

missio-Frauenliturgie zum Sonntag der Weltmission

■ ZUM HINTERGRUND: SALZ DER ERDE

Der Mensch braucht täglich etwa 6 Gramm Salz, das entspricht etwa einem Teelöffel oder so viel wie zwei Stück Würfelzucker. Auf dem Löffel wären diese 6 Gramm oder ein bis zwei Würfel Salz kaum genießbar und es scheint unvorstellbar, dass wir diese Menge in der industriellen Welt häufig überschreiten. Über den Tag verteilt ist es (über)lebenswichtig, denn Muskeln und Nerven sind auf die Bestandteile des Salzes angewiesen, ohne könnten wir uns weder bewegen noch denken.

Seit Jahrhunderten wird Salz auf verschiedenste Weisen abgebaut, und so gab es Zeiten, in denen es als „weißes Gold“ bezeichnet und über „Salzstraßen“ transportiert wurde. Damals wurde es (beispielsweise) aus dem Toten Meer gewonnen und war nur begrenzt haltbar. Wenn es schal wurde, konnte es nicht mehr gebraucht werden. Heute ist Salz in der Regel günstig, weil es einfache Produktionsmöglichkeiten gibt. Früher war Salz zur Haltbarmachung von Lebensmitteln wichtig, um sie vor Fäulnis zu bewahren, sodass es zu einem Symbol für Dauer und Wert geworden ist.

Damals wie heute steht ein Salzstreuer auf vielen Tischen rund um den Globus verteilt. Wahrscheinlich stand auch auf dem Tisch Jesu beim letzten Abendmahl mit seinen Freund:innen Salz auf dem Tisch. Denn wenn das Salz fehlt, dann ist das Essen geschmacklos und fade. Es ist eine entscheidende Zutat. Schon eine kleine Prise macht etwas Fades und Bedeutungsloses zu etwas Bedeutungs- und Freudvollem.

Salz gibt dem Leben nicht nur Geschmack, es ist auch ein „Hoffnungszeichen“ für Hoffnung in der Hoffnungslosigkeit.

So wie im „House of Light und Hope“ in einem Stadtteil Beiruts, in dem man sich um die marginalisierten jungen Menschen kümmert, und wo besonders Mädchen und junge Frauen Halt finden.

Oder die Schwestern vom Guten Hirten, deren Orden Frauen in Syrien hilft, die vor Gewalt fliehen.

Oder das Team der maronitischen Pfarrei St. Maroun, die nach der verheerenden Explosion im Hafen von Beirut Soforthilfe für die Familien in ihrem Viertel organisierten.

Oder wie Sr. Deema Fayyad aus der syrischen Stadt Homs, die täglich für den christlich-islamischen Dialog betet.

Oder wie Juliana Sfeir, die ihre Stimme im Radio ertönen lässt, um ausgegrenzten und marginalisierten Menschen Hoffnung und Mut zu machen.

Es sind so viele, die tagtäglich zum Salz ihrer Mitmenschen und der Gesellschaft werden, in der sie leben!

■ ORGANISATORISCHE HINWEISE

„missio-Frauenliturgie“ ist das neue Format der ehemaligen Frauengebetskette.

„missio“ steht dabei für unseren weltweiten Horizont und für unsere Verbundenheit mit den Frauen in aller Welt. Wie bisher stehen Frauen aus den jeweiligen Partnerländern der beiden missios (Aachen und München) im Mittelpunkt unseres Gebets, unserer Inspiration und unserer Solidarität.

„Frauenliturgie“ meint, dass wir eine Liturgie von Frauen für Frauen entwickelt haben. Sie ist gedacht für Frauengruppen der Verbände, aber auch für Gruppen in Pfarreien, in Schulen und in Gebets- sowie Gesprächskreisen.

