



3. Schwanberg-Pilgertag am 23. September 2023

Vorschlag zur Gestaltung der Pilgerwege

erstellt von

Dekanin Kerstin Baderschneider

Sr. Franziska Fichtmüller CCR

Pfarrerin Beate Krämer

Jetzt ist die Zeit! – Inhalt

Am Beginn: Einstimmung – Mit Gottes Segen aufbrechen.....	3
Station 1a: Jetzt ist die Zeit – Meine Zeit!.....	4
Station 1b: Jetzt ist die Zeit – Meine Zeit!.....	5
Station 2: Jetzt ist die Zeit – Zeit vergeht.....	6
Station 3: Jetzt ist die Zeit – einfach da sein!.....	7
Station 4: Jetzt ist die Zeit – Gute Zeiten, schlechte Zeiten.....	10
Station 5: Jetzt ist die Zeit – Ewigkeit.....	13
6. Station: Jetzt ist die Zeit – meine wertvolle Zeit.....	14
Letzte Station: Rückblick – mit Gottes Segen weitergehen.....	15

Empfehlung für die Kurzstrecken: Station 2 **oder** 3 **oder** 4 wählen!

Sie brauchen noch:

- Pilgerhefte, Stifte (falls ein:e Pilger:in keinen dabei hat),
- ggf. Strippe/Band zum Schmücken der Standarte – falls ihr eine mitnehmt
- ggf. Sonnenschutzcreme / Wasserflasche und Becher zum Weitergeben
- Reagenzgläser+Stöpsel und bunten Sand, Klebe-Edelstein oder Goldstift¹, Geschenkband in versch. Farben, Blatt Papier (A5) zur Tüte resp. Trichter rollen oder kl. Trichter
- Eine Sanduhr
- Ein kleines Schälchen, eine kleine Flasche Wasser für die Tauferinnerung
- Wechselgeld
(Pilger:innenstempel-Leporello gibt es im Kreuzgang)

Vorbemerkungen:

Wir haben das Pilger:innen-Du gewählt. Sprecht bitte in der Gruppe an, wie ihr euch anreden wollt. Pilger:innen-Du kann heißen: heute, für diesen Tag sprechen wir uns mit Vornamen und Du an. Wenn wir uns morgen auf der Straße begegnen, ist es wieder das Sie.

Gebet für Gruppenleiter*innen:

Barmherziger Gott.

Du bist da, noch vor all meinem Planen, Denken und Tun.

Schenke mir Deinen Geist, dass er mich leite und führe.

Meine Fähigkeiten und meine Schwächen stelle ich in Deinen Dienst.

Denn Du schenkst das Wollen und das Vollbringen.

Auf Dich vertraue ich.

Amen

(IreneWeinold)

¹ Goldstifte haben wir nicht vorrätig

Am Beginn: Einstimmung – Mit Gottes Segen aufbrechen

Hier geht es um Einstimmen auf Pilgerweg

Wir sammeln uns am Ausgangspunkt unserer Tour. Nach der Begrüßung und Vorstellung der Leiterin/des Leiters kann es eine Vorstellungsrunde geben, in der jede:r Namen und Wohnort nennt und ob es für sie/ihn der erste Pilgertag ist, oder er/sie schon öfter dabei war. Sollte die Gruppe sehr groß sein, besser nur als Begrüßungsspiel „Alle, die ...“ - auf wen etwas zutrifft, meldet sich oder steht auf. (Alle, die zum ersten Mal pilgern/alle, die nicht aus dem Landkreis KT kommen/Alle, die genug Wasser dabei haben/alle, die beim Kirchentag waren ...)

Allg. Informationen, Pilger:innen-Heft ausgeben, Bitte um Beteiligung an den Kosten - Geld einsammeln 5 Euro (wer kann)

Gibt es Fragen?

Einstimmung

Pilgern heißt, sich auf den Weg machen zu einem heiligen Ort, der eine größere Nähe zu Gott verheißt. Die Tradition des Pilgerns zu wichtigen religiösen Zentren gibt es in allen Religionen. Die Erfahrung gläubiger Menschen, auf bestimmten Wegen oder an besonderen Orten die Nähe Gottes in besonderer Weise zu erleben, hat den Jahrtausende alten Brauch des Pilgerns begründet. Pilgern heißt also unterwegs sein.

Die geistlichen Impulse auf unserem Pilgerweg nehmen das Thema des Kirchentages auf: **Jetzt ist die Zeit! (Mk 1,15)**

Gottes heilsame Gegenwart erfahren, die eigene Wirklichkeit in Gottes Licht ansehen, und sich wandeln lassen – dazu bewege uns Gott.

