

# Martinsmesse

Schweigen – Reden – Handeln

Sonntag, 31. Januar 2021



## Gottesdienstvorbereitung

Gestalte deinen Gottesdienstplatz – mit Kerze, Kreuz, Bibel, einem Bild, Blumen – so, wie es für dich passt.

Wenn du Abendmahl feiern möchtest, bereite Brot und Wein oder Saft vor.

Lege dir, wenn vorhanden, etwas Knete in verschiedenen Farben bereit, dazu ein Blatt Papier oder Karton in Din A4 bzw. Din A3 und bunte Stifte. [Knete selber machen](#)

Vorbereitet haben Dorothea und Stefan;  
Thema: Gottes Odem – oder: Eine Ahnung vom Paradies  
Letzte Martinsmesse im Monat mit Segnung

Wir feiern die Martinsmesse miteinander im Namen

+ des Vaters + und des Sohnes + und des heiligen Geistes.

Amen.



## Meditation

Setze dich gut aufgerichtet und entspannt, doch ganz wach auf deinen Hocker – oder nimm deine gewohnte Meditationshaltung ein. Spüre den Bodenkontakt, wie der Hocker oder das Kissen dein Gewicht über deine Sitzhocker in den Boden ableitet. Fühle wie dein Kopf an einem goldenen Faden gen Himmel gezogen wird.



Wir lesen zunächst Vers 7 aus 1 Mos 2: „Und Gott der HERR machte den Menschen aus einem Erdenkloß, und blies ihm ein den lebendigen Odem in seine Nase. Und also ward der Mensch eine lebendige Seele.“ (Lut 1912)

Stelle dir vor, du bist dieser „Erdenkloß“ in dessen Nase Gott der HERR seinen lebendigen Odem einbläst. Nimm im nächsten Schritt deinen Atem wahr, mit dem Gott dich zu einer lebendigen Seele gemacht hat. Nimm wahr, wie er in deinen Körper einfließt – und wieder ausfließt. Sonst nichts ...

Bleibe in dieser Haltung, solange es dir gut tut.

Ein Taizé-Lied begleitet uns in den Wortteil: [Atme in uns Heiliger Geist](#)

## Wortteil

Wir kommen vom Schweigen zum Reden:

Wir haben in der Mediation vielleicht eine Idee davon bekommen, dass unser Körper tatsächlich nur aus dem besteht, was unsere Erde hergibt – und wie Gott Leben in diesen „Erdenkloß“ einhauchte und so den Menschen, die Krönung seiner Schöpfung schuf („Und Gott sah, dass es **sehr** gut war“).

Lesen wir dazu aus der Schöpfungsgeschichte:

1 Mos 1: 26 Und Gott sprach: Laßt uns Menschen machen, ein Bild, das uns gleich sei (...). 27 Und Gott schuf den Menschen ihm zum Bilde, zum Bilde Gottes schuf er ihn; und schuf sie einen Mann und ein Weib. 28 Und Gott **segnete** sie und sprach zu ihnen: Seid fruchtbar und mehrt euch (...).

1 Mos 2: 7 Und Gott der HERR machte den Menschen aus einem Erdenkloß, und blies ihm ein den lebendigen **Odem** in seine Nase. Und also ward der Mensch eine lebendige Seele. 8 Und Gott der HERR pflanzte einen Garten in Eden gegen Morgen und setzte den Menschen hinein, den er gemacht hatte.

Gott hat uns seinen Odem eingehaucht und uns gesegnet – und gesegnet bleiben wir ... (vgl. 1 Mos 27,33). Das Bild vom Paradies tragen wir vielleicht in unserer Seele, verbunden mit Sehnsucht und Wehmut, da wir einst von dort vertrieben wurden.

