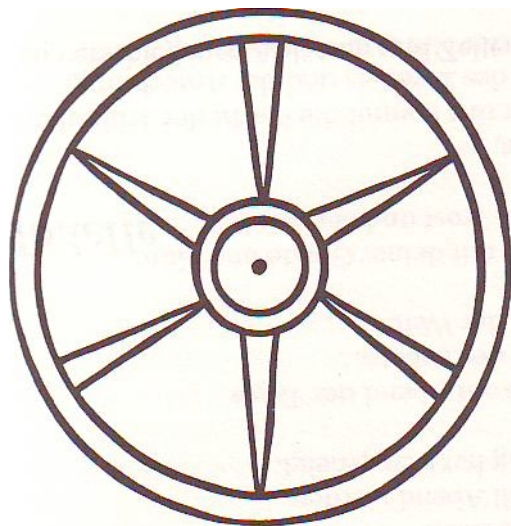


## Zur Mitte kommen – Ruheplätze finden

Ein Bußgottesdienst  
im Advent 2007



Zusammenstellung: Mag.<sup>a</sup> Helga J. Schwarzinger, Linz

Herausgeber: Liturgiereferat, Pastoralamt

## **Symbole**

Das Symbol dieser Bußfeier bildet ein Wagenrad. Das Zeichenhafte kommt besonders gut zum Ausdruck, wenn der Adventkranz auf das Wagenrad gebunden wird. In die Nabe des Rades wird eine Kerze gestellt (eventuell Altarkerze). Sie symbolisiert Christus als die Mitte der Gemeinde und des Lebens jedes einzelnen.

Für die Meditation des Wagenrades ist es hilfreich, wenn die Mitfeiernden das Symbol sehen können. Dazu kann ein richtiges Rad verwendet werden, wenn nicht der Adventkranz darauf gebunden wurde bzw. zusätzlich dazu, oder das Bild von der Vorderseite des Feierhefts auf Papier, als Dia oder Overhead-Folie.

Das Sonnenmandala am Ende des Feiertextes kann den Mitfeiernden zum Ausmalen mit nach Hause gegeben werden.

Liedauswahl aus Gotteslob (GL) und Liederquelle (LQ)

## **Lied**

GL 108 Komm, du Heiland aller Welt

LQ 311 Wie eine Kerze leuchtet

## **Eröffnung: Kreuzzeichen – Begrüßung**

### **Einleitung**

Die Kreisform verbindet den Adventkranz mit dem Wagenrad. Der Kreis führt in sich selbst zurück und gilt daher als religiöses Symbol der Einheit und Vollkommenheit. Das Rad bringt die Bewegung dazu. Die Speichen stehen durch ihre Verbindung zwischen Innen- und Außenkreis für die Beziehungen.

Der Kreis wie das Rad leben von der Mitte, die nicht unbedingt sichtbar sein muss. Jeder kreisrunde Teller und jedes Geldstück hat seinen Mittelpunkt, der selten zu sehen ist. Und doch spüren wir ihn, können ihn uns denken und vor dem geistigen Auge sichtbar machen.

Mittelpunkt des Kreises ist Jesus Christus. Er ist das Zentrum von allem Lebendigen. Unser Leben gewinnt seine innere Form durch den Mittelpunkt, um den es sich bewegt und mit dem es in Bezie-

hung steht. Christus ist unsere Mitte und er ist in unserer Mitte. Durch ihn kommt alles, was uns zutiefst angeht, ins rechte Verhältnis.

„Zur Mitte kommen – Ruheplätze“ finden lautet das Motto dieser Bußfeier. Wir betrachten dabei die einzelnen Teile eines Wagenrades.

## **Lied**

GL 103 Tau aus Himmelshöhn  
LQ 67 Ein Licht ist im Advent erwacht (Strophen je nach Adventwoche)

## **Bußgedanken**

### Die Mitte

Betrachten wir das Bild vor uns (Wagenrad auf Papier, Dia, Overhead)

Auf den ersten Blick sieht man ein Rad mit sechs Speichen. Bei näherem Hinsehen erkennt man außen zwei Kreislinien, die sich innen kleiner wiederholen.