Gebet: Wir machen uns auf den Weg, Gott, Schritt für Schritt.

DIR vertrauen wir uns an.

Segne uns mit Unruhe, die erwartungsvoll auf DICH zugeht.

Segne uns mit Hoffnung, die DICH vor Augen hat.

Segne uns mit Sehnsucht, die gerne aufbricht.

Segne unseren Weg mit DIR.

AMEN.

Liedvorschlag zum Losgehen: Die Zeit ist jetzt (Kirchentagslied) - Pilger:innenheft S. 12

Oder: Schalom chaverim S. 11

Station 1a: Jetzt ist die Zeit – Meine Zeit!

Pilgertag Jetzt ist die Zeit – meine Zeit – von Gott geschenkt – mir geschenkt. Dieser Tag.

Ankommen. Den Ort wahrnehmen. Im Kreis stehen – sich anschauen können. Gemeinsam zuhören.

Am Anfang schuf Gott Himmel und Erde.

Und die Erde war wüst und leer, und Finsternis lag auf der Tiefe; und der Geist Gottes schwebte über dem Wasser.

Und Gott sprach: Es werde Licht! Und es ward Licht.

Und Gott sah, dass das Licht gut war. Da schied Gott das Licht von der Finsternis und nannte das Licht Tag und die Finsternis Nacht. Da ward aus Abend und Morgen der erste Tag.

...

Und Gott sprach: Es werden Lichter an der Feste des Himmels, die da scheiden Tag und Nacht.

Sie seien Zeichen für Zeiten, Tage und Jahre ...

Gen 1, 1-5.14

Unsere Welt, wir selbst – Gottes Schöpfung –

Gott hat seiner Schöpfung eine zeitliche Ordnung gegeben – einen Rhythmus von Tag und Nacht (1.Tag), von Festzeiten, Tagen und Jahren (4. Tag) und von Arbeit und Ruhe (7.Tag).

Gott selbst steht für diese Ordnung ein.

Und wir? Wir leben mitten in dieser Ordnung. Dazu tragen nicht wenige von uns eine Uhr am Handgelenk oder ein Smartphone in greifbarer Nähe.

Wir haben Kalender, die uns das Jahr überschaubar machen. Seit dem Sommer 2022 steht bei einigen von uns der 23.9. – heute – ganz im Zeichen des Schwanberg-Pilgertags.

Datum – wie oft nehmen wir das Wort in den Mund! Datum, das heißt wörtlich aus dem Lateinischen übersetzt: das **Gegebene**.

Jedes Datum, jeder Tag ist mir also gegeben. Ich darf mich jeden Tag und mit jedem Tag als Beschenkte:r fühlen und wissen.

Heute also: Pilgertag. Jetzt ist die Zeit – meine Zeit – von Gott geschenkt – mir geschenkt. Dieser Tag.

Wir kommen hier an.

Lass deinen Blick schweifen. Sieh die Landschaft neben dir und den Himmel über dir. Schau dich um, wer alles mit uns unterwegs ist.

Nimm einen festen Stand ein und nimm deinen Körper bewusst wahr.

Spüre in dich hinein: Dieser Tag – dir geschenkt!

- Worauf freust du dich heute?

- Was bringst du mit? Steckt dir etwas in den Knochen? Schleppest du etwas mit dir herum?

Schau dich um. Gibt es ein Symbol, für das was dich beschwert und für das, worauf du dich freust? Nimm es dir – ein Blatt, ein Stein, eine Blüte,

🕒 Zeit lassen zum Da-Sein (2-5 min)

Zeit für einen kurzen Austausch

Lied: Du schenkst uns Zeit, Strophen 1 + 2 (Pilger:innenheft S. 14)

Station 1b: Jetzt ist die Zeit – Meine Zeit!

Hier geht es um eine Besinnung über meinen „Zeithaushalt“.

Heute: Pilgertag Jetzt ist die Zeit – meine Zeit – von Gott geschenkt – mir geschenkt.

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! Wer auf dem Kirchentag in Nürnberg war, kennt dieses Motto. Dieser kurze Satz stammt aus der Bibel: Im Markusevangelium sind es die allerersten Worte, die Jesus spricht. (1,15)

Heute ist Zeit zum Nachdenken über die Zeit: Welche uns gegeben ist, wie wir sie erleben, was wir mit ihr anfangen.

