



Alles steht Kopf



Vorbereitung:

große Tücher in gelb, rot, blau, grün und lila, angeordnet wie Blütenblätter, ein mit einem Tuch verdeckter Spiegel in der Mitte, eine größere Menge an Legematerial, 5 biblische Erzählfiguren oder Ausdrücke der 5 Gefühlsfiguren aus dem Film, eine Mappe für Bibeltexte oder Kinderbibel, 5 Teelichter

Ein Beamer mit Laptop und der Film „Alles steht Kopf“, auszuleihen bei der Medienzentrale (möglich bis 12.04.2033): www.medienzentralen.de/muenchen dazu eine Abspielmöglichkeit für Instrumentalmusik oder Live-Musik in unterschiedlichen Stimmungslagen.

Als Mitgebsel eignen sich gelb-bunte Glasmurmeln (nicht für Kleinkinder!).

Liederbücher:

Immer und überall (**Iuü**), Herausgegeben vom Landeskirchenamt der Evangelisch-Lutherischen Kirche in Bayern, Nürnberg, 1. Auflage 2023.

Lalelu-JA! Lieder für die Kita. Hrsg. vom Evangelischen Chorverband Niedersachsen-Bremen – München: Strube, 2023. Oder God for You(th) – Das Benediktbeurer Liederbuch (**GFY**), Deutsche Provinz der Salesianer Don Boscós, München 3. Auflage 2012, <https://god-for-youth.donbosco.de/>.



Lied

Luü 373 *Liebe das Leben*

GFY 19 *Komm herein und nimm dir Zeit für dich*

Liturgischer Gruß

Im Namen des Vaters, des Sohnes und des Heiligen Geistes. Amen.

Versammlung

Willkommen bei unserem Gottesdienst heute.

Eine Frage, die man sich selten im Gottesdienst stellt, dafür aber oft, wenn man sich trifft:
Wie geht es dir? Wie fühlst du dich denn heute?

Diese Frage beantworten Erwachsene meist schnell und nicht immer der Wahrheit
entsprechend mit: Es geht schon, es geht gut.

Heute möchte ich dich bitten, dir für die Antwort ein wenig Zeit zu nehmen. Mach die Augen
zu, wandere in Gedanken durch deinen Körper, vom Kopf bis zu den Zehen. Wie fühlst du
dich denn heute?

L lässt den Mitfeiernden Zeit.

Mach die Augen wieder auf und merke dir dein Gefühl von diesem Augenblick. Magst du es
uns verraten?

Wer möchte, kann kurz sagen, wie er/sie sich gerade fühlt.

Woher kommen unsere Gefühle? Aus dem Kopf, aus dem Herzen, aus dem Bauch? Es ist
wohl eine Mischung davon. Unser Film heute hat sich diese Frage auch gestellt und stellt
sich vor, wie die Gefühle zusammenspielen in unseren Köpfen.

Der Anfang des Films wird abgespielt bis ca. Minute 6 (Freude sagt: Und wir sind raus).

Wenn wir zur Welt kommen, bringen wir unsere Gefühle mit, so beschreibt es der Film.
Diesen fünf Gefühlen wollen wir heute nachgehen.

Eröffnungsgebet

Lasset uns beten

kurze Stille

Gott des Lebens,

wir sind heute versammelt bei dir.

Wir sind müde, fröhlich, gut gelaunt, gelangweilt, traurig, wütend, ...



Es wird eingefügt, was zuvor an Emotionen genannt wurde.

Sei bei uns, egal, wie wir uns gerade fühlen. Darum bitten wir dich. Amen

1. Station

Es geht heute von Gefühl zu Gefühl.

Die Mitfeiernden begeben sich zum gelben Tuch, oder wenn der Gottesdienst im Kreis gefeiert wird, geht L zu dem gelben Tuch.

Ich weiß von mir, dass ich mich nicht immer gleich fühle und bei dir ist das vermutlich auch so. Am Anfang des Filmes, am Anfang des Lebens steht die **Freude**.

Eine Erzählfigur in froher Ausdrucksweise oder das Bild der Freude aus dem Film wird gezeigt.

