

Meditatives Begehen des Ostermorgens



Anleitung:

Mit folgendem Skript kannst du deinen Ostermorgen gestalten. Was du davon machst oder wie du es begehst bleibt dir überlassen. Du kannst ihn für dich allein begehen oder auch mit anderen aus deiner Familie. Vielleicht hast du auch noch andere Ideen, die du miteinfügen möchtest, auch das ist möglich. Die Liedtexte sind aus Urheberrechtsgründen nicht abgedruckt. Die meisten Lieder findest du aber im EG und wenn du ein Lied nicht kennst, den Text oder die Noten nicht hast oder ein anderes schöner findest, ersetze es einfach.

Frohe Ostern

Bett: Es ist morgen du befindest dich noch in oder bei deinem Bett. Gleich ist es Zeit aufzustehen und den Tag zu beginnen. Denke zuvor noch zurück an die vergangenen Tage. Was ist geschehen? Was hat dich bedrückt? Nimm dir einen kurzen Moment der Stille darüber nachzudenken, wenn du magst, sprich es laut aus.

Gehe einmal gedanklich etwas zurück, zum ersten Osterfest. Damals standen einige Frauen früh aus ihren Betten auf, um zum Grab Jesu zu gehen. In Gedanken waren sie sicher noch bei Karfreitag, bei der Kreuzigung und beim Tod Jesu. Wie sollte es nun weitergehen? 3 Tage ist es her, dass sie mit Jesus viele Hoffnungen zu Grabe trugen. Manchmal wirkt die Hoffnung so fern und die Dunkelheit scheint so unendlich größer. Der Mensch, auf den sie so viel Vertrauen setzten, der Kranke geheilt hat, Tote wiederauferweckt, der ihr ganzes Leben unendlich bereichert hat, der ihnen Gott näher gebracht hat, mit dem sie jubelnd in Jerusalem eingezogen waren, mit dem sie noch vor 4 Tagen gemeinsam gegessen, und gefeiert haben, ist nun tot. Verurteilt als Verbrecher, grausam hingerichtet und gestorben.

Auch in der größten Dunkelheit lässt Gott uns nicht allein. Als Symbol dafür zünde eine **Kerze** an und stelle sie an einen sicheren Ort oder mach ein Licht an und lies die Verheißungen, die Gott uns gibt:

Im Anfang erschuf Gott Himmel und Erde. Und Gott sprach: Es werde Licht. Und es wurde Licht. Gott sah, dass das Licht gut war. Und Gott schied das Licht von der Finsternis. (1. Mose 1,1.3-5)

Das Volk, das im Finstern wandelt, sieht ein großes Licht, und über denen, die da wohnen im finstern Lande, scheint es hell. (Jesaja 9,1 1)

Christus Jesus hat dem Tode die Macht genommen und das Leben und ein unvergängliches Wesen ans Licht gebracht durch das Evangelium. (2.Timotheus 1,10)

Gott hat ein Licht in unsere Welt und in dein Leben gesendet, dieses Licht heißt Jesus Christus, der Mensch, der Gekreuzigte, der Auferstandene,

unser Bruder und Herr. Darauf kannst du immer bauen, daher lass dir sagen: „Sei nicht bekümmert, denn die Freude am Herrn ist deine Stärke“ (Nehemia 8,10). Schau, lies oder höre dir dieses **Lied** (Zwischen Himmel und Erde, Lied Nummer 208) an, wenn du magst singe mit.

