

Geistliche Impulse für Kirchenpflegen

Stichwort 15:

Essen

3. Quartal 2022

Essen für die Seele

Mit Freunden und Freundinnen zusammen essen, am Wochenende mit der Familie grillieren oder in der Kaffeepause ein Stückchen Schokolade essen, das tut der Seele gut. Der Genuss von Schokolade setzt ebenso Glückshormone frei wie das Miteinander in einer geselligen Runde. Beim Thema Essen geht es in unseren Breitengraden nicht mehr so sehr ums Sattwerden, sondern eher um gesundes, regionales, saisonales, vegetarisches oder veganes ... Essen. Was kann, was soll man eigentlich essen und trinken?

Wir begehen ab 1. September bis zum 4. Oktober die Schöpfungszeit. Diese wurde 2007 von der dritten Europäischen Ökumenischen Versammlung der Kirchen in Sibiu ausgerufen. Die Versammlung empfahl ihren Mitgliedern, sich auf ihre Verantwortung für Gottes Schöpfung zu besinnen, für den Schutz der Schöpfung zu beten und einen nachhaltigen Lebensstil zu fördern.

In vielen Kirchgemeinden wird in dieser Zeit das Erntedankfest gefeiert. Wir werden uns dabei des Kreislaufs von Säen und Ernten und der engen Verbindung von Menschen und Natur als Schöpfung bewusst. Wir danken Gott für die Ernte. Es geht um Danken und Teilen, damit alle Menschen genug haben. Daher gehört zum Erntedank-Gottesdienst solidarisches Handeln dazu. «Essen für die Seele» kann auch bedeuten, Essen miteinander zu teilen. Dafür braucht es nicht viel an Vorbereitung, ein einfaches Mahl tut es auch.

Diesmal steht in **Impuls I** ein Austausch zur Aussage «[Essen tut der Seele gut](#)» zur Verfügung mit weiterführenden Fragen. In **Impuls II** gibt es ein Erzählcafé «[Das war mein Lieblingsgericht in meiner Kindheit](#)». **Impuls III** lädt zu einer Bibelarbeit ein. Wie immer, Sie wählen aus.

Impuls I: Austausch zur Aussage «Essen tut der Seele gut!»

L: «Stimmt oder stimmt nicht? Essen tut der Seele gut! Notiert eure Gedanken dazu auf Schreibkarten. In einem zweiten Schritt lesen alle ihre Notizen vor. Wir hören zu, ohne dazwischen zu fragen oder zu unterbrechen.»

Material

- Schreibkarten
- Stifte

Zum Weiterdenken

- Fällt euch etwas auf, nachdem ihr alle eure Gedanken dazu ausgetauscht habt?
- Was tut unserer Seele auch noch gut?
- Welche Rolle spielt das Thema Essen in unserer kirchgemeindlichen Arbeit?
- Was tut meiner Seele in meiner Behördentätigkeit gut? Wofür bin ich dankbar? Was wünsche ich mir?

Impuls II: Erzählrunde «Diese Erinnerungen tauchen bei meinem Lieblingsgericht auf!»

L: «Mit den Lieblingsgerichten aus unserer Kindheit sind häufig bestimmte Erinnerungen verbunden. Wir erzählen einander davon.»

Zum Weiterdenken

- Welche Gefühle kommen da bei mir hoch?
- Welche Erinnerungen an meine kirchgemeindliche Arbeit zaubern mir ein Lächeln ins Gesicht (auch über gemeinsames Essen hinaus)?
- Welche Rolle könnte das Thema Essen in der kirchgemeindlichen Arbeit spielen?

Tipp

Bei kirchlichen Veranstaltungen auf Foodwaste-Reduktion achten und zum Beispiel Caterings engagieren, die sich gegen Lebensmittelverschwendung einsetzen, regional einkaufen und saisonal kochen.

Impuls III: Bibelarbeit

L führt den folgenden Bibeltext mit ein paar Gedanken ein und liest dann vor:

Im Buch Kohelet bzw. Prediger spricht jemand, der das Leben bejaht. Wir werden von Gott reich beschenkt: «Alles hat Gott so gemacht, dass es schön ist zu seiner Zeit» (3,11), so sagt es der Prediger. Alles, was wir haben, sind Schöpfungsgeschenke. In der Schöpfungszeit sind wir aufgerufen, uns dieser Geschenke bewusst zu werden und Verantwortung zu übernehmen.

In Kohelet 9,7 nach der Zürcher Übersetzung heisst es: «Auf, iss dein Brot mit Freude, und trink deinen Wein mit frohem Herzen; denn längst schon hat Gott dieses Tun gebilligt.»

Zum Weiterdenken

- Was kommt mir bei diesen Aussagen in den Sinn?