Zur konkreten Vorbereitung des Gottesdienstes:

- Die Vorlage versteht sich als Sammlung von Bausteinen für die Feier der Liturgie. Der Vorschlag kann in Gänze übernommen werden, wenn Sie beim Lesen denken „ja, das passt, das könnten wir auch so machen ...“! Fühlen Sie sich aber frei, die Liturgie für Ihre Gemeinschaft passend zu verändern.
- Die gewählten Lieder stehen im Gotteslob.
- Den Bibeltext finden Sie im Text integriert.
- Für einen kleinen Verkaufs- und Infostand zum „Monat der Weltmission“ der beiden Hilfswerke (missio Aachen und missio München) gibt es eine Auswahl von Produkten in den missio-Onlineshops.

■ LIEDVORSCHLÄGE

GL = Gotteslob – Katholisches Gebet- und Gesangbuch

- GL 312,2 Sende aus deinen Geist,
 und das Antlitz der Erde wird neu
- GL 389 Dass du mich einstimmen lässt in deinen Jubel,
 o Herr
- GL 437 Meine engen Grenzen
- GL 446 Lass uns in deinem Namen, Herr
- GL 483 Halleluja ... Ihr seid das Volk, Strophe 1+2
- GL 453 Bewahre uns Gott, behüte uns Gott
- GL 457 Suchen und fragen, hoffen und sehnen
- GL 458 Selig seid ihr, wenn ihr einfach lebt
- GL 470 Wenn das Brot, das wir teilen, als Rose blüht
- GL 472 Manchmal feiern wir mitten im Tag

■ BEGRÜSSUNG UND EINFÜHRUNG

Wie schön, dass Sie gekommen sind, um die missio-Frauenliturgie zu feiern!

Das Leitwort „Ihr seid das Salz der Erde“ soll uns heute durch diesen Gottesdienst führen. Wir werden Christinnen aus Syrien und dem Libanon begegnen, die auf beeindruckende Weise dem Auftrag des Evangeliums gerecht werden und so auf vielfältige Weise als Salz in ihrem Lebensumfeld wirken. Lassen wir uns von ihnen inspirieren! Aber der Blick soll sich in dieser Feier auch auf unser Engagement richten und uns Mut machen, dort, wo wir leben und arbeiten, selbst zum Salz für andere zu werden.

Lied: GL 457,1 Suchen und fragen, hoffen und sehn

■ GEBET

Guter Gott – Schöpferin des Alls,
wie wunderbar hast du diese Welt geschaffen.
Mit Weitblick hast du Erde, Pflanzen, Tiere und Menschen
als Ganzes miteinander verwoben.
Wir leben miteinander und voneinander in einer Welt voller
Farben und einem Artenreichtum, den wir tagtäglich neu
entdecken dürfen.
Kulturen verschiedenster Art hast du entstehen lassen,
damit sie sich gegenseitig bereichern und ergänzen.
Deine Schöpfung ist ein Geschenk, das wir Menschen
mit allen Sinnen erfahren dürfen.
Neben vielen anderen Ressourcen hast du uns das Salz
geschenkt und damit unser Leben schmackhafter gemacht.
Lass uns selbst wie das Salz zu einem Lebenselixier für unsere
Mitmenschen werden und als „gute Prise“ unseren Beitrag
leisten zum Wohl der ganzen Schöpfung.
Amen.

Lied: GL 389 Dass Du mich einstimmen lässt in deinen Jubel, ...

■ Lesung

„Ihr seid das Salz der Erde“ (Mt 5,13)

(aus der Einheitsübersetzung:)

13 Ihr seid das Salz der Erde. Wenn das Salz seinen Geschmack verliert, womit kann man es wieder salzig machen? Es taugt zu nichts mehr, außer weggeworfen und von den Leuten zertreten zu werden.

(optional können die folgenden Verse hinzugefügt werden:)

14 Ihr seid das Licht der Welt. Eine Stadt, die auf einem Berg liegt, kann nicht verborgen bleiben.

15 Man zündet auch nicht eine Leuchte an und stellt sie unter den Scheffel, sondern auf den Leuchter; dann leuchtet sie allen im Haus.

