

Rauszeit für mich – für uns – Teil 22 (Pastor Stephan Massolle, Beverungen, 06.04.2020)
In Schriftfarbe „orange“ die Ergänzungen/Ersetzungen zum Teil 1 bis 21!

In den nächsten Tagen wird es gegen Abend neue Rauszeiten geben mit anderen Musikvorschlägen und Psalmengebeten, gerne können mir Vorschläge geschickt werden! Suche Dir einen ruhigen Raum ohne viele Störquellen. Zünde eine Kerze an, die Beobachtung der Flamme kann helfen ruhig zu werden! Oder Du kannst einfach die Augen schließen, um stiller zu werden. Und wisse Dich verbunden mit denen, die auch die „RausZeit – für mich – für uns –“ genießen!

In der Karwoche werde ich immer statt dem Psalm ein Teil der Passionsgeschichte als Betrachtungsbibeltext anbieten. Aus dem langen Text der Passion wird also fortlaufend ein Teil davon betrachtet. Jede/r kann aber auch sich ein Psalm auswählen, aus den vergangenen RausZeiten bzw. jeden anderen der 150 Psalmen zur Besinnung aussuchen.

Zur Einstimmung hören: Meditationsmusik, die Du magst oder z. B:

„**André Massoli: Jesus, dein Licht**“

(Trotz der Namensähnlichkeit, kenne ich den Solisten nicht)

<https://www.youtube.com/watch?v=RGt0lcn0Zn4>

Einführung

Diese 20 Minuten sollen getragen sein von Stille, geprägt von Ruhe, erfüllt mit Frieden im Herzen. Darum darfst Du einfach nur sein und die ganze Zeit genießen.

Auch wenn du das Vater Unser gebetet wird, bitte ich Dich, es langsam zu lesen, statt es auswendig zu sagen, und einfach mal diese Worte mehr zu beachten und wirken zu lassen.

Am Ende steht der Segen.

Wer möchte kann auch den Rauszeit-Dialog, der hier aufgeführt ist, weiterhin immer mal wieder zur Hand nehmen und so sich und Gott Zeit gönnen, oder die ganze RausZeit wiederholen. Über eine Rückmeldung zu diesem Angebot würde ich mich sehr freuen.

RausZeit-DiaLog

*Zum Nachdenken kann Musik helfen, z.B. Meditationsmusik (ca. 5 min lang), die Du magst oder z.B.: „O’Neill-Brothers: **Fire in Love**“*

(Hier kommt kein neuer Vorschlag, wegen der Vertrautheit mit der Musik!)

https://www.youtube.com/watch?v=rAzLvfhV_Rc

Währenddessen beschäftige Dich mit diesen Fragen und Aussagen, lass Dir Zeit. Vor allem die drei Sätze am Beginn, die dreimal wiederholt werden, sollen dir helfen ruhig zu werden!

Gott, ich komme zu Dir,

hilf mir Dich zu finden und auf meinen Tag mit Liebe und Geduld zurückzublicken. Ich bin mit allen meinen Gedanken hier, ich will sie mit Dir ordnen und anschauen.

Gott, ich will mit Dir sprechen.

Gott, ich will mit Dir sprechen.

Gott, ich will mit Dir sprechen.

Gott, ich schicke Dir meine Gedanken.

Gott, ich schicke Dir meine Gedanken.

Gott, ich schicke Dir meine Gedanken.

Gott, ich öffne Dir mein Herz.

Gott, ich öffne Dir mein Herz.

Gott, ich öffne Dir mein Herz.

Guter Gott hilf mir,

mich und meinen Tag heute mit offenen Augen und Ohren wahrnehmen zu können. Ich bringe Dir, was mich jetzt bewegt und berührt von dem, was ich heute erlebt habe.

Dein liebevoller Blick auf mich erinnert mich daran,
selbst mit Liebe zurückzublicken:

- wie ich anderen Menschen begegnet bin.
- welche Stellung Du, Gott, für mich hattest.
- wie ich mit mir selbst umgegangen bin.