Dazwischen verlaufen die Speichen. Sie verbinden Innenkreis und Außenkreis, führen zu ihnen hin und gehen von ihnen aus in einem ständigen Austausch.

Ganz im Inneren ist die Mitte. Damit ein Rad sich drehen kann, braucht es eine Mitte. Die Mitte selbst bewegt sich dabei kaum. Es sieht sogar so aus, als stünde sie still, während alles andere sich bewegt. Die Mitte ist so etwas wie ein ruhender Pol. Sie gibt dem Rad Halt und der Bewegung Gleichmaß, von ihr geht Schwung aus und gleichzeitig hält sie die Kraft zusammen.

### *Kurze Stille*

Und meine eigene Mitte?  
Wo oder was ist meine Mitte?  
Der ruhende Pol und Halt in mir,  
meine Kraft- und Lebensquelle?

## Lied

GL 298, 1 Herr, unser Herr, wie bist du zugegen

LQ 57,1 Du bist immer da

Wie sich um die Mitte eines Rades alles dreht, so kann Christus die Mitte meines Lebens sein, um die sich alles dreht. Das innere Ziel des Lebens besteht darin, den Mittelpunkt zu finden.

Nicht dass wir ihn je erreichen und „haben“ können, doch die Form unseres Lebens wird das Zentrum erahnen lassen. Wenn nicht, verliert das Leben seine Form. Dann fühlt man sich uneins mit sich selbst, zerrissen, gestresst, sich selbst fremd.

Wer die Mitte verlagern will, gerät ins Schleudern.

Wer die Mitte des Rades nach außen verlagert,  
wer Gott zu einer „Randerscheinung“ werden lässt,  
dessen Rad eiert und schwankt.

### *Stille*

Manchmal habe ich das Gefühl, meine Mitte verloren zu haben, manchmal kann ich sie nicht spüren – wenn ich außer mir bin, wenn mich etwas aus der Bahn geworfen hat, wenn ich mich zu sehr auf andere Menschen oder äußere Ereignisse konzentriert habe, wenn ich heftige Gefühle erlebe.

Vielleicht hilft es mir dann, mich auf meine körperliche Mitte zu besinnen. Die Mitte meines Leibes ist der Bauch. Ich lege einmal meine Hand auf den Bauch. Ich nehme wahr, wie er sich bei jedem Augenblick hebt und senkt. Die Erfahrungen mit meiner Körpermitte können mir helfen zu verstehen: Ich lebe und handle aus der Mitte heraus, und alles, was ich erlebe, hat Einfluss auf mich, wirkt auf mich. Es geht darum, das Gleichgewicht zwischen innen und außen zu beachten, um den ruhenden Pol in mir nicht zu verlieren.<sup>1</sup>

### *Stille*

---

<sup>1</sup> Aus: Zur Mitte kommen. Modelle und Elemente zur Gestaltung meditativer gottesdienstlicher Angebote in Krankenhaus und Gemeinde, Deutsches Liturgisches Institut, Trier 2002, S. 16-20.

Viele Menschen spüren heute, wie wichtig es ist, sich zurückzuziehen, in die Stille zu gehen, nach innen zu horchen. Die einen mögen es einfach Entspannen nennen, andere nennen es Kontemplation. Auf jeden Fall ist es die wichtige Bewegung des Rückzugs, die notwendig ist, um sich wieder nach außen wenden zu können.

So ist jede Form von Suche nach dem Lebensschwerpunkt, nach dem wirklichen Ziel im Leben die Suche nach der eigenen Mitte. Sie ist immer in uns da, unverlierbar und untrennbar mit dem Göttlichen verbunden, aber auch verhüllt, vergessen und zeitweise verfehlt.

## **Lied**

GL 298,2-3

LQ 57,2-3

## **Die Speichen**

Auf jede Speiche im Rad kommt es an. Mit jeder Speiche, die heraus fällt, wird das Rad weniger belastbar.