16 So soll euer Licht vor den Menschen leuchten, damit sie eure guten Taten sehen und euren Vater im Himmel preisen.

L: *(kurze exegetische, theologische und spirituelle Einordnung des Bibeltextes)*

Das Bibelwort zum Sonntag der Weltmission entstammt der sogenannten Bergpredigt Jesu, die sich im Matthäusevangelium in den Kapiteln 5 bis 7 findet.

Die Bergpredigt ist ein sehr berühmter, populärer und umstrittener Text. Wegen ihrer klaren Worte hat die Bergpredigt von Anfang an Widerstand hervorgerufen. „Mit der Bergpredigt lässt sich keine Politik machen“, meinte einst der Reichskanzler Otto Graf von Bismarck. Altbundeskanzler Helmut Schmidt, der sich zu seiner Zeit durch die Friedensbewegung mit Bergpredigtzitate genervt fühlte, wiederholte diesen Ausspruch und machte ihn populär.

Doch ist es tatsächlich so?

Die Rede Jesu wird feierlich eingeleitet: Jesus steigt auf einen Berg. Dort setzt er sich – die Lehrenden sitzen damals, während die anderen wohl eher stehen. Die Jünger:innen treten zu ihm und er lehrt sie. Aus diesem biblischen Befund ergibt sich, dass Jesus in erster Linie zu seinen näheren Freund:innen spricht und zu seinen Jünger:innen. Es ist jedoch nicht ausgeschlossen, dass weitere Interessierte ihm zuhören.

Wir dürfen uns heute zu diesen Freund:innen und Interessierten zählen.

Jesus benutzt das Bildwort vom „Salz“, um damit etwas zu verdeutlichen. Deshalb wollen wir der Botschaft hinter diesem Bildwort mit allen Sinnen nachspüren:

■ MEDITATION

(ggf. mit Hintergrundmusik)

Jede:r Teilnehmer:in bekommt ein kleines Säckchen/Päckchen mit Salz und wird aufgefordert, etwas Salz auf die Handinnenfläche zu schütten.

S1: Kommt zur Ruhe. Dabei könnt ihr das Salz betasten und betrachten. Wenn wir die Ärzte und Biologen fragen: „Was bedeutet Salz für den Menschen?“, dann sagen diese: „Salz ist für den Organismus des Menschen lebensnotwendig.“ Wenn Jesus sagt: „Ihr seid das Salz der Erde“, verstehe ich: Ihr seid notwendig für diese Welt.

S2: Es gibt kaum ein Gewürz, auf das die Geschmacksnerven so schnell reagieren wie auf Salz. Nehmt bitte etwas Salz auf die Zunge und schmeckt selbst! Eine Suppe ohne Salz schmeckt uns nicht. Aber wenn zu viel Salz darin ist, dann ist die Suppe versalzen. Der Umgang mit Salz muss gelernt sein. Wenn Jesus sagt: „Ihr seid das Salz der Erde“, höre ich darin: Macht klar, wofür ihr steht, welchen „Geschmack“ ihr in die Gesellschaft einbringen wollt. Aber übertreibt nicht! Ihr müsst behutsam miteinander umgehen.

S1: Früher nahm man Salz, um damit Lebensmittel haltbar zu machen. Auch heute noch verwendet man Salz, um zum Beispiel Schinken zu konservieren.

Wenn Jesus sagt: „Ihr seid das Salz der Erde“, steckt darin die Aufforderung: Verschenkt euch an eure Mitmenschen, an Gott.

S2: Mancher sagt: „Was kann ich schon tun, ich bin doch nur ein:e Einzelne:r.“ Nehmt einmal ein einzelnes Salzkorn unter euren Fingernagel! Ihr könnt dieses Korn deutlich spüren.

Wenn Jesus sagt: „Ihr seid das Salz der Erde“, sagt das: Man muss etwas von euch zu spüren bekommen. Jeder: Einzelne kann dabei etwas bewirken.

S1: Legt nun das Salzkorn zurück und nehmt ein wenig Salz zwischen Daumen und Zeigefinger und zerreibt es langsam. Ihr könnt das Salz hören.

Sind auch wir als Christ:innen hörbar in dieser Welt?