Zeit ist etwas Rätselhaftes. Sie kann zu kurz sein oder zu lang. Etwas kann zur Un-Zeit passieren. Und dann wieder zur richtigen Zeit. Und das alles, obwohl die Zeit immer gleich schnell vergeht. Und wir jeden Tag neu 24 Stunden Zeit geschenkt bekommen!

Jetzt ist die Zeit – auf meine Zeitverwendung zu schauen. Wie sieht mein Alltag aus?

Großes Reagenzglas zeigen – ein Tag, 24 Stunden, meine Zeit. Jetzt ist es ... Uhr, $\frac{1}{3}$, $\frac{1}{2}$, 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. Und wie sieht es in meinem **Alltag** aus?

Impuls: Meine Zeit – womit verbringst du im Alltag 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 // Zeit für Gott // Hobbys

Dazu: Blatt mit diesen Informationen auf Boden legen (s. Anhang)

Impuls: Womit verbringst du deine Zeit?

S. 2 im Pilgerheft einteilen und beschriften – und dann erst mit dem Sand arbeiten – der Sand lässt sich schlecht korrigieren ☺

Jede:r bekommt ein Reagenzglas – es steht für einen Tag – ein Datum – gegebene und empfangene Zeit – 24 h

Mit dem farbigen Sand könnt ihr jetzt eure Zeiteinteilung in das Glas füllen. Jede Farbe steht für bestimmte Zeitverwendungen

Anmerkung:

Achtung: ganz bis oben füllen, da sich sonst die einzelnen Farben vermischen! **Verschließen.**

Und noch ein Hinweis: zu zweit lassen sich die Gläser leichter füllen ☺

🕒 Zeit lassen (10-15 min)

Impuls: Wie geht es mir, wenn ich mein Zeitröhrchen anschau? – stille Besinnung. (1 min)

Im Weitergehen ist Gelegenheit, sich auszutauschen. Sucht euch ein:e Partner:in, mit der:dem ihr die nächste Wegstrecke miteinander gehen wollt.

Lied: Du schenkst uns Zeit, Strophen 5 + 6 (S. 14)

Station 2: Jetzt ist die Zeit – Zeit vergeht

Hier geht es um das Nachdenken über das Vergehen der Zeit
Zeit fließt – Zeit vergeht – was bleibt?

Stummer Impuls: Sanduhr hochhalten und Verrinnen beobachten.

"Kinder, wie die Zeit vergeht!"

Aus dem Kind ist ein Teenager geworden. Aus der neuen Situation wurde etwas Vertrautes. Aus dem Samen eine Pflanze, die Frucht trägt. Jetzt ist Herbst und in drei Monaten ist Weihnachten und dann ist wieder ein Jahr vorbei. „Kinder, wie die Zeit vergeht!“

Die Zeit läuft. Mit unserem Heranwachsen im Mutterleib ist sie uns eingeschrieben. Wir werden älter, eine Lebensphase löst die andere ab. Wir können das Verrinnen der Zeit nicht aufhalten.

Stummer Impuls: Sanduhr noch einmal umdrehen.

Man kann die Zeit weder sehen noch berühren. Ebenso wenig kann man aus ihr heraustreten. Manchmal würden wir sie gerne anhalten. Und manchmal würden wir gerne an der Zeitschraube drehen, um etwas schneller vergehen zu lassen.

Impuls: *Wie geht es euch mit dem Fließen der Zeit? Hättet ihr die Zeit schon einmal am liebsten angehalten und wann war das? Und in welcher Situation hättet ihr die Zeit gerne vorgedreht?* - Kurzer Austausch (je nach Situation und Gruppengröße entweder in Gesamtgruppe oder als Gespräch zu zweit/zu dritt – ca. 3 min)

Die Zeit fließt. Auch unsere Lebenszeit fließt. Unsere Zeit ist begrenzt. Das macht sie kostbar.

