

**28. September 2024 um 16.00 Uhr – 16.50 Uhr**

laufen.atmen.vertrauen

**Ökumenisches Marathon-Gebet**

**zum 50. BMW BERLIN-MARATHON**

**in der Kaiser-Wilhelm-Gedächtniskirche**

Wir laden Euch wieder ein!

Zum 50. Mal Berlin-Marathon und zum 38. Mal ökumenisches Marathon-Gebet direkt an der Strecke: Die blaue Linie und das blaue Licht laufen zusammen in der Kaiser-Wilhelm-Gedächtniskirche. Wieder werden Menschen aus mehr als 120 Nationen an den Start gehen und den Marathon zu einem Zeichen des Friedens machen. Das unterstützen wir!

laufen.atmen.vertrauen, dieser Dreiklang wird uns leiten. Läuferinnen und Läufer spüren ihre Atmung. Sie wissen um die Wirkung des Laufens: Wenn das Tempo stimmt, finden Körper, Geist und Seele zu einem guten Rhythmus. Es ist nachgewiesen, dass laufende Menschen sich häufig entspannter und kreativer fühlen. Gerade bei langen Läufen entsteht ein Freiraum für neue Gedanken und bisher ungeahnte Problemlösungen.

Und trotzdem braucht jeder Marathonlauf noch mehr als das: das Vertrauen, dass ich das Ziel erreichen werde; das Vertrauen, dass ich die große Herausforderung der 42 km mit meiner Vorbereitung schaffe, obwohl ich es mir nicht wirklich vorstellen kann...

Vertrauen ist ein ganz treffendes Wort für den Glauben. Wer mit Gottvertrauen im „Lauf des Lebens“ unterwegs ist, kennt ebenso Höhen und Tiefen, anstrengende und schwere Strecken und auch den leichten Lauf durch eine gute Zeit. Gottvertrauen umfasst Körper, Geist und Seele – es meint den ganzen Menschen.

Wir freuen uns, wieder mit vielen Läuferinnen und Läufern Gottesdienst zu feiern und miteinander zu beten für Frieden und Vertrauen ins Leben. Wir kommen zur Ruhe, singen, spüren Gemeinschaft und nehmen die Freude und den Segen mit an den Start. Sei herzlich eingeladen!

*Den Gottesdienst werden gemeinsam gestalten:*

*Dr. Sarah-Magdalena Kingreen, Pfarrerin Kaiser-Wilhelm-Gedächtniskirche Berlin*

*Horst Milde, Begründer des Berlin-Marathons, Ehren-Race-Direktor*

*Jutta von Haase, Siegerin bei der Premiere des Berlin Marathons 1974*

*Ute Szameitat, Volunteer beim Berlin-Marathon, Läuferin und Walkerin*

*Dr. Helmut Jansen, kath. Theologe – Supervisor – Triathlet, [www.lauf-rat.de](http://www.lauf-rat.de)*

*Dr. Lars Charbonnier, ev. Pfarrer und Läufer*

*Peter Burkowski, ev. Pfarrer i.R. und Läufer*