Die Speichen des Rades brauchen an beiden Seiten Halt, sonst stehen sie wackelig kreuz und quer in den Raum hinein und fallen bald heraus. Zusammengehalten werden sie durch die Mitte, von der sie ausgerichtet, gehalten und in Schwung gebracht werden.

Um eine Speiche in diesem Rad sein zu können, müssen die Ecken und Kanten der Speichen ein klein wenig abgerundet sein. Sie brauchen eine Form, damit sie hineinpassen. Das kann schmerzen, denn es verlangt, sich um der anderen willen ein klein wenig ändern zu lassen.

Je näher die Speichen der Mitte kommen, umso mehr nähern sie sich auch gegenseitig an.

Die Verbindung mit der Mitte bewirkt automatisch die Nähe zueinander. Was die Speichen fest zusammen hält, das halten sie zusammen.

## ***Stille***

Beim Drehen des Rades werden die Speichen im Wechselspiel belastet und entlastet:

Arbeit und Ruhe halten sich die Waage. Jede Last, die eine Gemeinschaft zu tragen hat, muss auf verschiedene Schultern verteilt werden. Dann wird der einzelne nicht erdrückt.

Das gilt für jede Vereinigung, für Familien, Pfarrgemeinden, für die Kirche als ganze.

Soll die Last nur von ganz wenigen Speichen getragen werden, steht das Rad bald still, es verliert das Wesentliche, das es zum Rad macht. Denn das Rad steht für Bewegung und Veränderung.

Manchmal fühle ich mich ein wenig verloren, deplaziert und orientierungslos. Dann kann es helfen, die Gemeinschaft mit anderen wieder mehr zu suchen. Was wir einander mitteilen, verbindet uns. Was wir gemeinsam erleben, macht uns stärker.

### *Stille*

Ist meine Last zu schwer geworden?

Gelingt mir der Rhythmus von Arbeit und Ruhe?

Wie sind die Lasten verteilt, trägt jeder und jede mit?

Ist das Rad unserer Gemeinschaft, Familie,  
in der Zusammenarbeit im Betrieb noch in Bewegung,  
oder treten wir auf der Stelle?

### *Stille*

## **Lied**

GL 298,4-5

LQ 57,4-5

## Die Felge

Auch der äußere Kreis des Rades, die Felge, bindet und verbindet. Er bezeichnet das alltägliche Leben und ebenso die Verbindung miteinander in der Nächstenliebe. In der Nächstenliebe wirkt sich die Gottesliebe aus.

Ein eiserner Reifen umschließt das Wagenrad außen und gibt ihm zusätzlich Festigkeit und Halt. Das Eisen macht das Rad unverletzlich auf seiner Fahrt über steinige und holprige Wege.

Dieses Eisen hat nicht die Bedeutung von eisernen Nerven oder eisernem Willen. Es steht vielmehr für Zuverlässigkeit und Treue, für eine Festigkeit ohne kalte Härte. Das Eisen bezeichnet ein Durchhaltevermögen, das nicht bei der kleinsten Schwierigkeit davon läuft.

Der Reifen steht vor allem für die Freude. Ohne Freude geht der Antrieb verloren. Ohne Freude werden das Zusammenwirken und die Beziehungen zur gemeinsamen Mitte bald zur Belastung.

*Stille*

Kenne ich die Freude, die mehr ist als Spaß?  
Was erneuert meine Freude, wenn die Stunden und Tage sich nur zäh enthüllen?  
Wer oder was hilft mir heraus aus Niederlagen?  
Habe ich erlebt, dass Freude anstecken kann?

*Stille*

### **Schuldbekennnis**

GL 495 mit folgendem Text:

Herr Jesus, du Sohn des lebendigen Gottes – Kyrie eleison  
Du Licht und Hoffnung der Völker – Kyrie eleison

Herr Jesus, du lichtetest unsre Nächte – Kyrie eleison  
Du ebnest Wege zum Frieden – Kyrie eleison

Herr Jesus, du willst unter uns wohnen – Kyrie eleison  
Du bist unsre Mitte – Kyrie eleison

### **Vergebungsbitte**

Der barmherzige Gott erbarme sich unser. Er befreie uns von allem, das uns hindert, ihn als unsere Mitte zu feiern, und erfülle unsere Herzen und Gedanken mit der Freude der kommenden Weihnacht.  
A Amen.