Es gibt zwei verschiedene Herangehensweisen ans Leben:

-> Zettel mit Sätzen „Carpe diem“ und „Memento mori“ und ein leeres Blatt auf den Boden legen und vorlesen s. Anlage

Eine Studentin schreibt im Internet auf der Seite „Gute Frage.net“:

Carpe diem – Genieße/nutze den Tag oder: Memento mori - Bedenke, dass dein Leben begrenzt ist. Demnächst schreibe ich eine Philosophie-Klausur, bei der ich mich auf die beiden obenstehenden Zitate berufen muss. Aber was genau ist denn der Unterschied zwischen den beiden? Im Endeffekt rufen sie doch beide dazu auf, im Jetzt zu leben, etwas aus seinem Leben zu machen um am Ende glücklich sterben zu können und nicht zu bereuen, oder? Warum sind sie als Gegensatz bezeichnet? Das verstehe ich einfach nicht. Könnte mir da bitte jemand helfen?
Vielen Dank! :D

Impuls: *Welcher der Sätze entspricht deiner Lebenseinstellung? Stelle dich zu dem entsprechenden Blatt. Oder siehst du es ganz anders, dann stelle dich zum noch nicht beschriebenen Blatt.*

Tauscht euch in eurer Gruppe jeweils aus: *Was gefällt mir an diesem Satz. Worin besteht für dich der Unterschied zum anderen Satz?*

🕒 Zeit lassen (je nach Gruppengröße 5-10 min)

Möglicher zweiter Impuls: *Bei den Jugendlichen gibt es den Begriff „Löffelliste“ für das, was man unbedingt erlebt oder gemacht haben möchte, bevor man den „Löffel“ abgibt. Denke für dich darüber nach und mache dir gerne Notizen in deinem Pilgerheft (S. 4).*

🕒 Zeit lassen (10 min)

Lied: Meine Zeit steht in deinen Händen (nur Refrain) (S. 13)

Station 3: Jetzt ist die Zeit – einfach da sein!

Hier geht es darum im Augenblick zu sein, Zeit zu haben, und die verinnerlichten Bewertungen wahrzunehmen

Wir kommen an der nächsten Station an und setzen/stellen uns in einen Kreis

Wir lesen gemeinsam (*reihum ein Satz/zwei Sätze, wer nicht mag, gibt weiter*) – *Pilgerheft S. 5*

„Wie Erwachsene in unserer Gesellschaft mit der Zeit umgehen, versteht sich keineswegs von selbst. Das ist jedem vertraut, der mit Kindern zu tun hat. Es ist ein langer Prozess, bis diese nicht nur gelernt haben, die Uhr zu lesen, sondern auch pünktlich zu sein und die Zeit effizient zu nutzen. Im Sinne der Zeitmuster der Erwachsenen trödeln Kinder vielfach, sind vergesslich und oft unpünktlich. Sie träumen gern und schieben Aufgaben vor sich her. Völlig zeitvergessen können sie bisweilen spielen. Die Zeit wird bis zur Sättigung ausgeschöpft. Die effiziente Zeitznutzung der Erwachsenenwelt hingegen ist eine völlig andere. Während wir unseren Alltag anhand abstrakter, gleicher Takte organisieren, die uns die Uhr vorgibt, erleben Kinder die Zeit qualitativ. Nicht die Zeit als abstrakte Größe ist für sie von Bedeutung, sondern das, was in ihr geschieht, gibt dem Zeiterleben die Qualität von erfüllter Kurzweil oder bedrückender Langeweile. [...] Chronometrisch ist jede Stunde 60 Minuten lang, doch die subjektiv erlebte Zeit hängt ganz entscheidend davon ab, ob man diese Stunde auf dem Zahnarztstuhl oder im Kinossessel verbringt.“

Quelle: <https://www.friedrich-verlag.de/religion/mensch/zeit-in-schule-und-religionsunterricht-4175>

Leiter:in liest im Pilgerheft weiter: Und dann muss man ja auch Zeit haben, einfach dazusitzen und vor sich hinzuschauen.

Impuls: *Wenn du diesen Satz hörst, was geht dir da als erstes durch den Sinn? Bitte schreibe alles dazu, was in dir dazu an Stimmen ist.*

 *kurz Zeit lassen (2 min)*

Dann in der Gruppe zusammen kommen und Stimmen laut werden lassen. Ggf. in zwei Kleingruppen gehen, so dass jede:r etwas sagen kann

Zusammenfassen: Voraussichtlich ist „Nichts-Tun“ negativ bewertet – „Eltern-Ich-Stimmen“

Dieser Satz ist übrigens von Astrid Lindgren.

Wenn wir in der Bibel schauen, hat Jesus sich selbst Ruhepausen gegönnt und auch seine Jünger in die Ruhe geschickt:

Mk 6,30f.: Die Apostel versammelten sich wieder bei Jesus und berichteten ihm alles, was sie getan und gelehrt hatten. Da sagte er zu ihnen: Kommt mit an einen einsamen Ort, wo wir allein sind, und ruht ein wenig aus!

Es tut gut, einen Moment nichts zu tun.

