

# Mit Gott unterwegs...



Kleine Pilger-Touren  
zum Kraftschöpfen und Durchhalten



## Spaziergang 3 : St. Michaelis – Kalkberg – St. Michaelis (Länge: ca. 1 km, viele Treppen)

*Der Spaziergang beginnt an der St. Michaeliskirche. Geh in die Turmhalle. Dort findest Du einen Korb mit Schnüren in verschiedenen Farben, such dir eine Farbe aus und schneide von dem Knäuel ca. ein Meter Faden ab und stecke ihn in deine Tasche.*

Im Gehen kommt vieles in Gang. Im Rhythmus der Bewegung werden Blockaden gelockert, Gedanken aufgehellt, der Blick weitet sich und beflügelt den Geist. Mögest Du weiterkommen und auf Deinem Weg und finden, was Du suchst. Nun gehe im Namen Gottes, des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes. Amen.



*Bevor Du die Turmhalle verlässt, höre folgende Liedstrophe:*

*Biege rechts in die Görjesstraße ein und gehe Richtung Kalkberg. Überquere die Straße, gehe die Treppen hoch und links durch das Tor ins Naturschutzgebiet. Dann gehe links an den Stufen, die auf den Berg führen, vorbei und nimm die Stufen, die in die Schlucht hinabführen.*

*Denke auf der nächsten Wegstrecke über folgende Fragen nach:*

Was habe ich geschaffen und bewirkt? Was ist mir gelungen?

In der Schule – Im Beruf – bei meinen Kindern – in meinem Ehrenamt - in der Auseinandersetzung mit mir selbst

*Überquere die Schlucht. Bleibe dabei auf dem Weg. Am Ende der Schlucht biege nach links ab. Folge dem Weg, nimm dann die flachen Stufen. Danach siehst Du links eine steinerne Treppe, steig sie hinauf und dann wende dich nach rechts, folge dem Weg, bis Du wieder an dem Aufstieg zum Kalkberg bist.*

*Denke auf der nächsten Wegstrecke über folgende Fragen nach:*

Was wurde mir ermöglicht? Was wurde für mich getan? Wer hat mich gefördert? Was hat mich zu dem/zu der gemacht, der oder die ich bin?

*Nun bist Du an der Treppe hoch zum Gipfel des Kalkbergs gelangt. Nimm die Stufen langsam, mach Pausen und lies in jeder Pause einen der folgenden Sätze und lass ihn dann im Gehen nachwirken:*

### **Kurzgebet**

Ich bin, wer ich bin. - Ich bin, was ich habe. - Ich bin, wie ich aussehe. - Ich bin, was ich kann. - Ich bin, was ich will. - Ich bin, was man von mir sagt. - Ich bin, was ich hinterlasse. - Ich bin, was von mir geschrieben steht. - Ich bin, was von mir bleibt. - Ich bin, was ich leiste. - Ich bin, was man mir zutraut.- Ich bin, Mein Gott, wer bin ich? Amen

*Nun auf dem Plateau angekommen, vielleicht ein wenig außer Atem, suche Dir eine Sitzgelegenheit und lies folgenden Bibeltext*

### **Luk 10**

Als sie aber weiterzogen, kam Jesus in ein Dorf. Da war eine Frau mit Namen Marta, die nahm ihn auf. 39 Und sie hatte eine Schwester, die hieß Maria; die setzte sich dem Herrn zu Füßen und hörte seiner Rede zu. 40 Marta aber machte sich viel zu schaffen, ihnen zu dienen. Und sie trat hinzu und sprach: Herr, fragst du nicht danach, dass mich meine Schwester lässt allein dienen? Sage ihr doch, dass sie mir helfen soll! 41 Der Herr aber antwortete und sprach zu ihr: Marta, Marta, du hast viel Sorge und Mühe. 42 Eins aber ist not. Maria hat das gute Teil erwählt; das soll nicht von ihr genommen werden.