S2: Fühlt nun einmal eure Finger. Sie sind stumpf geworden von dem Salz. Das Salz hat das Fett von eurer Haut aufgesaugt. Salz hat also eine große reinigende Kraft.

Früher hat man den Täuflingen ein bisschen Salz auf die Zunge gelegt. Das sollte ein Zeichen dafür sein, dass der Täufling eine neue Schöpfung ist, dass er zu Jesus gehört. Diese reinigende Kraft des Salzes sollen wir haben.

S1: Salz trägt uns auch beim Schwimmen im Meer. Im Toten Meer, das 28 Prozent Salz enthält, kann man sich sogar einfach auf den Rücken legen und Zeitung lesen. Man geht nicht unter.

Mit dem Wort vom Salz werden wir gefragt: „Wen trägst du? Wen erträgst du? Oder ist deine Geduld schnell am Ende?“

S2: Zum Schluss zeichnet den Anfangsbuchstaben eures Vornamens in das Salz. Das soll heißen: Jesu Wort, „Ihr seid das Salz der Erde“, trägt auch unsere Unterschrift.

*nach: WELTfairÄNDERER in Anlehnung an: Bistum Osnabrück (Hg.):
Himmelwärts. Arbeitshilfe Glaubenswoche 2008, S. 113–115.*

Das Bildwort besteht aus einem Zusage: Ihr seid ... und aus diesem Zusage erfolgt ein Anspruch – ich gehe davon aus, dass ihr Salz seid ...

Jesus sagt nicht: „Seid doch bitte, bitte ab und zu Salz!“ Oder: „Wie wünschte ich, ihr wärt mehr Salz.“

Stattdessen sagt er: Ihr SEID Salz!

Und dann setzt Jesus noch einen drauf: nicht für eure Suppe allein im Zimmer, sondern: Ihr seid das Salz der Erde!

Wenn Jesus uns das zutraut, dürfen/können/müssen wir selbst uns das auch zutrauen:

Ich bin Salz der Erde!

Ich würze mein Leben!

Ich würze das Leben anderer!

Ich verleihe Geschmack!

Ich mache das Leben nicht nur genießbar, sondern gut, schmackhaft!

In Frauengruppen können Frauen aufblühen: gemeinsam etwas tun; reparieren statt wegwerfen, sich für den Frieden engagieren, neue Computererfahrungen machen, sich über andere Religionen und Kulturen informieren, gemeinsam ehrenamtlich tätig sein, für andere beten, sich für die Umwelt und alles Lebendige einsetzen ...

Wer solche Erfahrungen machen kann, wer sich für sich selbst, für Gott, für andere, für die Schöpfung einsetzt und engagiert, spürt, dass das Leben gewürzt ist und Geschmack hat ...

Eine solche Person wirkt klärend, reinigend, würzend und Geschmack verleihend wie Salz! Seien wir Salz der Erde!

Austausch in Kleingruppen: (ca. 10 min)

Wir möchten Sie nun bitten, dass Sie sich nach einer kurzen eigenen Besinnung mit den Banknachbar:innen über folgende Fragen austauschen:

(diese Impulsfragen vorab auslegen oder jetzt projizieren)

Welche Menschen geben mir und meinem Leben „Würze“?

Wo bringe ich selbst das Potenzial mit, „Salz“ zu sein?

Welche meiner Begabungen, Leidenschaften und Taten bringen „Würze“ in das Miteinander?

Lied: GL 483,2+3 Halleluja, Ihr seid das Licht
(alternativ: GL 446 Lass uns in deinem Namen, Herr)

L: Hören wir das Zeugnis von zwei Frauen, die als Salz in der Gesellschaft in Syrien und im Libanon wirken:

Sr. Deema Fayyad



Ich heiße Deema, ich bin Syrerin aus der Stadt Homs und gehöre zur „Monastischen Gemeinschaft al-Khalil“ (Freund Gottes) in Deir Mar Musa.