Ich blicke hin:

- wo ich Ermutigung bemerkt habe.
- wo ich Trost entdeckt habe.
- wo ich Hoffnung er- und gelebt habe.

Ich erinnere mich,

- wo ich Misstrauen gefunden u. gestreut habe.
- wo ich Angst gespürt habe.
- wo ich Entmutigung empfunden habe.

Wie im Gespräch mit einem guten Freund:

- Bringe ich Dir meine Bitten.
- Sage ich Dir meinen Dank.
- Trage ich zu Dir meine Klage.
- Preise ich Dich durch mein Lob.

Passion: Joh 18,1 – 19,42

Das Leiden unseres Herrn Jesus Christus nach Johannes.

Die Verhaftung Jesu (Teil 1: Montag)

- ^{18, 1}Jesus ging mit seinen Jüngern hinaus,
auf die andere Seite des Baches Kidron.
Dort war ein Garten; in den ging er mit seinen Jüngern hinein.
- ²Auch Judas, der ihn auslieferte, kannte den Ort,
weil Jesus dort oft mit seinen Jüngern zusammengekommen war.
- ³Judas holte die Soldaten
und die Gerichtsdienere der Hohepriester und der Pharisäer
und kam dorthin mit Fackeln, Laternen und Waffen.
- ⁴Jesus, der alles wusste, was mit ihm geschehen sollte,
ging hinaus und fragte sie: Wen sucht ihr?
- ⁵ Sie antworteten ihm: Jesus von Nazaret.
Er sagte zu ihnen: Ich bin es.
Auch Judas, der ihn auslieferte, stand bei ihnen.
- ⁶Als er zu ihnen sagte: Ich bin es!,
wichen sie zurück und stürzten zu Boden.
- ⁷Er fragte sie noch einmal: Wen sucht ihr?
Sie sagten: Jesus von Nazaret.
- ⁸Jesus antwortete: Ich habe euch gesagt, dass ich es bin.
Wenn ihr also mich sucht,
dann lasst diese gehen!
- ⁹So sollte sich das Wort erfüllen, das er gesagt hatte:
Ich habe keinen von denen verloren, die du mir gegeben hast.
- ¹⁰Simon Petrus, der ein Schwert bei sich hatte, zog es,
traf damit den Diener des Hohepriesters
und hieb ihm das rechte Ohr ab;
der Diener aber hieß Malchus.
- ¹¹Da sagte Jesus zu Petrus: Steck das Schwert in die Scheide!
Der Kelch, den mir der Vater gegeben hat – soll ich ihn nicht trinken?

Zum Innenhalten: Meditationsmusik, die Du magst oder z.B:

Vorschlag für die 4. Woche (dasselbe wie in der 2.): „O‘NeillBrothers: On Eagle's Wings“

https://www.youtube.com/watch?v=K3s0_ucQqsE

Lesen wir das **Vater unser:**

**Vater unser im Himmel,
geheiligt werde dein Name.
Dein Reich komme.
Dein Wille geschehe,
wie im Himmel so auf Erden.
Unser tägliches Brot gib uns heute.
Und vergib uns unsere Schuld,
wie auch wir vergeben unsern Schuldigern.
Und führe uns nicht in Versuchung,
sondern erlöse uns von dem Bösen.
Denn dein ist das Reich und die Kraft
und die Herrlichkeit in Ewigkeit. Amen.**

Segen

Es begleite mich die Kraft, die Stille und das Licht Gottes, so segne mich, alle die mir am Herzen liegen und denen ich am Herzen liege: der friedenschenkende Gott:

der Vater und der Sohn und der Heilige Geist. Amen.

Zum Ausklang: Meditationsmusik, die Du magst oder z.B.:

„Der Herr ist mein Licht und mein Heil (PSALM 27)“

<https://www.youtube.com/watch?v=dsWMKNiL5mM>