



Kirchenwandern zu Christi Himmelfahrt, 21. Mai 2020

Ein geistlicher Spaziergang für eine*n allein oder gemeinsam mit den Engsten aus der Hausgemeinschaft.

Du gehst spazieren in Deinem Tempo und Deinen Weg und machst zu den unterschiedlichen folgenden Impulsen an verschiedenen Orten Halt.
Vielleicht befremdet dich der eine oder andere Impuls – du entscheidest selbst, wie tief du dich auf welche Impulse einlassen magst.

Da wir heute nicht gemeinsam als Gruppe wandern können, freue ich mich über Rückmeldungen, z.B. per e-mail hshelley@vicelin-schalom.de oder Telefon: 040-94366692.

Herzliche Grüße und Gottes Segen wünscht Ihnen Heike Shelley

1: Gebet zur Vorbereitung

– mit Blick in den Himmel

– am Fenster, auf dem Balkon, auf der Terrasse, im Garten ...

Ich sitze (stehe) vor Dir, Gott.

Aufrecht und entspannt.

In diesem Augenblick

lasse ich alle meine Pläne,

Sorgen und Ängste los.

Ich lege sie in Deine Hände.

Gott, ich warte auf Dich.

Du kommst auf mich zu.

Du bist in mir, durchflutest mich mit Deinem Geist.

Du bist der Grund meines Seins.

Öffne mich

für Deine Gegenwart,

damit ich immer tiefer erfahre,

wer Du bist

und was Du von mir willst.

Amen.

nach Dag Hammarskjöld



2: Impuls zum Losgehen – Bibeltext

Wenn eine Zeit zu Ende geht,
in der ich mich eingerichtet habe,
werde ich unsicher.

Wie wird es weitergehen?

Was gibt mir Halt?

40 Tage nach Ostern ging für die Jünger die Zeit zu Ende,
in der sie den auferstandenen Jesus an ihrer Seite hatten.

Wo würde dieser Jesus sein,
dem sie sich anvertraut hatten?
Der ihnen den Weg gewiesen hatte?
Wie würde es weitergehen?

Wir lesen im 1. Kapitel der Apostelgeschichte, wie Jesus sich von seinen Jüngern verabschiedet:

Nach seinem Leiden zeigte er sich ihnen immer wieder und bewies ihnen so, dass er lebt. Vierzig Tage lang erschien er ihnen und sprach zu ihnen über das Reich Gottes.

Einmal, als Jesus mit den Aposteln zusammensaß, schärfte er ihnen ein:

»Verlasst Jerusalem nicht! Wartet darauf, dass in Erfüllung geht, was der Vater versprochen hat. Ihr habt es ja schon von mir gehört: Johannes hat mit Wasser getauft. Aber ihr werdet in wenigen Tagen mit dem Heiligen Geist getauft werden.«

Aber wenn der Heilige Geist auf euch herabkommt, werdet ihr Kraft empfangen. Dann werdet ihr meine Zeugen sein – in Jerusalem, in ganz Judäa und Samarien und bis ans Ende der Erde.«

Nach diesen Worten wurde er vor ihren Augen emporgehoben. Eine Wolke nahm ihn auf, sodass sie ihn nicht mehr sehen konnten. Die Apostel starrten wie gebannt zum Himmel, während er verschwand. Und sieh doch: Da standen zwei weiß gekleidete Männer bei ihnen. Die sagten: »Ihr Männer aus Galiläa, was steht ihr da und schaut zum Himmel? Dieser Jesus wurde aus eurer Mitte in den Himmel aufgenommen. Er wird auf dieselbe Weise wiederkommen, wie er vor euren Augen zum Himmel weggegangen ist.«

Apostelgeschichte 1, 3-5 + 8-11, Basisbibel.

Mit diesen Worten und Bildern im Herzen gehst du los im Schweigen.

**3: Impuls – Himmel**

Deine Güte reicht, soweit der Himmel ist, und deine Wahrheit, soweit die Wolken gehen.