Unsere oberste Priorität ist das Gebet, aber unser Leben ist auch der manuellen Arbeit gewidmet, verstanden

und gelebt als Gehorsam gegenüber dem Gebot, für die Erde Sorge zu tragen und so teilzuhaben am Werk der Schöpfung. Die dritte Priorität ist die Gastfreundschaft, inspiriert von Abraham, der Gott in seinem Zelt empfängt. Wir sehen in jedem Menschen Gott, der uns besuchen kommt.

Der Horizont, auf den sich unser Leben öffnet, ist die Berufung zum islamisch-christlichen Dialog. Wir wollen unser Leben hingeben, damit in der mehrheitlich muslimischen Gesellschaft der Sauerteig des Evangeliums stets prsent sein möge, und dies, wie es in unserer Gemeinschaftsregel heißt, „gemäß dem Geist der Unterscheidung, der Hoffnung und der Liebe, der in der Lage ist, vergangenes und gegenwärtiges Leiden zu verwandeln in gegenseitige Wertschätzung und Achtung, durch Verständnis und Liebe“.

In Zeiten des Krieges mag unsere Berufung zum Dialog verrückt erscheinen, aber wir erleben Tag für Tag, dass sie der einzige Ausweg zu einer Welt des Friedens ist.

In den Kriegsjahren konnten wir die Barmherzigkeit des Herrn mit Händen greifen, die ihren Ausdruck fand im gegenseitigen Verständnis und in der Solidarität unter Geschwistern: junge Christen und Muslime zu sehen, die mit Freude und Begeisterung den Bedürftigen helfen; zu wissen, dass viele muslimische Freunde sich Sorgen um uns machen; für den Frieden zu beten und jeglichen Akt der Gewalt anzuprangern; das Gebet so vieler Freunde in der ganzen Welt zu spüren: All dies hat einen leisen Hoffnungsschimmer hervorgebracht.

Der Versuch, in Zeiten des Krieges menschlicher zu sein, erlaubt es uns, in den Kreis der Liebe einzutreten, die keine Grenzen kennt, die Welt verändern kann und die Saat des Reiches Gottes auf dieser Erde aufgehen lässt, jetzt und nicht erst in ferner Zukunft. Ich kann mit Gewissheit sagen, dass manche Syrer und Syrerinnen in diesen Kreis der Liebe eingetreten sind!

Juliana Sfeir:



Ich bin Juliana Sfeir und arbeite als Programmdirektorin beim christlich-kumenischen Sender SAT-7, Libanon. Dieser Sender wird nicht nur im Libanon, sondern auch in vielen Ländern des Nahen Ostens und Nordafrikas gehört und erreicht insgesamt mehr als 25 Millionen Menschen.

Als Nachrichtenfrau nehme ich jede aktuelle Entwicklung im Land unter die Lupe. In meinem Büro oben an den Hängen über Beirut bin ich über einen Stromausfall und den Ausfall von Licht und Klimaanlage für ein paar Minuten leider nicht überrascht, weil wir Libanesen gerade nur noch daran denken, wie wir unser tägliches Brot organisieren. Da bleibt nur wenig Raum für revolutionäre Kraft. Dennoch hat mich die schwere Explosion im Hafen von Beirut in meinem Engagement nicht gebremst, sondern meine Arbeit für Gerechtigkeit eher verstärkt.

Schon lange beschäftigen mich Kinder, die ohne altersgemäße Förderung und Unterstützung aufwachsen müssen. Deshalb habe ich mit meinem Team eine Kinderserie entwickelt, um die jüngsten aus ihrer Isolation herauszuholen. Dieses SAT-7-Format war kürzlich für den von den Vereinten Nationen geförderten Prix Jeunesse nominiert.

Außerdem gibt es seit 2020 die überaus beliebte Sendung „You are not alone“ – „Du bist nicht allein“. Bei diesem Konzept können die Zuschauer:innen über die sozialen Netzwerke oder per Anruf im Studio selbst Themen setzen und über ihre Nte und Ängste sprechen.