Meditative Körperübung:

(geht im Stehen und auch im Sitzen, bei Sitzenden entsprechend den Text ändern)

Stellt euch aufrecht hin, die Füße etwa hüftbreit – spürt eure Fußsohlen in euren Socken oder die Sohle eurer Schuhe – darunter weiß ich die Erde, Mutter Erde, die uns trägt

Dann geh ich mit meiner Aufmerksamkeit von den Fußsohlen über die Knöchel zu meinen Unterschenkeln, wandere weiter zu meinen Knien. Da kann ich – ganz leicht – die Knie beugen, spüren – ah ja, meine Knie! Vielleicht zwickt es ein bisschen, vielleicht geht es ganz leicht – so wie es ist, ist es okay. (ein wenig in den Knien wippen)

Und dann wandere ich weiter mit meiner Aufmerksamkeit in die Oberschenkel und in mein Becken.

Dann nehme ich meine Hände dazu, lege eine Hand auf den Unterbauch, die andere auf mein Kreuzbein – wenn ich da gut rankomme. Sonst lege ich beide Hände auf den Unterbauch. Und dann kann ich leise mein Becken kreisen – nach rechts, nach vorn, nach links, nach hinten. Nur das Becken kreisen, der Oberkörper bleibt, wo er ist. Ganz leichtes Kreisen – und spüren: Ah, meine Körpermitte! Ich lass die Kreise etwas größer werden und dann wieder kleiner, bis mein Becken wieder zur Ruhe kommt. Ich lasse meine Hände sinken.

Und wandere mit meiner Aufmerksamkeit weiter das Kreuzbein entlang, die Wirbelsäule nach oben. Meine Lendenwirbelsäule ist leicht nach vorn geneigt, die Brustwirbelsäule wölbt sich ein wenig nach hinten oder auch ein bisschen mehr,

dann komme ich zu meiner Halswirbelsäule und der vorletzte Wirbel, der hat so einen schönen Fortsatz – als ob ich meine Daumen nach oben nehme – und da sitzt mein Schädel drauf.

Und da kann ich meinen Kopf ganz leicht nach rechts und nach links drehen – so wie es für mich angenehm ist, drehen, und dann auch nach vorn nicken – wie ein Ja – und nach hinten – einfach spüren – diese Verbindung, die einfach da ist, ohne dass ich dafür etwas tun muss.

Und dann gehe ich zu meinem Schultergürtel zurück, nach rechts und nach links zu meinen Schultern und fange an sie ganz leicht nach hinten zu kreisen, kleine Kreise, so wie es mir angenehm ist. Ganz leicht – und spüren. Vielleicht ist alles ein bisschen fest, vielleicht auch locker – so wie es ist, ist es in Ordnung.

Dann lasse ich die Schultern wieder zur Ruhe kommen und wandere mit meiner Aufmerksamkeit hinunter zu den Armen, zum Ellenbogen, zum Handgelenk und fange an, meine Hände im Handgelenk zu drehen –

dann nehme ich meine Daumen wahr, bewege ihn, meine Zeigefinger, meine Mittelfinger, die beiden Ringfinger, meine kleinen Finger. Dann drehe ich nochmal meine Hände und von da aus fange ich an meinen ganzen Körper zu bewegen, die Arme, die Schultern und den ganzen Körper – so wie es sich grade entwickelt – jede auf ihre Weise – und rekele mich und strecke mich und versuche einen Apfel zu pflücken ... dann kommt vielleicht ein Gähnen...

und dann spüre ich: Ich bin da. Getragen von der Erde und über mir der Himmel, um mich herum die Menschen, die Bäume. Ich inmitten der ganzen Schöpfung – da – geschenktes Leben. – Stille

–

Und dann setze ich mich hin und bin einfach da und schaue in die Luft

Impulse für die Integration in den Alltag:

- Wartezeit als geistliche Übung (Warteschlange beim Einkaufen, Stehen im Stau, jemand kommt zu spät zu einer Verabredung, ...) – auch Wartezeiten können solche geschenkten Zeiten sein
- Zeit haben - einfach mal Zeit haben, „Holy minutes“, Zeit für „Nichts“, sinnfrei ohne Bewertung, sich Zeit nehmen und fallen lassen im nichts-Tun oder im Tun
- Gebet, Gebetszeiten, Gottesdienste und Sonntage sind geschenkte Zeiten für „nichts Müssen – einfach Sein“

Aktion: Als Erinnerung für die Holy Minutes gebe ich euch ein Geschenkband. Binde es als Symbol für geschenkte Zeit um das Sandglas!

