

Elemente für einen Gemeindegottesdienst

Einleitung

Auf einer Wanderung brauchen wir hie und da eine Pause, nicht nur, um auszuruhen, sondern auch zum Überprüfen, ob wir noch auf dem rechten Weg sind. Dabei schauen wir zurück auf den Weg hinter uns und blicken auch auf das Wegstück vor uns.

Der Jahreswechsel bietet sich geradezu an, eine solche Pause auch für unsern Lebensweg einzuschalten. So hoffen wir, dass dieser Gottesdienst für uns alle Gelegenheit gibt, auf unser Leben in letzter Zeit, im letzten Jahr zurückzublicken; aber zugleich auch Ausblick zu halten auf das Jahr, das vor uns liegt.

So lade ich Sie jetzt ein, sich zu setzen und in der Stille auf das verfllossene Jahr zurückzublicken: was hat es mir gebracht? Was habe ich erreicht? Worüber freue ich mich? Was ist mir nicht gelungen? Wo habe ich versagt?

Stille

Gott! Ein Jahr mit Höhen und Tiefen liegt hinter uns. Dabei haben wir auch versagt. Verzeihe uns und nimm alles von uns, was uns von dir trennt!

Um zu verdeutlichen, dass wir das Trennende hinter uns lassen wollen, möchte ich Sie auffordern, heute für einmal den Friedensgruss jetzt auszutauschen und so Trennendes zu überwinden.

Friedensgruss

Im vergangenen Jahr wurde uns vieles geschenkt. Dafür wollen wir jetzt Gott danken. Wir tun es mit dem Lied „Nun danket alle Gott“ (KG Nr. 236; EG Nr. 233).

Nach dem Zurückblicken wollen wir jetzt bewusst ins neue Jahr treten. Wir schalten nochmals einige Augenblicke Stille ein. Jede und jeder kann dabei persönlich überlegen: was kommt in diesem Jahr auf mich zu? Auf was freue ich mich? Was macht mir Angst?

Stille

Gebet

Guter Gott!

Ein neues Jahr liegt vor uns. Wir freuen uns auf frohe Stunden, auf viele gemeinsame Erlebnisse und Erfolge. Einiges macht uns aber auch Angst. Lass uns jetzt dir anvertrauen. Zeige uns deine Nähe, begleite uns durch dieses Jahr durch Christus, unseren Herrn. Amen.

Predigt: Innehalten in der Mitte

(Zum Evangelium Mk 6,30-31)

Einstieg

Stress bestimmt unser Leben. Kaum jemand kann ihm ausweichen. Wir sollten immer mehr machen; es wird immer hektischer und wir haben immer weniger Zeit. Das beginnt schon bei den Kindern, die allzu oft ein volles oder sogar übervolles Wochenprogramm haben. Leider

müssen auch wir Seelsorgerinnen und Seelsorger des öftern bekennen: „Ich habe keine Zeit.“

Wir laufen der Zeit hintennach. Wir rennen und hasten und tun es mit dem Ziel, nachher endlich etwas Zeit zu haben. Und doch haben wir nachher keine Zeit.

Bild der Uhr

Der Ausdruck „hinter der Zeit nachrennen“ führt uns zu einem Symbol, das unsere Gedanken verdeutlichen könnte: die Uhr. Bei der Uhr drehen sich die Uhrzeiger ständig, ohne Unterbruch. Wenn wir in Gedanken mit dem Uhrzeiger mithalten wollen, gibt's nichts anderes als stets in Bewegung sein. Wenn wir mit der Zeit mithalten wollen, werden wir auch stets in Hast und Eile sein.

Das Beispiel Jesu

Dass wir keine oder zu wenig Zeit haben, ist nicht nur unsere eigene Schuld. Wir geraten heute im Alltag wohl oder übel in diesen Stress. Darum die Frage: wie können und sollen wir uns darin verhalten?