Ganz aktuell ist eine neue Serie, die ich produziert habe: Frauen sollen in ihrem Selbstwert und ihrem alltäglichen Engagement unterstützt werden, denn oft sind sie die alleinigen Familienverantwortlichen und müssen um ihr berleben und das ihrer Kinder kämpfen. Ich fühle mich genötigt, das Banner der Gerechtigkeit für diese Frauen hochzuhalten, weil ich selbst von einer chauvinistischen Gesellschaft ausgegrenzt wurde. Dieses Angebot ist ein Ventil. Leider ist unsere libanesische Politik von Patriarchalismus, von ungerechten Verhältnissen, von Gewalt an Frauen, von Rechtslosigkeit der Frauen, von fehlenden Unterhaltszahlungen und vielen anderen diskriminierenden Faktoren geprägt. Außerdem werden Frauen moralische Fehler oder Sittenlosigkeit vorgeworfen. Um dem entgegenzuwirken, greift die Sendereihe „Ich bin nicht einfach nur eine Frau“ gezielt die Nte und Freuden der Frauen auf, unterstützen sie und geben ihnen Hoffnung.

Lied: GL 470 Wenn das Brot, das wir teilen

■ FÜRBITTEN

V: Gott, du bist bei uns in allen Gefahren und in allem Leid. Viele Menschen sehnen sich nach einem besseren Leben. Wir bitten dich voller Vertrauen:

S1: Wir sind Salz der Erde. Schenke uns Kreativität und Kraft, uns einzumischen, wo es nottut, dass wir nicht müde werden, für Gerechtigkeit und Frieden einzutreten.

Liedruf: GL 312,2

Sende aus deinen Geist, und das Antlitz der Erde wird neu

S2: Wir sind Salz der Erde. Bewahre uns davor, dass wir unsere Würzkraft verlieren. Schenke uns einen langen Atem, für die Interessen von Frauen, für ihre Befreiung weltweit und für ein menschenwürdiges Leben einzutreten.

Liedruf: GL 312,2

Sende aus deinen Geist, und das Antlitz der Erde wird neu

S1: Wir sind Salz der Erde. Verleihe uns einen Sinn dafür, welche Würzkraft gerade nötig ist. Hilf uns, eine gute Balance zu finden zwischen Engagement und Selbstfürsorge.

Liedruf: GL 312,2

Sende aus deinen Geist, und das Antlitz der Erde wird neu

S2: Wir sind Salz der Erde. Schenke den Christ:innen im Libanon die Kraft, in aller Armut, Korruption und Zerrissenheit des Landes nicht die Hoffnung auf Unterstützung und ein friedliches Zusammenleben aufzugeben.

Liedruf: GL 312,2

Sende aus deinen Geist, und das Antlitz der Erde wird neu

S1: Wir sind Salz der Erde. Jedes Leben ist unendlich kostbar. Wir gedenken aller Opfer von Krieg, Terror und Naturkatastrophen, besonders in der Ukraine, in der Türkei, in Syrien und im Libanon. Alle bleiben in deiner Liebe aufgehoben.

Liedruf: GL 312,2

Sende aus deinen Geist, und das Antlitz der Erde wird neu

(hier kann Raum sein für weitere freie Fürbitten)

V: Gott, wir danken dir, dass wir dir unsere Bitten vortragen können. Begleite uns auf unserem Weg, damit wir Salz sind für uns und andere. Amen.

■ GEBET AUS DEM LIBANON

(gemeinsam gebetet)

Gott, ich danke dir für deine Güte.
Danke, dass du mich in den schwersten Zeiten,
in denen nichts richtig zu laufen scheint,
mit deinem Frieden und deiner Fürsorge umgibst.

Danke für deine unerschütterliche Liebe,
wenn die Welt um uns herum ins Wanken gerät.
Wie unter dem dichten Dach einer Zeder
fühle ich mich bei dir geborgen.
Ich weiß, dass du dich um mich kümmerst
und meine Hand hältst.
Ich vertraue darauf, dass du die Asche meiner Vergangenheit
in Schönheit verwandelst
und die Zeiten der Trauer in Freude.
Behüte mein Herz und festige meinen inneren Frieden.
Durch deinen Schutz werden meine Ängste die Macht
über mich verlieren.

