



## Newsletter für deutschsprachige Christ\*innen Home-Liturgie – Allgemeine Hinweise

Die aktuelle Situation in der Welt fordert unterschiedliche neue Formen um den Alltag zu teilen. „Home-office“ ist eine davon, „Home-Liturgie“ eine andere. Herzlich willkommen!

In der Karwoche weicht die Home-Liturgie etwas von der bekannte Form ab, so sind ein paar Erklärungen hilfreich.

Der vorgeschlagene Ablauf ist für Einzelne, zu Zweit oder in der Familie möglich. Grundsätzlich bleiben die Elemente gleich:

1. Vorbereitung (Ort und Zeitpunkt der Home-Liturgie)
2. An den Ort begeben – Mit Gott und der Gemeinde in Dialog kommen
3. Vor Gott – Zeiten bewusster Stille (In Mir)
4. Lesen und Hören von Bibelstellen und Gebeten
5. In Mir
6. Gebet
7. Abschied

Allerdings werden Sie die Elemente in unterschiedlicher Form wiederfinden und in unterschiedlicher Reihenfolge. Manche kommen auch mehrfach vor.

### **Vorbereitung**

Bitte suchen Sie sich in Ihrer Wohnung einen Platz für den Gottesdienst, ein Platz, an dem Sie sich wohl fühlen: beim Esstisch, im Wohnzimmer, auf ihrem Lieblingsplatz. Für die Karwoche bietet es sich an, einen festen Gebetsplatz vorzubereiten: indem sie ein Tischtuch auflegen, eine Kerze anzünden, sich ein Symbole zurechtlegen, das Ihnen hilfreich ist, etwa ein Kreuz, ein Bild, Blumen, eine Bibel, einen Rosenkranz...

Als äußeres Zeichen der Verbundenheit mit Gott und untereinander kann eine Kerze aufgestellt werden. Das Handy sollte lautlos sein. Der Palmbuschen vom Sonntag darf ruhig auch dabei stehen. Manchmal werden auch für Kinder Aktionen geplant sein, hier ist es gut die Materialien gleich bereit zu legen. Auch andere Materialien werden eventuell benötigt.

### **Zeitpunkt:**

Es ist schön gemeinsam verbunden zu feiern. Als Orientierungszeit können Sie folgende Zeiten annehmen:

Gründonnerstag 18.30 Uhr

Karfreitag 18.00 Uhr

Osternacht 20.00 Uhr

Jeder kann sich aber auch eine eigene Zeit aussuchen, die für ihn Bedeutung hat oder angenehm ist.

### **In der Familie:**

Entscheiden Sie gemeinsam welche Symbole Ihnen wichtig sind, wo Sie sich treffen und wie Sie den Platz gestalten wollen.

Es kann und darf sein, dass nicht die ganze Familie mitmacht.

Kinder können auch nur einen Teil dabei sein.

Es soll möglichst jeder sich mit seinen Bedürfnissen einbringen können.

Wenn Sie als Familie gemeinsam feiern oder zu zweit, dann kann es gut sein, wenn einer die „Leitung“ übernimmt, d.h. bewusst mit einem Kreuzzeichen beginnen, Anregungen und Fragen laut vorliest.

Es ist hilfreich, wenn sie/er sich vor dem Gottesdienst kurz einen Überblick verschafft, was kommt und vorzulesende Texte (Bibelstellen oder Gebete) auch in der Kleingruppe verteilt.

Es ist gut, wenn alle eingebunden sind und ihre Aufgabe haben.

## **An den Ort begeben, vor Gott treten**

### **Zeiten bewusster Stille**

Wenn Sie sich nun hinsetzen, achten Sie bitte auf Ihre Sitzhaltung. Sie sind aufgerichtet, wach, bereit. Sie können zu sich sagen: „Ich bin nun ganz bei mir selbst und konzentriert. Ich lebe die nächsten Minuten aufmerksam und wach.“ Danach können Sie gut vorbereitet beginnen.