Nimm dir kurz Zeit für ein **Gebet**, wenn du magst sprich es laut oder in Gedanken, Gott wird es hören. Wenn du magst beende dein Gebet mit folgenden Zeilen:

*Gott, Du bist für uns sein wie eine gute Mutter und ein guter Vater,
Gott der Ewigkeit
du lässt dein Licht scheinen in unserer Nacht,
dein Leben hat die Macht den Tod zu überwinden,
So wie du aus dem Dunkeln Licht geschaffen hast,
so kannst du auch unsere Dunkelheit, unsere Angst und unsere
Hoffnungslosigkeit verwandeln, in Zuversicht und Vertrauen auf
dich.
So hoffen wir auf dich, denn du weckst uns und rufst uns ins Leben.
Dir sei Ehre in Ewigkeit. Amen*

Fenster: Begib dich zu deinem Fenster und sieh hinaus. Was siehst du und was hörst du? Ist es noch dunkel oder kannst du die Sonne sehen? Ist noch alles ruhig oder sind schon ein paar Vögel unterwegs und singen? Nimm dir einen Moment Zeit wahrzunehmen, was draußen ist. Einen Moment Zeit Gottes Schöpfung zu genießen, und wenn Du magst, ihm dafür zu danken.

Stell dir vor, dort draußen gehen zwei Frauen. Du kennst sie: es sind Maria Magdalena und die andere Maria. Sie sehen traurig aus. Begleite sie gedanklich auf ihrem Weg. Nimm dir deine **Bibel** und lies ihre Geschichte in **Matthäus 28,1-10**. Erlebe noch einmal mit was auf ihrem Weg geschieht.

Fürchte dich nicht. Der Herr ist auferstanden, er ist wahrhaftig auferstanden! Halleluja!

Dies verkündige allen: schreibe eine Nachricht mit deinem **Handy** oder Computer, oder rufe an. Wenn du magst rufe es aus dem Fenster. Lasse es alle Menschen wissen:

Der Herr ist auferstanden! Und warte auf ihre Antwort:
Der Herr ist wahrhaftig auferstanden!

Ja, Jesus der Herr ist aufstanden, dessen dürfen wir gewiss sein. Deshalb können wir fröhlich das **Lied** lesen, singen und hören: „Er ist erstanden“ (Evangelisches Gesangbuch, Lied Nummer 116).

Bad: Begib dich ins Bad und stell dich ans Waschbecken. Lass ein wenig **Wasser** in das Waschbecken und schöpfe Wasser in deine Hand. Spüre einen Moment nach, wie das Wasser über deine Hand läuft und zwischen deinen Fingern hindurch fließt.

Wasser ist Grundlage für alles Leben in der Welt. Gott hat es gegeben. Wir alle brauchen Wasser für unser Leben. Wir brauchen es zum Trinken, zum Kochen und auch zum Waschen. Wasser ist wichtig und wertvoll. Oft im Alltag denken wir daran nicht, denn es scheint uns selbstverständlich.

Auch bei der Taufe gebrauchen wir Wasser. So wie du das Wasser in deine Hand geschöpft hast, hat es vermutlich auch der Pfarrer oder die Pfarrerin gemacht, der bzw. die dich getauft hat. Auch wenn du dich selbst vielleicht nicht mehr daran erinnerst, so kann dich das Wasser immer daran erinnern, dass du getauft bist in Christus hinein und damit Teil hast an seinem Tod aber auch an seiner Auferstehung, so schreibt es der Apostel Paulus:

Oder wisst ihr nicht, dass alle, die wir auf Christus Jesus getauft sind, die sind in seinen Tod getauft? So sind wir ja mit ihm begraben durch die Taufe in den Tod, auf dass, wie Christus auferweckt ist von den Toten durch die Herrlichkeit des Vaters, so auch wir in einem neuen Leben wandeln. (Römer 6,3-4)

Jesus lebt und mit ihm lebst auch du in einem neuen Leben. Der Tod hat keine Macht mehr, davon spricht auch das nächste **Lied** „Jesus lebt“ (Evangelisches Gesangbuch, Lied Nummer 115), lies es, hör es dir an und wenn du magst singe mit.

Sofa: Setze dich auf dein Sofa und halte einen Moment inne. Wenn du magst sprich in Gedanken ein **Gebet**.

