5-6