

Bußgottesdienst

„Man in the mirror“



Lied zur Eröffnung

„Du hast uns, Herr, gerufen“ (GL 715), „Zu dir, o Gott, erheben wir“ (GL 142) oder ein anderes bekanntes Lied, auch aus einem Liederheft oder vom einem Chor gesungen möglich

Liturgische Eröffnung (Pfarrer)

Wir beginnen unseren Gottesdienst im Namen des Vaters, des Sohnes und des Heiligen Geistes. Amen.

Einführung in den Gottesdienst (KJLB – evtl. Spiegel in der Hand)

„Spieglein, Spieglein an der Wand, wer ist die Schönste im ganzen Land?“ Wir kennen wohl alle diese Frage aus dem Märchen „Schneewittchen und die sieben Zwerge“.

Aber auch wir selber schauen sicher mehrmals am Tag in den Spiegel. Schon in der Früh, um uns herzurichten und chic zu machen. Sicher auch manchmal unterm Tag, um zu sehen, ob Frisur und Kleidung noch sitzen. Und abends vor dem Ausgehen sowieso, man will ja sehen, ob man sich sehen lassen kann. Und das letzte Mal sehen wir uns dann – vielleicht gezeichnet vom Tag, den wir hinter uns gebracht haben - bei Zähneputzen vor dem Schlafengehen.

Wahrscheinlich sind wir meistens ganz zufrieden mit unserem Aussehen und was wir aus uns gemacht haben. Manchmal aber – zum Beispiel nach einer langen Nacht – da erkennen wir uns vielleicht selber gar nicht mehr. Da senken wir lieber gleich wieder die Augen. Da möchten wir uns am liebsten selber gar nicht im Spiegel anschauen.

Ja, der Blick in den Spiegel, der wird uns manchmal nicht nur beruhigen und bestätigen, er kann uns auch ernüchtern, uns beunruhigen, uns unzufrieden machen; und er kann uns Anlass sein, uns vorzunehmen, uns zu verändern, oder in unserem Leben etwas zu ändern – nicht nur, am nächsten Wochenende etwas früher heimzugehen (und etwas weniger zu trinken).

Der Blick in den Spiegel – darum soll es gehen in diesem Bußgottesdienst. Zu Beginn wollen wir dabei um den Mut und die Kraft bitten, uns ganz ehrlich anzuschauen, unsere Augen weit zu öffnen, und unseren Blick nicht zu verschließen vor dem, was wir sehen, und vor dem, was wir erkennen können. Wir tun es im Vertrauen auf unseren Herrn und Gott, der unser Leben sieht, und der uns besser kennt, als wir selbst uns kennen.

Kyrie (KLJB)

Herr Jesus Christus, du hast die Menschen angeschaut, die zu dir gekommen sind. Du hast ihnen Ansehen gegeben. Das hat sie ermutigt und froh gemacht.

Herr, erbarme dich unser. / Oder: Kyrie eleison. (gebetet oder gesungen)

Du hast dich der Nöte und Sorgen der Menschen angenommen. Du hast sie mit deiner Hand und Liebe berührt. Bei dir wussten sie sich aufgehoben und geborgen.

Christus, erbarme dich unser. / Oder: Christe eleison. (gebetet oder gesungen)

Du hast die Menschen aufgerichtet und erlöst. An deiner Hand konnten sie wieder aufrecht durchs Leben gehen. Durch dich wussten sie sich als Gottes geliebte Kinder.

Herr, erbarme dich unser. / Oder: Kyrie eleison. (gebetet oder gesungen)

Gebet (Pfarrer)

Lasst uns beten.

Herr, du siehst uns ins Herz. Du kennst uns besser, als wir selbst uns kennen.

Du siehst auch den Wunsch nach Veränderung, den wir in uns tragen.

Stärke uns darin, die Veränderung nicht nur zu wünschen, sondern auch umzusetzen.

Schenke uns die Energie und Standhaftigkeit, zuerst uns selbst von der Notwendigkeit der Veränderung zu überzeugen und dann auch alle anderen mit dem Wunsch danach anzustecken.

Denn wir sind deine Hände, Herr, mit denen du die Welt verbessern kannst.

Hilf du uns dabei, durch Christus, unsern Herrn

Amen.

Lesung aus dem Buch der Psalmen: Ps 139 (KLJB)

Herr, du hast mich erforscht, und du kennst mich.

Ob ich sitze oder stehe, du weißt von mir. Von fern erkennst Du meine Gedanken.

Ob ich gehe oder ruhe, es ist dir bekannt; du bist vertraut mit all meinen Wegen.