Auch Jesus und die Apostel erlebten den Stress. Im Evangelium haben wir gehört, dass die Leute kamen und gingen und dass Jesus und die Apostel kaum Zeit fanden zum Essen. Und was tut Jesus in diesem Stress? Er lädt die Apostel in die Stille ein. Sie gehen an einen einsamen Ort und halten inne.

Wenn wir nochmals ans Bild der Uhr denken: der Zeiger aussen kreist mit grossem Tempo. Aber je näher wir zur Mitte kommen, umso langsamer und gemächlicher wird das Tempo. Und schliesslich ganz in der Mitte dreht sich nichts mehr; es ist nur noch Ruhe.

Innehalten wie Jesus heisst im Bild der Uhr: ich renne nicht nur immer dem Zeiger nach, sondern schöpfe öfters auch in der Mitte, in der Ruhe neue Kraft.

Solange ich im rasenden Tempo aussen bin, bleibt mein Leben sehr oberflächlich. So vieles muss schnell gemacht werden. Immer wieder kommt gleich das nächste. In der Mitte habe ich Zeit und Ruhe, über das Leben und den Alltag nachzudenken und so zu vertiefen. Wenn ich dann nachher wieder hinausgehe, kann ich mehr aus der Mitte heraus leben.

Das Rad des Bruder Klaus

Neben dem Beispiel von Jesus gibt es auch das Beispiel von Bruder Klaus. Ihn zog es in die Mitte. Sein Bild war nicht die Uhr, sondern ein Rad mit den gleichen Eigenschaften: aussen herum dreht es sich ständig. In der Mitte aber ist es ruhig.

Bruder Klaus sah die Wichtigkeit der Mitte und lebte es in seinem Gebetsleben im Ranft vor.

Innehalten heute

Vielleicht denken Sie jetzt: „Das ist ja gut und recht. Jesus und Bruder Klaus, die konnten das; aber wir in unserer Zeit!“

Wenn wir wollen, können auch wir es. Das Schöne und Faszinierende bei der Uhr und beim Rad ist die Tatsache, dass es auch in der Mitte weitergeht, nur viel gemächlicher und langsamer.

Darum ist es für uns wichtig, dass wir uns regelmässig Zeit nehmen zum bewussten „In die Mitte gehen“ und zum Innehalten. Wir müssen dabei unseren eigenen Rhythmus finden und wissen, welche Zeiten am geeignetsten sind. Vielleicht nehmen Sie das neue Jahr gleich zum Anlass, sich einen sinnvollen Rhythmus des Innehaltens vorzunehmen.

Wer regelmässig innehält, erhält Tiefe. Er oder sie wird ein ruhiger, spiritueller Mensch und kann so auch den Alltag besser bewältigen. Nicht zuletzt kann er oder sie auch Konflikte anders angehen, findet neue Wege und kann so wie Bruder Klaus zum Friedensstifter werden.

Fürbitten

Guter Gott!

Aus der Hetze des Alltags sind wir zu dir in die Stille gekommen und bringen dir auch unsere Sorgen und Anliegen mit:

- 1) Für alle, die der Zeit hintennach rennen und in ständiger Hetze leben, dass sie den Weg zur Mitte und zum Innehalten finden.
- 2) Für die Eltern und Familien, dass sie sich gegen den Stress des Alltags wehren können und in ihrer Familie einen Ort und Zeiten schaffen, in denen Ruhe und Stille einkehren können.
- 3) Für die Seelsorgerinnen und Seelsorger, dass sie genügend Zeit finden für ihre eigene Mitte, aber auch Zeit, einfach für die Menschen da zu sein.
- 4) Für uns selber, dass wir einen guten Lebensrhythmus finden und zu tiefen, spirituellen Menschen werden.
- 5) (In einer kurzen Stille wollen wir noch unsere ganz persönlichen Anliegen vor Gott bringen).

Gott! Du kennst unsere Bitten und Anliegen, ob wir sie aussprechen oder nur im Herzen tragen. Erhöre sie alle durch Christus, unseren Herrn.

Josef Wirth

3.6.02 JW