Aber wie war das bei Jesus?

Bibeltext¹

Jesus sandte seine Jünger und Jüngerinnen aus. Sie gingen in die Dörfer, verkündeten das Reich Gottes und heilten Kranke. Danach kehrte sie zu Jesus zurück.

In dieser Stunde rief Jesus, vom Heiligen Geist erfüllt, voll Freude aus: Ich preise dich, Vater, Herr des Himmels und der Erde

Lukas 10,21a

Aktion und Hintergrundmusik

Sicher hast du dich schon mal gefreut? Vielleicht Erinnerst du dich an diesen Moment. Wie fühlt sich Freude an. Du bist eingeladen ein Zeichen auf das gelbe Tuch zu legen, das für dich Freude ausdrückt

fröhliche, leichte Instrumentalmusik

Die Mitfeiernden legen ihr Zeichen. Sobald alle fertig sind, werden diese kurz betrachtet.

Lied

Luü 175 *Danke, dass du mich siehst*

GFY 694 *Der mich atmen lässt, Strophe 1 und 6*

¹ Geprägte Zeiten: Lektionar IV 2022. Rechte: staeko.net



Alle Mitfeiernden oder L begeben sich zu dem blauen Tuch.

2. Station

Als nächstes lernen wir **Kummer** dazu. Man könnte sie auch Traurigkeit nennen.

Eine Erzählfigur in trauriger Ausdrucksweise oder das Bild der Kummer-Figur aus dem Film wird gezeigt.

Bibeltext²

Ein Mann war krank, Lazarus aus Betanien, dem Dorf der Maria und ihrer Schwester Marta.

Daher sandten die Schwestern Jesus die Nachricht: Herr, sieh: Der, den du liebst, er ist krank.

Jesus liebte aber Marta, ihre Schwester und Lazarus. Als er hörte, dass Lazarus krank war, blieb er noch zwei Tage an dem Ort, wo er sich aufhielt.

Als Jesus ankam, fand er Lazarus schon vier Tage im Grab liegen.

Die Juden, die bei Maria im Haus waren und sie trösteten, sahen, dass sie plötzlich aufstand und hinausging. Da folgten sie ihr, weil sie meinten, sie gehe zum Grab, um dort zu weinen. Als Maria dorthin kam, wo Jesus war, und ihn sah, fiel sie ihm zu Füßen und sagte zu ihm: Herr, wärest du hier gewesen, dann wäre mein Bruder nicht gestorben. Als Jesus sah, wie sie weinte und wie auch die Juden weinten, die mit ihr gekommen waren, war er im Innersten erregt und erschüttert. Er sagte: Wo habt ihr ihn bestattet? Sie sagten zu ihm: Herr, komm und sieh! Da weinte Jesus.

Johannes 11, 1.3.5-6.17.31-35

Aktion und Hintergrundmusik

Sicher warst du schon einmal traurig oder hast dir Sorgen gemacht? Vielleicht Erinnerst du dich an diesen Moment. Wie fühlt sich Kummer an. Du bist eingeladen ein Zeichen auf das blaue Tuch zu legen, das für dich Kummer ausdrückt.

Instrumentalmusik in moll

Die Mitfeiernden legen ihr Zeichen, wenn alle fertig sind, werden diese kurz betrachtet.

² Lesejahr A: Lektionar I 2019. Rechte: staeko.net



Lied

luü 175 *Danke, dass du mich siehst*

GFY 694 *Der mich atmen lässt, Strophe 5*

Die Mitfeiernden oder L begeben sich zum lila Tuch.

3. Station

Als nächstes kommt die **Angst** dazu.

Eine Erzählfigur in ängstlicher Ausdrucksweise oder das Bild der Angst-Figur aus dem Film wird gezeigt.

Bibeltext³

Vor seiner Verhaftung und seiner Verurteilung zum Tod,

kam Jesus mit seinen Jüngern zu einem Grundstück, das Getsemani heißt, und er sagte zu seinen Jüngern: Setzt euch hier, während ich bete! Und er nahm Petrus, Jakobus und Johannes mit sich. Da ergriff ihn Furcht und Angst und er sagte zu ihnen: Meine Seele ist zu Tode betrübt. Bleibt hier und wacht!