Noch liegt mir das Wort nicht auf der Zunge - du, Herr, kennst es bereits.

Du umschließt mich von allen Seiten und legst deine Hand auf mich.

Zu wunderbar ist für mich dieses Wissen, zu hoch, ich kann es nicht begreifen.

Wohin könnte ich fliehen vor deinem Geist, wohin mich vor deinem Angesicht flüchten?

Steige ich hinauf in den Himmel, so bist du, dort; bette ich mich in der Unterwelt, bist du zugegen.

Nehme ich die Flügel des Morgenrots und lasse mich nieder am äußersten Meer,

auch dort wird deine Hand mich ergreifen und deine Rechte mich fassen.

Würde ich sagen: "Finsternis soll mich bedecken, statt Licht soll Nacht mich umgeben",

auch die Finsternis wäre für dich nicht finster,

die Nacht würde leuchten wie der Tag, die Finsternis wäre wie Licht.

Denn du hast mein Inneres geschaffen, mich gewoben im Schoß meiner Mutter.

Ich danke dir, dass du mich so wunderbar gestaltet hast. Ich weiß: Staunenswert sind deine Werke.

Als ich geformt wurde im Dunkeln, kunstvoll gewirkt in den Tiefen der Erde,

waren meine Glieder dir nicht verborgen.

Deine Augen sahen, wie ich entstand, in deinem Buch war schon alles verzeichnet;
meine Tage waren schon gebildet, als noch keiner von ihnen da war.
Wie schwierig sind für mich, o Gott, deine Gedanken, wie gewaltig ist ihre Zahl!
Wollte ich sie zählen, es wären mehr als der Sand.
Käme ich bis zum Ende, wäre ich noch immer bei dir. ...
Erforsche mich, Gott, und erkenne mein Herz,
prüfe mich, und erkenne mein Denken!
Sieh her, ob ich auf dem Weg bin, der dich kränkt,
und leite mich auf dem altbewährten Weg!

Eventuell noch ein Zwischengesang (z.B. GL 448) und ein Evangelium (z.B. Mt 6,1-18)

Predigt (Pfarrer) bzw. Predigtgedanken (KLJB)

In unser Herz zu schauen, das erscheint uns manchmal so einfach. Wir müssten ja nur in uns hineinhorchen. Manchmal spricht das Herz auch so laut, dass wir es nicht überhören können – wenn wir verliebt sind, wenn wir einen Fehler gemacht haben, den wir bedauern, wenn wir einen Menschen verletzt haben, wenn wir etwas auf dem Gewissen haben ...

Manchmal tut es aber auch gut, von außen auf die Dinge zu schauen, die Perspektive zu ändern. Da wir unser Herz von außen nicht anschauen können, nutzen wir den Spiegel, um uns selbst und damit auch unser Herz von außen zu betrachten.

Ja, ein Spiegel zeigt uns unser Äußeres. Für manch einen ist das mehr oder weniger wichtig. Michael Jackson singt in seinem Lied „Man in the mirror“ vom „Mann im Spiegel“ – und damit von sich selbst! Und er stellt fest: Wenn du die Welt zu einem besseren Ort machen willst, betrachte dich selbst und dann ändere auch etwas!

Er bemerkt, dass die Veränderung, die wir bewirken wollen, aus uns selbst kommen muss – vom Mann oder der Frau im Spiegel, aus unserem Herzen.

Lied „Man in the mirror“ wird eingespielt

Einige Passagen aus dem Lied „Man in the mirror“ werden vorgetragen ...

Wovon hat Michael Jackson in seinem bekannten Lied „Man in the mirror“ gerade gesungen?

Er singt von etwas, was auch uns angeht, wozu wir gerade in den Tagen der Fastenzeit aufgerufen sind: Auf unser Leben zu schauen – und dort etwas zu ändern, wo wir feststellen, dass wir etwas ändern müssten, ändern müssen ...

Hören wir noch ein paar Passagen aus dem Lied auf Deutsch:

Ich werde etwas ändern, wenigstens dieses eine Mal in meinem Leben.
Es wird sich hinterher richtig gut anfühlen.
Ich werde etwas ändern. Ich werde es richtig machen...

Als ich den Kragen meines Wintermantels hochschlug,
blies der Wind auf einmal meine Gedanken frei.
Ich sah die Straßenkinder, die nicht genug zu essen haben.
Wer bin ich eigentlich, dass ich davor die Augen verschließe?
So tue, als ob ich ihre Not nicht bemerke?