Lied: Meine Zeit in deinen Händen (Kirchentag 2023) - Pilger:innenheft S. 11

Station 4: Jetzt ist die Zeit – Gute Zeiten, schlechte Zeiten

Hier geht es um schwierige und schöne Zeiten in meinem Leben – um Dankbarkeit und Vertrauen, dass ich auch in schweren Lebensphasen „in Gottes Händen“ bin

Eine neue Station: Gute Zeiten und schlechte Zeiten. Menschliches Leben ist vielseitig. Wir werden geboren und sterben, wir erleben großes oder kleines Glück und auch manches Unglück. Mal sind wir gesund, mal krank. Zunächst wachsen wir heran, spüren unsere Kraft, bauen etwas auf und irgendwann lässt unsere Lebenskraft nach.

Im biblischen Buch Hiob geht es genau darum. Gläubige wenden sich mit ihrem Dank an Gott, wenn ihnen etwas Gutes geschieht, und bitten Gott um Hilfe und Trost, wenn sie schwere Zeiten durchleben oder sie klagen Gott ihr Leid.

Das heißt auch, Glück ist für sie nicht selbstverständlich und Unglück interpretieren sie nicht automatisch als Abwesenheit von Gott.

Gott ist uns nahe, will Gutes für uns und alles – unsere gesamte Lebenszeit und all die unterschiedlichen Zeiten darin – liegen in Gottes Hand.

Meine Zeit steht in deinen Händen - so heißt es in Ps. 31

Eine andere Übersetzung: Meine Zeiten stehen in deinen Händen.

Ich weiß mich mit meiner Zeit – meiner Lebenszeit, meinen unterschiedlichen Zeiten – in Gottes Händen.

Impuls: Mein Leben mit hellen und dunklen Zeiten

Im Pilger:innenheft auf S. 6 seht ihr ein aufgezeichnetes Reagenzglas. Es steht für das Jahr 2023. Wir haben heute den 23.9., $\frac{3}{4}$ des Jahres haben wir schon gelebt. $\frac{1}{4}$ liegt vor uns. Wie war die vergangene Zeit für dich?

Ihr könnt die Monate mit Stiften dunkler malen oder hell lassen, je nachdem, wie das Jahr für euch bisher gewesen ist. Und ihr könnt Ereignisse des Jahres notieren, die euch in diesem Zusammenhang einfallen.

Wie war das Jahr bisher – im Januar, Februar, März u.s.w. bis jetzt, im September?

 Zeit lassen (~10-15 min)

Wir beten miteinander (in euren Heften auf S. 7)

Gebet:

In deine Hände lege ich meine Zeiten,
alles, was war.
An dein Herz lege ich meinen Schmerz
und meine Trauer über das Vergangene.
In der Stille bringe ich vor dich, was mich besonders bewegt.
-Stille-

Ich berge mich in dir, beziehungsreicher Gott, mit meinen Fehlern
– wo ich mir selbst untreu geworden bin, wo ich andere verletzt habe
– nahe Menschen und die Schöpfung.
In der Stille bringe ich vor dich, was mich besonders bewegt.
-Stille-

Unter deinen Mantel lege ich meinen schutzlosen Leib,
meine verwundete Seele, meinen angefochtenen Geist.
In deine Hände lege ich meine Freude, das Gelungene,
meine Freunde, mein ganzes Leben.
In der Stille bringe ich vor dich, was mich besonders bewegt.
-Stille-

Danke, dass du bist. Danke, dass ich alles in dir bergen kann.
Du verwandelst Trauer in Freude,
du gehst mit mir, mit uns, mit deiner ganzen Schöpfung.
Dir – du Gott des Lebens – vertrauen wir,
stärke unser Vertrauen.
Das bitten wir im Namen Jesu, unseres Bruders und Meisters,
AMEN.

Lied: Meine Zeit in deinen Händen (Pilger:innenheft S. 11)

Bild noch mal betrachten und das Psalmwort hören (Ps 31 s.u.)

Ich, HERR, vertraue auf dich! Ich sage es und halte daran fest: »Du bist mein Gott!« Alle Zeiten meines Lebens sind in deiner Hand.
(Ps 31, 15-17a, NGÜ)

Ihr könnt jetzt dieses Gehalten-Sein von Gott, die Begleitung und Halten durch/ mit Gott darstellen. Dazu erhaltet ihr jetzt einen Edelstein, den ihr aufkleben könnt
(alternativ ginge auch ein Goldstift – nicht mitgeliefert – und ein gemaltes Symbol z. B. Kreisel, Herz, Hand, Punkt o.ä. - die Dicke der Striche kann ein Ausdruck der Nähe oder Ferne von Gott sein)

Die Kanadierin Margaret Fishback Powers beschreibt in dem Buch „Spuren im Sand“ einen Traum, in dem sie nachts mit Gott am Strand entlang geht.