Markus 14, 32-34

Aktion und Hintergrundmusik

Sicher hast du schon einmal Angst gehabt, hast dich erschreckt oder hattest ein mulmiges Gefühl? Vielleicht Erinnerst du dich an diesen Moment. Wie fühlt sich Angst an. Du bist eingeladen ein Zeichen auf das lila Tuch zu legen, das für dich Angst ausdrückt.

Leise, spannende Instrumentalmusik

Die Mitfeiernden legen ihr Zeichen, wenn alle fertig sind, werden diese kurz betrachtet.

Lied

luü 175 *Danke, dass du mich siehst*

GFY 694 *Der mich atmen lässt, Strophe 7*

Die Mitfeiernden oder L begeben sich um das grüne Tuch.

³ Votivmessen: Lektionar VIII 2006. Rechte: staeko.net



4. Station

Als nächstes erscheint der **Ekel** in der Gefühlszentrale. Man könnte auch sagen die Abneigung oder das „Nein“, das Nicht-wollen.

Eine Erzählfigur in ablehnender Ausdrucksweise oder das Bild der Ekel-Figur aus dem Film wird gezeigt.

Auch Jesus zeigt seine Ablehnung. Er weist seinen besten Freund zurecht.

Bibeltext⁴

Jesus begann, seine Jünger zu belehren: Der Menschensohn muss vieles erleiden und von den Ältesten, den Hohepriestern und den Schriftgelehrten verworfen werden; er muss getötet werden und nach drei Tagen auferstehen. Und er redete mit Freimut darüber. Da nahm ihn Petrus beiseite und begann, ihn zurechtzuweisen. Jesus aber wandte sich um, sah seine Jünger an und wies Petrus mit den Worten zurecht: Tritt hinter mich, du Satan! Denn du hast nicht das im Sinn, was Gott will, sondern was die Menschen wollen.

Markus 8, 31-33

frei nacherzählte Alternative:

Jesus begann seinen Freunden zu erklären: „Ich werde viel leiden müssen. Die Mächtigen im Land werden mich beseitigen wollen und töten, aber nach drei Tagen werde ich auferstehen.“ Jesus redete offen mit seinen Freunden darüber. Da nahm ihn Petrus beiseite und schimpfte ihn. Jesus solle doch keinen Unsinn erzählen. Da drehte sich Jesus zu seinen Freunden um und schimpfte Petrus: „Geh weg von mir, du Teufel! Du willst nicht, dass ich tue, was Gott von mir verlangt.“

Aktion und Hintergrundmusik

Sicher hast du auch schon mal „iiiiih“ gerufen oder „weg damit“ oder ganz laut „nein“ gesagt? Vielleicht erinnerst du dich an diesen Moment. Wie fühlt sich Ekel an. Du bist eingeladen ein Zeichen auf das gelbe Tuch zu legen, das für dich Ekel und Ablehnung ausdrückt.

Seltsam klingende Instrumentalmusik

Die Mitfeiernden legen ihr Zeichen, wenn alle fertig sind, werden diese kurz betrachtet.

⁴ Lesejahr B: Lektionar II 2020. Rechte: staeko.net



Lied

luü 175 *Danke, dass du mich siehst*

GFY 694 *Der mich atmen lässt, Strophe 2*

Die Mitfeiernden oder L begeben sich zu dem roten Tuch.

5. Station

Als letztes kommt die **Wut** dazu.

Eine Erzählfigur in wütender Ausdrucksweise oder das Bild der Wut-Figur aus dem Film wird gezeigt.

Bibeltext⁵

Jesus und seine Jünger kamen nach Jerusalem. Jesus ging in den Tempel und begann, die Händler und Käufer aus dem Tempel hinauszutreiben; er stieß die Tische der Geldwechsler und die Stände der Taubenhändler um und ließ nicht zu, dass jemand irgendetwas durch den Tempelbezirk trug. Er belehrte sie und sagte: Heißt es nicht in der Schrift: Mein Haus soll ein Haus des Gebetes für alle Völker genannt werden? Ihr aber habt daraus eine Räuberhöhle gemacht.