*Schau über die Stadt Lüneburg. Hier wohnen viele Marthas, im Reihnhaus, im Theater, in einem der Hochhäuser, etc., denn:*

Martha, das ist die Ehefrau, die ihren Mann und den Kindern immer alles recht machen will. Die immer noch eine zusätzliche Überraschung parat hat, glücklich ist, wenn abends alle zufrieden im Wohnzimmer sitzen, während sie noch in der Küche aufräumt. Die dann todmüde ins Bett fällt. So jeden Tag und jeden Abend. Und der

jetzt eine Welt zusammenbricht, die Kinder gehen aus dem Haus und die Ehe geht auseinander.

Martha, das ist der 30 jährige Tänzer, der jahrelang intensiv trainiert hat, immer das eine Ziel vor Augen und der nun kurz vor dem Höhepunkt seiner Karriere einfach nicht mehr auftreten darf. Er weiß. Die Zeit spielt gegen ihn. Lange lässt sich sein erkämpftes Niveau nicht mehr halten.

Martha, das ist der kleine Junge, der dasteht mit seinem Geschenk, das er selbst ausgesucht, gebastelt hat, die Mutter lacht und sagt: „Was, das soll ein Vogelhäuschen sein, da traut sich doch kein Vogel rein“ Und dabei hatte er sich so viel Mühe gegeben.

„Maria hat das bessere Teil gewählt!“ sagt Jesus. Es gibt Augenblicke, da ist es gut, sich wie Maria, Jesu zu Füßen zu setzen und zu hören, was er verkündet: Du bist, was Du bist. Jenseits von dem, was Du tust und leistest: Ein geliebtes Kind Gottes

Die Erkenntnis, von Gott geliebt und angenommen zu sein unabhängig von dem, was ich leiste oder woran ich scheitere, nennt man Rechtfertigung. Paulus fühlte sich durch sie befreit. Später hat Martin Luther sie neu entdeckt und dadurch ebenfalls erlösende Weite erfahren.

*Wenn Du möchtest, kannst Du auf dem Boden mit einem Stock eine Lutherrose zeichnen (vgl. Abbildung) mit Kreuz, Herz, Blume und Kreis. Vielleicht findest Du auch genug Steine, dann kannst du sie mit Steinen legen. Höre dabei oder danach die folgenden Liedstrophen:*



*Verlasse nun das Plateau wieder. Wenn Du am Denkmal angekommen bist, gehe rechts um den Kalkberg herum und setze Dich auf die erste Bank.*

Äußere im Stillen Deinen Dank. Und Deine Bitten. Sprich dann: Mein Gott, erbarme Dich. Anschließend bete das Vaterunser:

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 unseren 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.



*Danach höre folgende Strophe:*

*Nun kannst Du den Naturfaserfaden aus Deiner Tasche nehmen und vor Dich an das Geländer neben die andere farbigen Schnüre binden als Zeichen der Verbundenheit mit den anderen Menschen, die ebenfalls die Tour gemacht haben und machen werden.*

*Folge dem Weg um den Kalkberg weiter, wenn Du beim Baumstumpf bist, gehe nicht links, sondern halte Dich geradeaus. Irgendwann führt eine Treppe zur Straße, steig die nicht hinab sondern biege vorher rechts ab. Verlasse den Kalkberg auf dem Weg, den du gekommen bist. Wenn Du allerdings die Straße überquert hast, biege nach links und gehe dann durch das eiserne Tor rechts in den Bürgerpark. Biege wieder rechts ein, auf der rechten Seite an der Mauer findest Du eine bunte Bank. Hier gegenüber vom Michaeliskirchturm setze dich und lies den Segen.*

### **Sendung und Segen**

Wenn Du wieder in den Alltag gehst, dann trennt die Welt wieder in solche, die leisten und solche, die anderen auf der Tasche liegen, in Starke und Schwache, Verlierer und Gewinner. Wenn Du wieder in den Alltag gehst, dann geh Du mit Gott. Bau Brücken. Schau ins Herz. Richte auf. Wenn Du wieder in den Alltag gehst, dann durchkreuzt der Segen Gottes die Urteile und Zeugnisse, schreibt neu an deinem Leben und sagt dir: Dich brauche ich. So wie Du bist. Amen



*Höre zum Abschluß von Knut Nystedt  
„Peace I leave with you“*

Text: A.Bettex,

Gebet und Segen: Gerhard Engelsberger, Gottesdienst - alltäglich