Dabei wird sie an Erlebnisse aus ihrem Leben erinnert, die wie Bilder an ihrem inneren Auge vorüberziehen. Zu jedem Bild entdeckt sie eine Fußspur im Sand. Auffällig ist, dass es einmal die Abdrücke von zwei Fußpaaren waren und dann wieder nur von einem Paar. Irgendwann stellt sie verunsichert fest, dass immer dann, wenn sie unter Angst, Sorge oder dem Gefühl des Versagens litt, nur die Abdrücke von einem Fußpaar zu sehen sind. Und so wendet sie sich mit einer Frage an Gott: „Herr, du hast mir versprochen, du würdest immer mit mir gehen, wenn ich dir nur vertrauen würde. Ich habe aber festgestellt, dass gerade in den Zeiten meiner schwierigsten Lebenslagen nur eine Fußspur im Sand zu sehen war. Wenn ich dich nun am dringendsten brauchte, warum warst du dann nicht bei mir?“ Da antwortet ihr Gott, der Herr: „Immer dann, mein Kind, wenn du nur ein Fußpaar im Sand gesehen hast, habe ich dich getragen.“

Wir gehen langsam und in Ruhe weiter.

Station 5: Jetzt ist die Zeit – Ewigkeit

Als Christ:innen stehen wir mit einem Fuß in der Ewigkeit – wir gedenken unserer Taufe

Wir haben viel über die Zeit nachgedacht. Sie fließt dahin, wir können sie nutzen und vergeuden, und nehmen unsere Zeit aus Gottes Hand. Doch die Bibel kennt nicht nur die Zeit, sondern auch die Ewigkeit.

„Gott hat Ewigkeit in unser Herz gelegt“, so heißt es im Buch Prediger (Pred 3,11).

Und im Neuen Testament sagt Jesus: „Wer an mich glaubt, der hat das ewige Leben.“ (Joh 6,47)

Ewigkeit im Sinne der Bibel bedeutet keine endlos verlängerte Zeit, sondern das, was Bestand hat, was Zeit und Raum enthoben ist. Der Theologe **Paul Tillich** schrieb: **„Der Gedanke der Ewigkeit muss gegen zwei falsche Deutungen geschützt werden. Ewigkeit ist weder Zeitlosigkeit noch Endlosigkeit der Zeit.“**

Ewiges Leben bedeutet Leben mit dem ewigen Gott, Leben in Fülle, Anteil haben an seiner Ewigkeit. Das Ewige kommt nicht nur am Ende des Lebens, nicht nur jenseits der Zeit, sondern das Ewige ist im Jetzt.

„Ewiges Leben ist darum nicht die endlose Dauer nach dem Tod (das wäre ja die Hölle), sondern ist die Teilhabe an dem Ewigen, aus dem unser zeitliches Leben kommt und in welches es zurückkehrt. Man muss Ewigkeit hier und jetzt erfahren.“

Habt ihr den Taufstein in eurer Kirche vor Augen? Manchmal besteht er aus acht Ecken. Die Zahl 8 symbolisiert in unserer christlichen Tradition die Vollendung und den Neuanfang: Nach den 7 Schöpfungstagen beginnt mit der Auferstehung Christi eine neue Schöpfung. So ist die Taufe der Anfang eines neuen Lebens, das nicht mehr nur an Zeit und Raum, sondern an Christus gebunden ist. Er hat den Tod überwunden und schenkt uns Leben, das nicht vergeht.

Lasst uns an unsere Taufe erinnern:

Tauferinnerung feiern

Wasser in kleines Schälchen füllen

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

Dein Leben verweht nicht wie Staub, es ist mit der Ewigkeit Gottes verbunden. Gott hat deinen Namen in der Taufe ins Buch des Lebens und in sein Herz geschrieben. Sag deinen Namen einmal laut.

- Nennen lassen –

Dein Name steht für dein Leben, für deine Geschichten und Gedanken, für krumme und gerade Wege, für Liebenswertes und Verhärtetes. In der Taufe hat Gott auch zu dir gesagt: Fürchte dich nicht, ich habe dich erlöst, ich habe dich bei deinem Namen gerufen, du bist mein.