Ps 36,5

„Himmel“ ist von jeher ein Bild/Symbol für die überwältigende Güte und Unergründlichkeit Gottes. Er steht aber auch für unsere Sehnsucht – wir wollen „in den Himmel kommen“, ganz nah bei Gott sein. Himmel meint also keinen geographischen Ort, nicht die Atmosphäre unserer Erde, sondern einen Zustand, eine Seinsweise, eine Qualität. Himmel ist da, wo sich Gottes Wirklichkeit und unser Leben trifft, wo wir mit Gott in Berührung kommen, wo Gottes Liebe ist.

...wo Gott ist, da ist Himmel...

Betrachte den Himmel über dir.

Was erzählt Dir der Himmel?

Welche Gefühle entstehen in Dir?

„Ich fühle mich wie im Himmel“ – wann ist oder war das? Was ist dann da?

„Ich fühle mich Gott ganz nah“ – wann ist oder war das?

Spüre in Ruhe nach.

4: Impuls – Wolke

Wenn Jesus „emporgehoben“ und von einer Wolke aufgenommen wird, dann ist die Wolke – wie oft in der Bibel – ein Symbol für Gottes unmittelbare, aber verborgene, verbergende Anwesenheit.

Das Symbol der Wolke ist ein Ausdruck dafür, dass Gott nahe und zugleich unerreichbar ist; da und doch nicht zu greifen, zu haben.

Wenn Jesus nun in eine Wolke aufgenommen wird, trifft auf ihn dasselbe zu. Auch wenn er ein historischer Mensch war – scheinbar zu greifen, zu wissen – macht die Wolke deutlich, dass er unergründlich und unfassbar bleibt. Und trifft das nicht eigentlich auf uns alle zu?

Wir meinen, einen Menschen (oder uns selbst) zu kennen – und stellen doch immer wieder fest, dass wir im Grunde nichts wissen. Das kann erschrecken, weil wir immer wieder nicht wissen, woran ich nun eigentlich bin. Und doch ist es die Grundlage jeder lebendigen Beziehung – ich suche dich, ich bin



neugierig, ich sehne mich nach dir – ich kann dich nicht haben, aber dich immer wieder neu entdecken.

Betrachte die Wolken und ihr Spiel.

Was erzählen sie Dir?

„Ich gehe im Nebel“ – was ist oder war das so? Welche Gefühle, Erfahrungen sind damit verbunden?

Verweile im Schweigen.

Wenn Gedanken, Gefühle kommen – was immer deine Aufmerksamkeit fesselt – lass sie liebevoll ziehen. Bleibe gespannt auf das, was sich immer jetzt und immer neu zeigt.

5: Impuls – Vom Leben berührt

Finde einen ruhigen Ort und bleib stehen.

Spür die Sonne, die auf dich scheint.

In ihren Strahlen dringt Gottes Liebe in dich ein.

Öffne die Hände zur Schale und empfange.

Spür deinen Atem, der die Luft des Himmels in dich hinein und aus dir heraus strömen lässt.

Mit jedem Atemzug kommst du ein Stückchen mehr bei dir selbst an.

Jeder Atemzug verbindet dich mit dem Himmel.

Spür den Wind, der dich zärtlich streichelt.

Schau auf das Leben, das um dich herum aufblüht.

Dieses Leben ist auch in dir.

Nimm das Leben mit allen Sinnen wahr.

Das Leben ist stärker als der Tod.

6: Impuls – Gebet und Segen

Einatmen. Ausatmen. Spüren, dass Du da bist. Spüren, dass andere da sind.

Spüren, dass Gott da ist. Genau jetzt. Genau so. Verbunden. Miteinander. Mit Gott. Einatmen. Ausatmen.

Gott, ich danke Dir für diese Zeit in Deiner Gegenwart.

Ich danke Dir für alles, was sich mir gezeigt hat.

Ich halte es Dir hin.

Lass es mir und Deiner Welt zum Segen werden.

Amen.