Heute ist Ostern. An was denkst du, wenn du an Ostern denkst? Sind es die gefärbten Eier, die Osternacht in der Kirche, das gebackene Osterlämmchen, die Auferstehung Jesu, die schöne Feier mit der Familie oder Gottes triumphaler Sieg über den Tod? Oder ist es all das zusammen, vielleicht aber auch noch mehr? Vieles fällt dieses Jahr weg: kein Zusammensein in der Kirche, kein großes Treffen mit anderen Menschen. Etwas trostlos kommt Gottes Sieg über den Tod dieses Jahr daher. Überschattet von Verboten: die großen Feiern fallen aus, die Freude findet häufig nur im Verborgenen und stillen Raum statt. Aber denken wir zurück an das Osterevangelium, so geschah auch die Auferstehung Jesu im Stillen und Verborgenen. Niemand war dabei. Erst als die Frauen zum Grab kommen erbebt die Erde, aber das Grab ist da schon leer. Gottes Kraft der Auferstehung hat im Verborgenen gewirkt. Doch das Ergebnis hat die ganze Welt verändert und jedes einzelne Leben. Denn mit der Auferstehung Jesu hat Gott den Tod überwunden und uns ein Versprechen gegeben:

Jesus Christus spricht: „Ich bin die Auferstehung und das Leben. Wer an mich glaubt, der wird leben, ob er gleich stirbt; und wer da lebt und glaubt an mich, der wird nimmermehr sterben.“ (Johannes-Evangelium 11,25-26)

Auch wenn Ostern dieses Jahr anders verläuft: es leiser ist, vielleicht auch einsamer, dürfen wir gewiss sein, dass Jesus bei uns ist und die Kraft seiner Auferstehung wirkt, besonders in diesen dunklen Zeiten. Sein Licht scheint, und ist bei uns.

Der Herr ist auferstanden! Er ist wahrhaftig auferstanden“! Halleluja! Besinge, wenn du magst die „Kraft der Auferstehung“ oder lies, oder höre dir das **Lied** (Du Bist Herr 4, Lied Nummer 53) an.

Esstisch: Geh zu deinem Esstisch und richte ihn für ein Osterfrühstück her. Nimm dir ruhig ein wenig Zeit dafür. Was ist für dich wichtig für ein gutes Frühstück oder ein gelungenes Essen? Womit könntest du anderen Menschen eine kleine Freude bereiten?

Auch Essen ist lebenswichtig für uns. Viele Geschichten der Bibel handeln vom Essen. Auch im Essen zeigt sich uns Jesus nahe. Wir denken an das

Abendmahl, das Jesus mit seinen Jüngern am Abend bevor er verhaftet wurde, gefeiert hat oder auch an die Emmausjünger, die den auferstandenen Jesus während ihres gemeinsamen Mahles, daran wie er das Brot brach, erkannt haben. So kann auch dieses Frühstück eine Verbindung zu Jesus sein, so kannst Du es es im Denken an ihn und mit ihm erleben.

Sprich vor dem Essen ein **Dankgebet** und halte **Fürbitte**:

Danke guter Gott, dass du deinen Sohn nicht den Mächten des Todes überlassen hast. Damit hast du mir ein neues Leben geschenkt. Ein Leben, dass nicht durch in der Dunkelheit des Todes gefangen bleibt, sondern hell erleuchtet ist von deinem Evangelium.

Barmherziger Vater, sei du bei allen, die sich in ihrer Dunkelheit gefangen fühlen, weil sie einsam sind, weil sie krank sind, weil sie traurig sind, weil sie keine Hoffnung haben. Schenke ihnen das Licht des Lebens. Lass sie die Kraft deiner Auferstehung spüren.

Und so bitte ich dich ewiger Gott mit den Worten die dein Sohn, unser Herr, Jesus Christus, uns Christen zu beten gelehrt hat: **Vater Unser**.

Segen: Mit dem Wissen, dass Jesus auferstanden ist kannst du getrost und gesegnet in die Osterzeit gehen. Denn es segnet dich Gott der Vater, der Sohn und der Heilige Geist. Amen.

Frohe Ostern und guten Appetit!