

## Couch-Gebet

Material:

Eine Kerze  
Ein Smartphone  
Eine Bibel  
Ein Kreuz

**Musik – ganz nach Geschmack, z.B. vom Smartphone, CD...**

### **Eingangswort**

Am Anfang,  
als alles noch dunkel war, sprach Gott: Es werde Licht. Und es ward Licht.

*Kerze entzünden*

Am Anfang,  
als alles lautlos war, war das Wort bei Gott. Und was Gott war, war im Wort.

*Bibel zur Kerze stellen*

Als die Zeit erfüllt war, sandte Gott seinen Sohn. Er kam zu uns.  
Er wurde einer von uns.

*Kreuz hinstellen/legen - wenn nicht vorhanden, kann man es leicht mit zwei  
länglichen Gegenständen improvisieren ☺*

Wir beginnen/beenden/pausieren diesen Tag im Namen Gottes des Vaters, des  
Sohnes und des Heiligen Geistes.

### **Psalm 139 – im Wechsel oder ganz (A: Alle, V: einer)**

V: Herr, du erforschest mich und kennest mich.

A: Ich sitze oder stehe auf, so weißt du es; du verstehst meine Gedanken von  
ferne.

V: Ich gehe oder liege, so bist du um mich und siehst alle meine Wege.

A: Denn siehe, es ist kein Wort auf meiner Zunge, das du, Herr, nicht schon  
wüsstest.

V: Von allen Seiten umgibst du mich und hältst deine Hand über mir.

A: Diese Erkenntnis ist mir zu wunderbar und zu hoch,  
ich kann sie nicht begreifen.

V: Wohin soll ich gehen vor deinem Geist,  
und wohin soll ich fliehen vor deinem Angesicht?

A: Führe ich gen Himmel, so bist du da;  
bettete ich mich bei den Toten, siehe, so bist du auch da.

V: Nähme ich Flügel der Morgenröte und bliebe am äußersten Meer,

A: so würde auch dort deine Hand mich führen und deine Rechte mich halten.

**Lied, z.B. Laudate omnes gentes oder andere Lieder z.B. aus Taize (auf Youtube zu finden und hei [www.taize.fr](http://www.taize.fr))**

**Z.B.: <https://www.youtube.com/watch?v=BdJKEmlZmns> (Nada te turbe)**

**Lesung: Gen 28, 10-13.15-19.22**

*Auszüge aus der Geschichte von der Himmelsleiter –*

Aber Jakob zog aus von Beerscheba und machte sich auf den Weg nach Haran und kam an eine Stätte, da blieb er über Nacht, denn die Sonne war untergegangen. Und er nahm einen Stein von der Stätte und legte ihn zu seinen Häupten und legte sich an der Stätte schlafen. Und ihm träumte, und siehe, eine Leiter stand auf Erden, die rührte mit der Spitze an den Himmel, und siehe, die Engel Gottes stiegen daran auf und nieder. Und der HERR stand oben darauf und sprach: **Siehe, ich bin mit dir und will dich behüten, wo du hinziehst, und will dich wieder herbringen in dies Land. Denn ich will dich nicht verlassen, bis ich alles tue, was ich dir zugesagt habe.** Als nun Jakob von seinem Schlaf aufwachte, sprach er: Fürwahr, der HERR ist an dieser Stätte, und ich wusste es nicht! Und Jakob stand früh am Morgen auf und nahm den Stein, den er zu seinen Häupten gelegt hatte, und richtete ihn auf zu einem Steinmal.

**Lied: Bewahre uns Gott – zu finden im Netz... (wie alles)**

**Z.B.: [https://www.youtube.com/watch?v=fKV7ki7\\_zGE](https://www.youtube.com/watch?v=fKV7ki7_zGE)**

**Ansprache: Erinnerungstücke –**

Ich habe einen Stein. Es ist ein ganz normaler Stein. Nicht besonders groß, auch nicht super schön. Wie viele andere Steine auch. Für andere ist er ohne besondere Bedeutung. Aber für mich hat er eine ganz besondere Bedeutung. Wenn ich ihn mir ansehe, dann höre ich das Meer rauschen. Dann sehe ich die Wolken am Strand von Dänemark und ich sehe meine kleine Tochter, wie sie im Sand spielt. Diesen Stein hat sie gefunden und wollte ihn unbedingt mitnehmen. Dieser Stein ist für mich ein wertvolles Erinnerungsstück, weil er mich an schöne Tage an der Nordsee erinnert – als wäre es gestern gewesen.

Was sind die Erinnerungsstücke, mit denen wir durch das Leben gehen? Die vielleicht jetzt besonders in den Blick geraten, wo wir im Haus ausharren müssen? Es kommt eine Menge zusammen in einem Leben... Schön finde ich dazu das Lied von Silbermond, „Leichtes Gepäck“:

Eines Tages fällt dir auf,  
dass du 99% nicht brauchst.

Du nimmst all den Ballast  
und schmeisst ihn weg,  
Denn es reist sich besser,  
mit leichtem Gepäck.

Du siehst dich um in deiner Wohnung,  
Siehst ein Kabinett aus Sinnlosigkeiten.  
Siehst das Ergebnis von kaufen  
und kaufen von Dingen,  
von denen man denkt  
man würde sie irgendwann brauchen.

Aber was brauche ich wirklich? Der Stein meiner Tochter? Wirklich? Als wir vor einigen Jahren hierher umgezogen sind, hat sie ihn mir noch einmal auf den Tisch gelegt:

„Guck mal - ein Herz.“ „Wie Herz?“ Ich habe es erst gar nicht begriffen. Doch sie hat recht. Der Stein hat deutlich eine Herzform. Und so habe ich ihn wirklich ins Gepäck gelegt! Und er erinnert mich gerade in dieser wirren Zeit an die Liebe, die

uns trägt. Liebe kann man nicht sehen. Aber das Herz, dieser Stein, erinnert mich daran, dass es Dinge gibt, die man gottlob nicht erfassen und erklären kann.

Dieses Erinnerungsstück weist über sich hinaus auf die Liebe Gottes als tragenden Grund, die bei allem, was kommt, bei allem, was schwer fällt, was vielleicht Sorgen bereitet oder wie eine Wand vor einem aufsteigt, uns unerschütterlich zugesagt ist. Sie ist Person geworden in dem, der die Liebe ist: Ich bin das Licht der Welt. Auf ihn weist die Kerze hin...

Auf den ersten Blick sind diese Gegenstände nur ein Stein und eine Kerze oder was auch immer eine Rolle spielt. Aber als Erinnerungsstück bekommen sie für uns eine Bedeutung. Weil sie gerade in dieser Zeit darauf hinweisen, dass wir nicht ohne Geleit und Trost sind, dass uns jemand trägt, den man vielleicht nicht sehe kann, der aber neben uns geht. Wenn es mal so richtig ungemütlich wird oder unübersichtlich – wie jetzt in diesen Zeiten mit Corona... Schaut mal in eure Schatztruhen, lasst euch erinnern an das, was euch mal wichtig war und auch nicht sichtbar ist und doch trägt. Und lasst euch zusagen: In der Welt habt ihr Angst. Aber sie getrost... Denn ich bin bei euch alle Tage...

.Amen.

**Lied: Silbermond, auch zu finden auf Youtube...**

**Vaterunser**

**Segen**

Gott gehe vor uns her, um uns den Weg zu zeigen. Gott sei hinter uns, um uns zu beschützen. Gott sei unter uns, um uns aufzufangen. UND Gott sei über uns und schaue uns freundlich an. Amen.