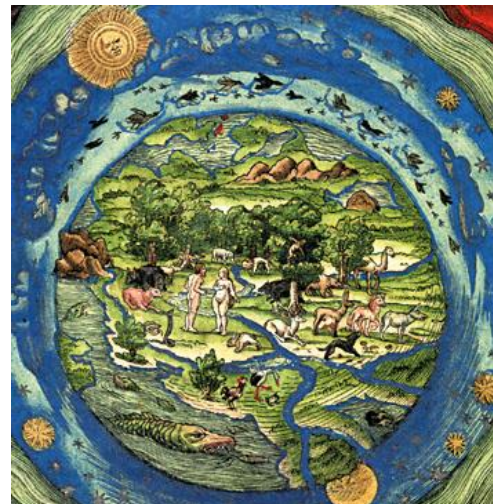
Wir wollen einen Moment darüber reflektieren, was die vergangenen zwölf Monate für uns bedeuten und mit uns gemacht haben. Stellt sich da etwa ein Gefühl von einem verlorenen Paradies ein? Das Atmen ist ein Geschenk Gottes an Adam. Atmen ist Leben. Einem Kranken kann es zum Fluch werden, wenn der Atem versagt und jemand künstlich beatmet werden muss. Schon die Angst davor kann uns krank machen. So wurde das freie Aufatmen in der Natur manchem zum neuen Paradies.

Wann hast du dich zuletzt wie im Paradies gefühlt ...?

Hast du eine Vorstellung von Paradies ...?

Im 2. Abschnitt des Wortteils wollen wir vom Reden zum Handeln übergehen:

Nimm die Knete zur Hand und forme deinen „Erdenkloß“. Spüre das Material und gib ihm die Form, die dir in den Sinn kommt. Vielleicht wird es ein Mensch, ein Tier oder ... Rieche an deinem Geschöpf und dann hauche ihm deinen Odem ein. Spüre nach, was mit dir bei diesem Akt geschieht. Betrachte dein Geschöpf, dann setze es in deinen Garten Eden, den du mit Bunt- oder Wachsmalstiften auf deinem Papier entstehen lässt. Spüre, wie dieser Segensraum auch dich umhüllt und erfüllt. Vielleicht wächst dein Paradies, Halm um Halm, Tiere kommen dazu ...



1 Mos 1: 29 Und Gott sprach: Seht da, ich habe euch gegeben allerlei Kraut, das sich besamt, auf der ganzen Erde und allerlei fruchtbare Bäume, die sich besamen, zu eurer Speise, 30 und allem Getier auf Erden und allen Vögeln unter dem Himmel und allem Gewürm, das da lebt auf Erden, daß sie allerlei grünes Kraut essen. Und es geschah also. 31 Und Gott sah alles an, was er gemacht hatte; und siehe da, **es war sehr gut**. Da ward aus Abend und Morgen der sechste Tag.

Wir singen: [Gott gab uns Atem, damit wir leben](#)

## Abendmahl

Gott, der Schöpfer hat uns und unsere Nahrung geschaffen und mit Wohlwollen betrachtet: Es war sehr gut. Im Abendmahl verdichtet sich das. Wir werden von Jesus Christus eingeladen uns an Leib und Seele zu stärken und Gemeinschaft mit ihm und allen Menschen zu erleben.

Auch so tut sich ein Segensraum auf. Der Segen der Schöpfung wirkt bis heute.

Ich würdige mein Stück Brot und meinen Schluck Wein und bitte um den Heiligen und heilenden Geist für uns Menschen und die Gabe Brot und Wein, damit sie für uns alle zum Brot des Leben und zum Kelch des Heils werden.

## Segen

Indem Gott uns seinen Odem einhauchte und uns eine lebendige Seele schenkte, hat er uns gesegnet. In 1 Mos 2,8 heißt es weiter: „Und Gott der HERR pflanzte einen Garten in Eden gegen Morgen und setzte den Menschen hinein, den er gemacht hatte.“ Von diesem Paradies haben wir heute vielleicht einen Geschmack bekommen. Unser „Segensraum“ umfasse unsere Gemeinschaft, hier in St. Martin und bei unseren Mitbrüdern und – schwestern, die zu Hause mit uns verbunden sind und das Abendmahl mit uns gefeiert haben.

## Impuls für die kommende Woche

Herr Janosch wurde einmal gefragt:

„Gibt es das Paradies auf Erden – und wenn ja, wo ist es zu finden?“

Er antwortete:

„Sartre sagt, das Paradies auf Erden gibt es nur in deiner Seele. Die Seele hat man ja immer dabei, deshalb kann man ruhig in der Küche sitzen bleiben.“

---

Ein kleiner Trost für diejenigen, die darunter leiden, dass sie wegen Corona an ihre eigene „Küche“ Hause gebunden sind ...