Markus 11, 15-17

Aktion und Hintergrundmusik

Sicher warst du schon einmal richtig wütend? Vielleicht Erinnerst du dich an diesen Moment. Wie fühlt sich Wut an. Du bist eingeladen ein Zeichen auf das rote Tuch zu legen, das für dich Wut ausdrückt.

Laute, schnelle Instrumentalmusik

Die Mitfeiernden legen ihr Zeichen, wenn alle fertig sind, werden diese kurz betrachtet.

Lied

luü 175 *Danke, dass du mich siehst*

GFY 694 *Der mich atmen lässt, Strophe 8*

⁵ Lesejahr B: Lektionar II 2020. Rechte: staeko.net



Deutung

Wenn wir uns fragen, welches Gefühl uns das liebste ist, dann heißt es wahrscheinlich – die Freude. Die Freude mögen wir lieber als alle anderen. Vielleicht ist dir aufgefallen, dass die Freude im Film versucht die anderen Gefühle von dem Kontrollpult wegzuschieben. Sie möchte die alleinige Bestimmerin sein. Aber im Leben gibt es nicht nur Freude. Bei Jesus finden wir alle diese Gefühle und wir kennen all diese Gefühle. Auch in dem Film muss die Freude feststellen, dass sie nicht das alleinige Sagen hat.

Filmszene am Ende (Ekel: Freude bring das wieder in Ordnung, Freude: Nein, das muss Kummer machen – bis – die gelb-blaue Murmel wird eingefügt)

Nur wenn alle Gefühle zusammenspielen, wenn sich die Gefühlsfarben mischen, dann wird etwas, dann wird jemand deutlich und erkennbar. Du kannst nachschauen, von wem die Rede ist.

L deckt den Spiegel in der Mitte auf. Die Mitfeiernden gehen zur Mitte und schauen in den Spiegel.

Ich und du und du und du, wir sind nur sichtbar und erkennbar, wir sind nur wir selbst, wenn wir alle unsere Gefühle ernst nehmen und sie zeigen. Sie machen uns aus, sie gehören zu uns.

Fürbitten

Gott, du fühlst mit uns.

Manchmal reicht es schon, ein Gefühl wahrzunehmen und laut auszusprechen, damit sich etwas verändert. Unsere Gefühle tragen wir vor Gott und bitten ihn:

Bei jeder Fürbitte wird eine kleine Kerze auf das farbige Tuch gestellt.

Lila Wir bitten für alle Menschen, die große Angst haben.

Grün Wir bitten für alle Menschen, die sich abwenden und zu allem Nein sagen.

Rot Wir bitten für alle Menschen, die mit ihrer großen Wut vieles kaputt machen.

Blau Wir bitten für alle Menschen, in deren Leben die Traurigkeit alles bestimmt.

Gelb Wir bitten für alle Menschen, die meinen immer glücklich sein zu müssen, die andere Gefühle schwer ertragen können.

Gott, wir legen dir unsere gemischten Gefühle in die Hände. Bei dir sind gut aufgehoben. Wir tun es so, wie Jesus es auch getan hat und beten:



Vaterunser

Segen (mit Murmeln)

Mit guten Erinnerungen im Kopf und im Herzen kommen wir auch durch Tage und Gefühle, die nicht schön und freudig sind. Das beschreibt auch der Film. Eine der besten Erinnerungen gibt Gott uns mit. Er sagt zu uns: **Es ist sehr gut, dass es dich gibt, so wie du bist!** Diese Erinnerung soll uns begleiten.

Gottes Segen bleibe fest in unserer Erinnerung und in unseren Herzen.

Er trage uns durch alle Gefühlslagen des Lebens.

So segne uns der Vater, der Sohn und der Heilige Geist. Amen

L rollt Murmeln zu den Mitfeiernden, diese fangen sie auf und nehmen sie mit

Lied

Lalelu-Ja, S. 123 *Wenn ich glücklich bin*

GFY 717 *Komm gib mir deine Hand*

