



Andacht „Freundschaftsbänke“

Guten Morgen, liebe Frauen, schöne Schwestern!

Ich hoffe, Ihr habt gut geschlafen

– und seid gefüllt mit Lust und Lebensfreude für diesen Tag!

Lasst uns diesen Tag beginnen

mit Gott, unserer Quelle des Lebens,

mit Jesus, dem uns Menschen Zugewandten

und mit der Heiligen Geistkraft, um die wir bitten:

(in einem Körpergebet, das bestimmt viele aus der Frauenarbeit – auch in Variationen – kennen. Ich spreche es vor, wer mag, kann gleich mit einstimmen, wir wiederholen es 2x.)

Heilige Geistkraft,

erfrische mich wie Tau am Morgen.

Öffne mich.

Fülle mich.

Trage mich.

Forme mich.

Umarme mich

Bewege mich.

Amen.

Stimmen wir ein in das Lied:

♪ **Steh auf, steh auf, die Liebe gibt dir Halt** (Lied Nr.1, Seite 3)

Das ist es doch, was unser Leben ausmacht!

Eine Liebe, die Halt gibt – eine Sehnsucht, die mich antreibt –
und Versöhnung, die stark macht!

Da sind wir schon mitten drin – im Leben.



In Simbabwe gibt es seit vielen Jahren eine Tradition,
die etwas davon aufgreift,
ja, ins Leben „übersetzt“ und in die Lebenspraxis.
Die Rede ist von den „Freundschaftsbänken“.
Sie finden sich überall im Land.
In vielen Dörfern sitzen dort die Großmütter
und leihen den Menschen ihr Ohr.
Sie wenden sich liebevoll denen zu,
die keinen Menschen haben,
mit dem sie reden,
dem sie sich öffnen können,
der sie erzählen können, was sie umtreibt,
was ihre Seele und ihren Körper verletzt.

Dazu braucht es Zeit, Geduld und Vertrauen.
Der Psychiater Dixon Chibanda hatte die Idee,
die Großmütter, dort wo sie leben, einzubinden.
Sie, die über so viel Lebenserfahrung und Weisheit verfügen,
sie werden zu Zuhörerinnen, sie „hören ins Wort“,
sind Frauen,
die anderen Trost und Hoffnung vermitteln können,
sind Menschen, die sich denen zuwenden,
die so dringend einen anderen Menschen an ihrer Seite brauchen,
der Fragen aushält,
und das Schweigen,
oder die Worte, die sich dahinter verbergen
und manchmal dann „heraus-sprudeln“.
So sitzen sie auf den Bänken, sind einfach da.

Es ist – als ob Gott mit auf den Freundschaftsbänken sitzt.
Zum Zeichen ihrer Zuwendung an uns Menschen.
Zum Zeichen ihres Ich-bin-da.



Halten Sie doch einen Augenblick Stille

und denken sie darüber nach, wer mit Ihnen schon auf solchen „Freundschaftsbänken“ gesessen hat?!

(An dieser Stelle kann ergänzend die Geschichte „Mittagessen mit Gott“ eingefügt werden. Sie ist unter diesem Titel im Internet zu finden.)

Segen So wünsche ich dir solch eine Bank,
wenn du sie brauchst,
einen Ort,
der zum Segen für dich wird.
Wo du sein kannst
wie Du bist
wo alles Platz hat,
was in dir wohnt,
was aus dir heraus will.

So wünsche ich dir
einen Menschen,
der dir sein Ohr leiht
und sich dir zuwendet,
weil Gott Dich geschaffen hat,
einzigartig,
als Original,
als Abbild Gottes.

Das ist Segen.
Du bist Segen.
Amen.

♪ **Sanna Sannanina**

Christine Rudershausen