Als Erinnerungszeichen an dieses Versprechen zeichne ich (die Leiterin/der Leiter) das Wasserkreuz - auf die Stirn oder in die Handfläche. Dazu sage ich: „Name, Du gehörst zu Jesus Christus.“ Wer nicht getauft ist oder nicht an der Tauferinnerung teilnehmen möchte, kann sich segnen lassen. Dazu bitte ein Zeichen geben. Und als Segnung: „Name, der Segen Gottes komme über dich und bleibe bei dir, heute und alle Tage deines Lebens.“ (oder ein Segenswort eigener Wahl)

Danach: Fürchte dich nicht, ich habe dich erlöst, ich habe dich bei deinem Namen gerufen, du bist mein. Wir halten einen Augenblick Stille.

Lied: Bei Gott bin ich geborgen (Heft S. 15) oder Lobe den Herrn meine Seele (Kanon) – S. 14

6. Station: Jetzt ist die Zeit – meine wertvolle Zeit

Wir kommen in den Schlosspark. Dort steht beim Gottesdienstort ein Glasbehälter bereit

Bei dieser Station habt ihr die Möglichkeit, das Reagenzglas noch mal neu zu füllen:

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

-> in Glasbehälter ausleeren und anschließend mit frischem Sand neu füllen und verschließen

*Text (Leiter*in liest die Strophen, den Refrain alle – Pilger*innenheft S. 10)*

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.

Alle: 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

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

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.

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

-> Foto von den zusammengelegten Reagenzgläsern machen

Lied: evtl. Bewahre uns Gott – S. 15

Letzte Station: Rückblick – mit Gottes Segen weitergehen

ein paar Meter weiter gehen:

Wir stellen uns in einen Kreis und blicken noch einmal auf den Tag zurück:

Was nehme ich mit?

Wie geht es mir?

Kurze Stille, dann reihum, wer etwas sagen will...

Mit dem Lied Schalom chaverim ziehen wir hinauf zur Kirche. Im Kreuzgang werden wir von Schwestern mit Wein und Wasser empfangen.

Pilgerstempel abholen – im Kreuzgang, dort gibt es auch das Pilgerurkundenleporello für die, die das erste Mal dabei sind

Wichtiger Hinweis: Die Pilger:innenhefte bitte mit in den Gottesdienst nehmen. Die Standarten kommen mit zum Gottesdienst und können an die Steinwand (hinter und seitlich vom Altar) gestellt werden.

Lied: Schalom Chaverim – Pilgerheft S. 11 *auf dem Weg zum Kreuzgang singen*

Mögliche Segensworte

Die Ewige, unser Gott, halte IHRE schützende Hand über dich,
ER stärke dich in der Gewissheit, dass Du SEIN bist,
eingewoben in den Bund SEINES/IHRES Lebens,
SIE stärke Dein Herz,
erleuchte Deinen Verstand,
erfülle Deine Seele mit hellem Licht
und Dein Wollen mit Klarheit und Kraft –
dass Du auf Friedenspuren Deinen Weg gehst, den Er dir weist
und du in Freude leben kannst.
So segne dich der ewige und barmherzige Gott,
Vater, Sohn und Heiliger Geist.

Segnen heißt,
die Hand auf etwas legen und sagen:
Du gehörst trotz allem Gott.
So tun wir es mit der Welt,
die uns solches Leid zufügt
Wir verlassen sie nicht.
Wir verwerfen, verachten, verdammen sie nicht,
sondern wir rufen sie zu Gott.
Wir geben ihr Hoffnung,
wir legen die Hand auf sie und sagen:
Gottes Segen komme über dich.

Wir haben Gottes Segen empfangen
im Glück und im Leiden.
Wer aber selbst gesegnet wurde,
der kann nicht mehr anders
als diesen Segen weitergeben,
ja, er muss dort, wo er ist,
ein Segen sein.
Nur aus dem Unmöglichen
kann die Welt erneuert werden,
dieses Unmögliche ist der Segen Gottes.

Dietrich Bonhoeffer am 8.6.1944 DBW 8, 675

Carpe diem

Genieße/nutze den Tag

Memento mori

Bedenke, dass dein Leben

begrenzt ist

Schlaf+Essen+Körperpflege – ocker

Schule/Arbeit/Hausarbeit – gelb

Familie/Freunde – rot

Hobbys – braun

soziale Medien/TV – blau

zur freien Verfügung/Zeit für Gott – grün

Deine Idee - lila

Platz für deine Lebenseinstellung