LQ 15,1-2 Bereitet den Weg dem Herrn

## **Lesung aus dem heiligen Evangelium nach Johannes**

Es trat ein Mensch auf, der von Gott gesandt war;  
Sein Name war Johannes.  
Er kam als Zeuge, um Zeugnis abzulegen für das Licht,  
damit alle durch ihn zum Glauben kommen.  
Er war nicht selbst das Licht,  
er sollte nur Zeugnis ablegen für das Licht.

Dies ist das Zeugnis des Johannes:  
Als die Juden von Jerusalem aus Priester und Leviten zu ihm sandten mit der Frage: Wer bist du?,  
bekannte er und leugnete nicht;  
Er bekannte: Ich bin nicht der Messias.  
Sie fragten ihn: Was bist du dann?  
Bist du Elija?  
Und er sagte: Ich bin es nicht.  
Bist du ein Prophet?  
Er antwortete: Nein.

Da fragten sie ihn: Wer bist du?  
Wir müssen denen, die uns gesandt haben, Auskunft geben.  
Was sagst du über dich selbst?  
Er sagte: Ich bin die Stimme, die in der Wüste ruft:  
Ebnet den Weg für den Herrn!, wie der Prophet Jesaja gesagt hat.

Unter den Abgesandten waren auch Pharisäer.  
Sie fragten Johannes:  
Warum taufst du dann, wenn du nicht der Messias bist,  
nicht Elija und nicht der Prophet?

Er antwortete ihnen: Ich taufe mit Wasser.  
Mitten unter euch steht der, den ihr nicht kennt  
und der nach mir kommt;  
Ich bin es nicht wert, ihm die Schuhe aufzuschnüren.

Dies geschah in Betanien,  
auf der anderen Seite des Jordan,  
wo Johannes taufte.

Frohe Botschaft unseres Herrn Jesus Christus.



## **(Predigt)**

### **Bitten**

Gott, unser Halt und unser Mittelpunkt:

Hilf uns zur Mitte zu kommen und Ruhe zu finden bei dir. –  
Wir bitten dich, erhöre uns.

Stärke unsere Bereitschaft zu Bewegung und Veränderung nach  
deinem Willen. – Wir bitten dich, erhöre uns.

Bewahre uns davor, dich an den Rand unseres Interesses zu stel-  
len. – Wir bitten dich, erhöre uns.

Vermehre in uns die Liebe zu dir und unseren Nächsten in Familie,  
Schule, Beruf und Pfarrgemeinschaft. –  
Wir bitten dich, erhöre uns.

Zeige uns das rechte Gleichgewicht zwischen Ruhe und Arbeit. –  
Wir bitten dich, erhöre uns.

Lass uns wachsen in der Treue, Zuverlässigkeit und Freude. –  
Wir bitten dich, erhöre uns.

Darum bitten wir dich durch Christus, unseren Herrn und Bruder.  
A Amen.

### **Einleitung zum Vaterunser:**

Zum Vaterunser bilden wir einen lebendigen Kreis, indem wir ein-  
ander die Hände reichen.

**Vater unser im Himmel ....**

**Meditation:** Du bist die Mitte

Du bist die Mitte, Herr, der Antrieb unseres Lebens.

Du hältst in Schwung das Zahnrad der Zeit.

Du setzt in Gang das Rad der menschlichen Geschichte,  
den Wechsel zwischen Werden und Vergehen.

Wärest du die Mitte nicht, das Räderwerk der Zeit lief sinnlos leer.

Du bist die Sonne, Herr, du strahlst in unser Leben.  
Du machst uns Mut.  
Dein Beispiel bleibt für uns Appell,  
das Schicksal dieser Menschheit mitzutragen,  
nach Frieden und Gerechtigkeit zu streben.  
Wärst du die Sonne nicht,  
er herrschte bei uns Frost und Finsternis.