Sprechen Sie laut oder leise: „Im Namen des Vaters, und des Sohnes, und des Hl. Geistes.“ Nun stellen Sie sich vor, Gott ist ganz bei Ihnen. Sie sind jetzt ein Teil der großen Gebetsgemeinschaft der Welt.

Es tut gut einfach ein bis zwei Minuten in dieser Position zu bleiben. Denken Sie an nichts, sondern versuchen Sie sich darauf zu konzentrieren, dass Sie im Gebet nicht alleine sind. Gott und die andere Menschen sind bei Ihnen. Die Gemeinschaft feiert, dass Jesus zu allen Menschen kommt. Sie dürfen diesen Moment genießen!

Es tut gut solche Momente immer wieder in die Home-Liturgie einzubauen

## **Lesen und Hören von Bibelstellen und Gebeten**

Vorgeschlagene Schrifttexte können Sie leise lesen, oder laut. Laut wird Ihnen der Text viel plastischer vor den Augen erscheinen. Wenn es Ihnen komisch vorkommt oder unangenehm ist, dann gibt es auch die Möglichkeit sich den Text auf youtube-Kanälen vorlesen zu lassen. Die Bibel ist dort auch in Gebärdensprache zu finden.

## **In Mir – vor Gott**

Egal welche Gedanken Ihnen während der Home-Liturgie hochkommen, alles ist erlaubt. Es gibt keine falschen Gedanken! Wut ist erlaubt, Frust ist erlaubt, Freude ist erlaubt, Zorn ist erlaubt, Glück ist erlaubt, Angst ist erlaubt, Ratlosigkeit ist erlaubt. Lassen Sie diese Gedanken zu! Sie können mit den Händen eine Schale formen und so die Gedanken bildlich vor sich hinlegen. „Herr ich lege vor Dich was mich betrübt und sorgt, dankend lege ich auch alles vor Dich was mich aufbaut.“ Auch Jesus hat diese Momente vor seinem Tod erlebt. Auch er hat seine Gedanken zugelassen, er weiß um unsere Ängste, Sorgen, Freude und Trauer.

## **In der Familie:**

Manchmal gibt es Fragen und Möglichkeiten zum Austausch. Hier gilt genauso diese Regel, alles ist erlaubt, es gibt keine falschen Gedanken. Es muss nicht alles ausgesprochen werden, aber es soll eine Möglichkeit dazu geben. Vermeiden Sie zu diesem Zeitpunkt Diskussionen. Die kann es im Anschluss an die Home-Liturgie geben. Diese Gedanken und Gefühle dürfen im Raum stehen bleiben. Sie sind an Gott gerichtet.

## **Im Gebet**

Nun ist es gut zu beten. Sie können jedes Gebet sprechen, dass Sie wollen. Es bietet sich an ein Vater Unser zu sprechen. Wenn Sie dies nicht wollen, dann nehmen Sie ruhig ein anderes Gebet. Bitte denken Sie daran, im Gebet darf man wütend und zornig sein, man darf sich auch freuen. Sagen Sie sich ruhig: „Alles ist jetzt erlaubt!“ Auch dürfen Sie das Gebet singen, denn „wer singt betet doppelt“ sagte ein weiser Mensch einmal.

## **Abschied**

Nehmen Sie am Ende innerlich von ihrer Gebetshaltung Abschied. Sie könne sich auch von den anderen Gemeindemitgliedern, die mit ihnen in der Gebetsgemeinschaft verbunden waren, innerlich verabschieden.

Stehen Sie langsam (!) auf. Wenn Sie wollen können Sie mit einer Verneigung vor dem Kreuz oder der Kerze die Meditation beenden.

Bitte vergessen Sie nicht das Gebet ausklingen zu lassen in einem Abendessen oder auch im Kreis der Familie, so weit möglich.

---

Wir wünsche Ihnen von den drei Gemeinden ein Gebet,  
dass Ihnen ermöglicht mit Gott und den Mitmenschen in Kontakt zu treten.

Bleiben wir in unserer Gedanken und Gebeten verbunden!  
Beten wir füreinander!

P. Simon Härting und Gerda Willam