Herr, richte meine Augen auf die Hoffnung,
die wir in dir finden, und auf die Gewissheit,
dass du unsere Zukunft bist.
Amen.

Marianne Awaraji, Libanon

Lied: GL 472 Manchmal feiern wir mitten im Tag

■ SEGEN UND SENDUNG

Mit Jesus Christus sind wir als Christ:innen aufgefordert,
„Salz der Erde“ zu sein.
Im gemeinsamen Gebet, mit Jesus Christus in unserer Mitte,
bestärken wir uns gegenseitig und finden immer wieder auf's
Neue Mut und Kraft, Gottes Auftrag zu erfüllen.
Segne uns,
dass wir mit wachen Augen und Ohren erspüren,
wo die Würze des Lebens fehlt.
Lass uns aktiv handeln für die Erneuerung der Gesellschaft
und der Kirche.
Lass uns beherzt und aufrecht die Frohe Botschaft
in die Welt tragen.
Lass jede Einzelne an ihrem Ort zum Salz der Erde werden.
Amen.

So von Gott gesegnet, lasst uns in unseren Alltag zurückkehren
und als Salz der Erde in unserem Umfeld mit einer Prise Glaube,
Hoffnung und Liebe das Leben anderer schmackhaft machen.
So können wir selbst zum Segen für andere werden.
Gehen wir in Frieden und bringen wir den Frieden Gottes.
Amen.

Lied: GL 453 Bewahre uns Gott, behüte uns Gott

Alternativ:

einfacher Schritttanz mit kleinen Gesten zum Lied „Du bist die Eine, die alles erschafft“, Nr. 31, aus: Frauen loben Gott. Das Liederbuch in frauengerechter Sprache. Köselverlag.

Tanzschritte zu „Du bist die Eine“

Du bist die Eine,	<i>(wir stehen aufrecht, die Arme ausgestreckt mit den Handflächen nach oben in Brusthöhe, dazu zwei Wiegeschritte)</i>
die alles erschafft.	<i>(wir beschreiben mit den Händen einen Kreis von oben nach unten, dazu weitere zwei Wiegeschritte)</i>
Du bist die Weisheit,	<i>(beide Hände nach oben führen)</i>
die Lebenskraft.	<i>(Hände zu Fäusten ballen und wieder öffnen)</i>
Du bist die Liebe,	<i>(mit den Händen von oben nach unten einen Kreis beschreiben, dazu zwei Wiegeschritte)</i>
erfülle mich,	<i>(Hände zur Brust führen, überkreuzen, dazu zwei Wiegeschritte)</i>
öffne mein Herz.	<i>(Hände nach außen führen)</i>
1. Ich rufe dich.	<i>(Hände im Bogen geöffnet nach oben</i>
2. Ich preise dich.	<i>über den Kopf führen)</i>

■ **ABSCHLUSS**

Einladung zu Austausch und Beisammensein
(evtl. Instrumentalmusik zum Ausklang)

Die vorliegende Handreichung wurde in Kooperation von missio Aachen und missio München, dem Katholischen Deutschen Frauenbund (KDFB) und der Katholischen Frauengemeinschaft Deutschlands (kfd) erarbeitet.

Monika Altenbeck

Referentin für theologisch-spirituelle und verbandliche Bildung
Katholische Frauengemeinschaft Deutschlands (kfd) – Bundesverband e. V.

Daniela Krause

Stellvertretende Diözesanvorsitzende KDFB Freiburg

Marie Lacaille

Geistliche Leiterin kfd Freiburg

Jacqueline Schlesinger-Albert

missio-Diözesanreferentin,
Bistum Limburg

Sr. Susanne Schneider MC,

Bildungsreferentin für Frauenseelsorge und weltkirchliche Spiritualität,
missio München

Doris Seiberling

Diözesanvorsitzende KDFB Freiburg

© missio 2023



Ihre Spende hilft!
IBAN DE96 7509 0300 0800 0800 04
BIC GENODEF1M05

Stichwort: missio-Frauenliturgie