

## **Segen**

Es segne und behüte uns  
der allmächtige und barmherzige Gott,  
+ Vater, Sohn und Heiliger Geist.  
Er bewahre uns vor Unheil  
und führe uns zum ewigen Leben. Amen.

### **Sie erreichen uns telefonisch:**

**Pfarrerin Bettina Roth: 04740 - 1211**

[roth.bettina.pfr.n@gmx.de](mailto:roth.bettina.pfr.n@gmx.de)

Bürozeit (telefonisch) siehe Kirchenkurier 17-19:00 Uhr

### **Das Kirchenbüro ist zur Zeit nicht besetzt!**

**Bitte Nachrichten** auf dem AB hinterlassen oder eine  
Mail: [kirchenbuero.dedesdorf@kirche-oldenburg.de](mailto:kirchenbuero.dedesdorf@kirche-oldenburg.de)

### **Konfirmandenunterricht:**

**25.08. 16-17 Vorbereitung (alle)**

**25.08. 17-18:00 Uhr Prüfung (alle). Bitte testen.**

### **Veranstaltungen: siehe Kirchenkurier**

### **Kirche:**

**Gottesdienst am 7. August um 18:00 Uhr,** Kirche.

Bitte nehmen Sie weiterhin auch das Angebot der  
Andachten zum Mitnehmen auf der Homepage oder an den  
Eingängen zum Friedhof wahr. Danke.

## **Andacht für Zuhause**

**4. Sonntag n. Trinitatis (10.07.-16.07.2022)**

**Einer trage des anderen Last,  
so werdet ihr das Gesetz Christi erfüllen.  
Galater 6,2**

### **Vorbereiten**

Ich zünde eine Kerze an.  
Ich lege beiseite, was mich gerade beschäftigt,  
und achte auf das Licht.

Mein Kopf und mein Herz sind voll.  
Einatmen - ... ausatmen - ... Alles loslassen.  
Ich bin hier. Gott ist bei mir. Amen.

### **Den Wochenpsalm beten**

Psalm 42

(2) Wie der Hirsch schreit nach frischem Wasser,  
so schreit meine Seele, Gott, zu dir.

(3) Meine Seele dürstet nach Gott,  
nach dem lebendigen Gott.

Wann werde ich dahin kommen,  
dass ich Gottes Angesicht schaue?

(4) Meine Tränen sind meine Speise Tag und Nacht,  
weil man täglich zu mir sagt: Wo ist nun dein Gott?

(5) Daran will ich denken

und ausschütten mein Herz bei mir selbst:  
wie ich einherzog in großer Schar,

mit ihnen zu wallen zum Hause Gottes  
mit Frohlocken und Danken

in der Schar derer, die da feiern.

(6) Was betrübt dich, meine Seele,  
und bist du so unruhig in mir?

Harre auf Gott; denn ich werde ihm noch danken,  
dass er mir hilft mit seinem Angesicht.

### **Anfangen**

In deinen Händen, Herr, steht unsere Zeit.  
Denke an mich in deiner Gnade.  
Erhöre mich und hilf mir. Amen.

### **Auf Gottes Worte hören** (Wochenspruch)

Manchmal ist es beeindruckend, wie Menschen mit Lasten  
umgehen, die sie so mit sich herum tragen.

Manche stöhnen, jammern und leiden und andere laufen  
scheinbar leichtfüßig trotz der schweren Lasten durch das  
Leben. Wie kommt das? Wie kann man das schaffen?

Ein Beispiel: ich las in einem Text von einer Frau, die vor  
einigen Jahren einen Schlaganfall hatte. Sie hat sich relativ  
gut erholen können, aber es sind schon die einen oder  
anderen vor allem körperliche Einschränkungen zurück  
geblieben, beim gehen und auch beim Essen kann man  
deutlich sehen und merken, dass sie sich schwer tut, es  
nicht so richtig rund läuft.

Auf die Frage, wie sie mit den Einschränkungen für sich  
leben kann, schaut die den Fragenden mit großen Augen an  
und antwortet verwundert: „Ich denke eigentlich nicht an  
Einschränkungen. Ich denke vor allem an das, was mir  
möglich ist. Ich lebe alle Freiheiten, die ich habe.“

Wow, was für eine Antwort, beeindruckend.

Wie oft, so ertappe ich mich dabei, denken wir immer nur  
an das, was vielleicht grade nicht geht, nicht rund läuft und  
wir „eingeschränkt“ sind und manches Mal jammern und  
stöhnen wir unter der vermeintlichen Last.

Denke ich zurück an Corona, die „Einschränkungen“, die uns  
auferlegt waren oder an die Frage der Masken, ob und wie  
sie nötig sind, Belastung oder Sicherheit.

Und ich muss ehrlich sagen, mir fällt auf, dass wir uns oft  
über die negativen Dinge wahrnehmen und bewerten und

zu selten über das, was uns alles gelingt, was uns gut tut,  
was wir tun können, uns Freiheit schenkt.

Ja, wir mussten uns einschränken auf wenige Menschen und  
ja, es gab sicher Defizite in den letzten Jahren und doch gab  
es auch gute Momente und Zeiten, wir hatten eine andere  
Qualität an Miteinander, an Kontakten, an Zeit.

„Ich lebe die Freiheiten, die ich habe.“ so sagt die Frau. Das  
möchte ich auch (mehr) können und anderen Menschen  
wünschen. Einfach mehr auf das sehen, was ich kann, was  
ich an Freiheit für mich erleben und gestalten kann, was mir  
persönlich Freiheit schenkt.

Und das geht auch, wenn ich vielleicht durch anderes  
„eingeschränkt“ bin, da ist es wieder, und doch kommt es  
dann auf die eigene Kreativität an, was geb ich ab und was  
halte ich fest von dem, was mich einschränkt?

Gott möchte, dass wir einen freundlichen Blick auf uns  
selbst haben, denn so schaut er uns an. Ihm geht es nicht  
um Einschränkungen, ihm geht es um unser Leben, das wir  
von ihm geschenkt bekommen haben, um es zu gestalten,  
mit all den Herausforderungen (Lasten), die es eben so mit  
sich bringt, aber eben mit dem Wunsch, einander beim  
Lasten tragen zu entlasten. Amen.

### **Beten**

Ich will dir danken, Gott ...

Ich denke besonders an ...

Das beschäftigt mich ...

Vater unser im Himmel, geheiligt werde Dein Name.  
Dein Reich komme. Dein Wille geschehe, wie im Himmel,  
so auf Erden. Unser tägliches Brot gib uns heute.  
Und vergib uns unsere Schuld, wie auch wir vergeben  
unsern Schuldigern. Und führe uns nicht in Versuchung,  
sondern erlöse uns von dem Bösen. Denn dein ist das Reich  
und die Kraft und die Herrlichkeit in Ewigkeit. Amen.