Du bist die Quelle, Herr, die Kraft, aus der wir leben,  
reichst uns das Brot, sendest uns den Geist,  
dass wir verstehen: du kehrest im Fremden ein,  
in dem, der dürstet, und reichst zugleich  
als Gästen uns den Kelch zum Trinken.  
Wärst du die Quelle nicht,  
wie vieler Menschen Herz blieb' wüst und leer?

Aus: Haus der Stille, Weihnachten

## **Lied**

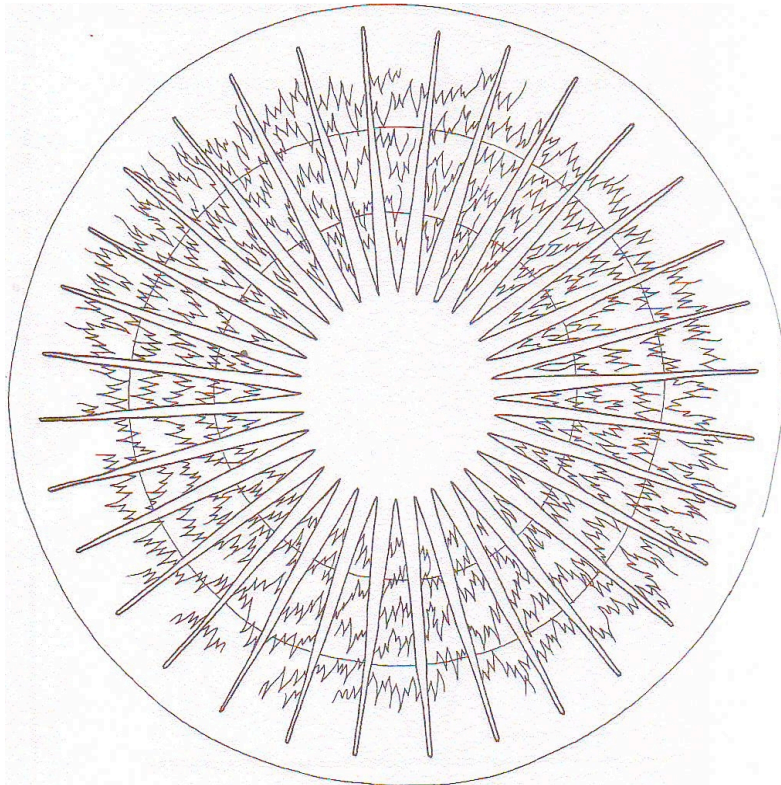
GL 816 Sieh, der Herr kommt in Herrlichkeit  
LQ 183 Komm, Herr, segne uns

## **Segensgebet**

Der Herr segne uns und schenke uns langen Atem in dieser Zeit.  
Er lasse uns die Ruhe finden, die wir brauchen,  
um ihm zu begegnen,  
ihm, der mitten unter uns lebendig ist.  
Er erfrische uns, damit unsere Hoffnung auf Gott wachsen und un-  
ser müder Glaube aufblühen kann.  
Er schenke uns das Vertrauen, dass wir ihn sehen, so wie er ist:  
als Gott, der uns liebt, wie kein Mensch es vermag, und an uns  
denkt seit dem Tag, an dem wir geboren wurden.  
So segne uns der Vater, der Sohn und der Heilige Geist.  
A Amen.

## Symbol zur Nacharbeit

In den meisten Religionen, wie auch im Christentum sind das Rad und der Kreis als Symbol der Sonne gedeutet worden. Das Sonnenmandala nach einem barocken Schema von Robert Fludd aus dem Jahr 1619 kann zur Nacharbeit dieser Feier mit nach Hause genommen werden<sup>2</sup>. Es wird von innen nach außen gemalt.



---

<sup>2</sup> Marion und Werner Küstenmacher, Energie und Kraft durch Mandalas, 1998, S. 112f.

Impressum: Alleininhaber: Pastoralamt Linz. Herausgeber: Liturgiereferat; F. d. I.  
v.: Dir. Willi Vieböck; Vervielfältigung: Hausdruckerei des Pastoralamtes; alle: 4020  
Linz, Kapuzinerstr. 84; Linz 10/2007

Behelfsnummer: 30 440 104