Gedanken werden auf Schreibkarten notiert. Anschliessend die Notizen unkommentiert vorstellen und Schreibkarten als Wortwolken an einer Pinnwand befestigen. Gesamtbild der Gedanken wirken lassen und kurze Resonanzen erfragen.

Materialien: Schreibkarten, Schreibstifte, Pinnwand

- Iss dein Brot mit Freude! Wie können wir das heutzutage in unserer kirchgemeindlichen Arbeit umsetzen? Welche Kriterien spielen für uns dabei eine Rolle?

Liturgischer Abschluss (Auswahl)

Vorschläge für weitere Bibeltexte zum Thema

Psalm 103 (z. Bsp. RG 128/129): Lobe den Herrn, meine Seele

Psalm 107,9: ... denn er hat die lechzende Seele gesättigt

Markus 6,30-44: Speisung der 5000

Johannes 6,35: Wer zu mir kommt, wird nicht mehr Hunger haben ...

1. Korinther 10,31: Ob ihr nun esst oder trinkt oder sonst etwas tut ...

Liedtexte

RG 628: Alle guten Gaben

RG 631, v.a. Str. 2: Nun lasst uns Gott, dem Herren

RG 636: Komm, Herr Jesu, sei du unser Gast

RG 640: Was wir brauchen, gibt uns Gott
Rise up plus 041: Lobe den Herrn, meine Seele
Rise up plus 100: Wenn das Brot, das wir teilen

Gebete

Mir möchte danke für öises Brot.
Mir möchte teile i aller Not.
Mir möchte hälfe, Di Wille tue.
Mir möchte lieb ha – Herr, hilf derzue.

Verfasser unbekannt

Segen

Gott segnet dich.
Er segnet, was du täglich bekommst,
er segnet, was du täglich weitergibst.
Er nährt deinen Leib
Und füllt dein Herz
Mit seiner Liebe und mit seinem Frieden.
Amen

Bernadette Oberholzer

Aus Werkheft für den Gemeindesonntag 2016

Freude den Sinnen

Mein Atem geht –
was will er sagen?
Vielleicht:
Schau! Hör! Riech! Schmeck! Greif!
Lebe!
Vielleicht:
Gott atmet in dir mehr als du selbst.
Und auch:
In allen Menschen, Tieren, Pflanzen
atmet Er
wie in dir.
Und so:
Freude den Sinnen!
Lust den Geschöpfen!
Friede den Seelen!

Aus: Kurt Marti: O Gott!

Zitiert aus der Dokumentation SchöpfungsZeit 2022, Seite 8

Aussendung

Und nun denkt daran, dass wir als Christinnen und Christen
Verantwortung für die Schöpfung haben.
Geht hinaus mit der Absicht, Sorge zu tragen für
Gerechtigkeit, Liebe und Friede in Worten und mit Taten.
Geht hinaus mit der Einsicht, dass Ihr Christus treffen werdet,
wenn ihr einen eurer geringsten Geschwister, eines eurer geringsten Mitgeschöpfe trefft.
Möge Gott euch segnen und behüten.
Möge Gottes Angesicht leuchten über euch und euch gnädig sein.
Möge Gott sein Angesicht auf euch erheben und euch Frieden geben.

Leicht angepasst aus: Lieder und Texte für den Gottesdienst, Seoul 1989.

Zitiert aus der Dokumentation SchöpfungsZeit 2022, Seite 11

Zitate

Man soll dem Leib etwas Gutes bieten, damit die Seele Lust hat, darin zu wohnen.

Teresa von Avila / Winston Churchill

Es gibt Augenblicke, in denen eine Rose wichtiger ist als ein Stück Brot.

Rainer Maria Rilke

Man mag Menschen, die der Seele Nahrung zukommen lassen.

Elfriede Hablé

Jessica Stürmer, Erwachsenenbildung, Reformierte Kirche Kanton Zürich

Jürg Hochuli, Stephan Degen-Ballmer, Gemeindedienste, Reformierte Landeskirche Aargau

Zur Reihe «Geistliche Impulse für Kirchenpflegen»

Es ist vielen Kirchenpflegen ein Anliegen, zu ihren Sitzungen – oder auch zu besonderen Gelegenheiten – ihr eigenes Kirche-Sein in Form von Andachten oder einem geistlichen Einstieg in die Sitzung zu leben. Der Kirchenrat unterstützt dies und ermuntert im Rahmen seines Arbeitsprogramms 2019 bis 2022 alle Kirchenpflegen, diesem Anliegen Raum zu geben. In Zukunft erscheinen deshalb vierteljährlich Impulse für Kirchenpflegen, die dazu motivieren und anleiten, das geistliche Leben in der Behördenarbeit im Gespräch, in der Arbeit mit Bibeltexten, im Gebet, im Gesang und in der Bitte um den Segen zu erleben.