... Und darum sollst du jetzt wissen:
Ich werde mit dem Mann im Spiegel beginnen,
ihn darum bitten, seine Ansichten zu ändern.
Und keine Botschaft könnte klarer sein.
Wenn du die Welt zu einem besseren Ort machen willst,
betrachte dich selbst und ändere etwas.

Ich war ein Opfer meiner Selbstverliebtheit.
Es wird höchste Zeit zu erkennen, dass da einige sind, die weder ein Zuhause,
noch einen Cent in der Tasche haben.
Kann das wirklich ich sein, der sich hier einredet, diese Menschen wären nicht einsam?

... Deswegen fange ich jetzt bei mir an:
Ich werde mit dem Mann im Spiegel beginnen,
ihn darum bitten, seine Ansichten zu ändern.
Und keine Botschaft könnte klarer sein.
Wenn du die Welt zu einem besseren Ort machen willst,
betrachte dich selbst und ändere etwas.

... Du musst das Richtige tun, solange du noch Zeit dafür hast,
denn wenn du dein Herz verschließt, ... dann verschließt du deinen... Verstand.
Und darum werde ich diesen Mann dort auffordern sich zu ändern, und zwar hier und jetzt.

Evtl. Meditationsmusik, oder noch einmal „Man in the mirror“ (evtl. bloß anspielen)
--

Impulse und Fürbitten (KLJB) – es wird jeweils ein Spiegel (ein Handspiegel oder auch ein größerer Wandspiegel, von zweien gehalten) in Richtung der Gemeinde gehalten

Wenn wir ehrlich in den Spiegel blicken und uns anschauen, dann entdecken wir Dinge, die wir ändern können, die wir vielleicht sogar ändern sollten oder ändern müssen.
Denn das, was wir Reich Gottes und Heil der Welt nennen, das fängt bei uns an, bei jedem und jeder von uns; es beginnt im Kleinen, in unseren Herzen.
Darauf wollen wir schauen, darauf wollen wir hören, daran wollen wir uns erinnern lassen. Und wir wollen Gott bitten, dass er uns hilft, diese Veränderungen anzugehen, unser Leben immer wieder neu auszurichten – wie der Mann, wie die Frau im Spiegel ...

1. Wenn ich in den Spiegel sehe, möchte ich jemanden sehen, der Frieden im Herzen trägt – denn Frieden und Versöhnung in der Welt, zwischen Völkern und Nationen, die fangen im Kleinen an, in der Familie, in der Nachbarschaft, im Freundeskreis.
Alle: „Herr, erbarme dich, erbarme dich. Herr, erbarme dich, Herr, erbarme dich“ (GL 157)
oder: „Herr, erbarme dich, erbarm dich unser, erbarme dich unserer Zeit“ (Liederbuch)
2. Wenn ich in den Spiegel sehe, möchte ich jemanden sehen, der Hoffnung im Herzen trägt – denn Hoffnung für die Welt, für Arme, Hungernde und Notleidende, die fangen im Kleinen an, wenn ich mein Herz öffne für die Sorgen und die Not meiner Mitmenschen.
Alle: „Herr, erbarme dich, erbarme dich, Herr, erbarme dich, Herr, erbarme dich“
oder: „Herr, erbarme dich, erbarm dich unser, erbarme dich unserer Zeit“
3. Wenn ich in den Spiegel sehe, möchte ich jemanden sehen, der Freude im Herzen trägt – denn Freude und Zuversicht für alle Menschen, für verzweifelte Kinder, für Trauernde, für Arbeits- und Obdachlose, die fangen im Kleinen an, wenn ich sie nicht vergesse.
Alle: „Herr, erbarme dich, erbarme dich, Herr, erbarme dich, Herr, erbarme dich“
oder: „Herr, erbarme dich, erbarm dich unser, erbarme dich unserer Zeit“
4. Wenn ich in den Spiegel sehe, möchte ich jemanden sehen, der die Schöpfung im Herzen trägt – denn der Schutz des Regenwaldes und die Artenvielfalt unserer Natur, die fangen im Kleinen an, wenn ich entsprechend mein Leben und meinen Konsum ändere und gestalte.
Alle: „Herr, erbarme dich, erbarme dich, Herr, erbarme dich, Herr, erbarme dich“
oder: „Herr, erbarme dich, erbarm dich unser, erbarme dich unserer Zeit“
5. Wenn ich in den Spiegel sehe, möchte ich jemanden sehen, der Leben im Herzen trägt – denn Leben in Fülle für alle Menschen, für Benachteiligte, Fremde und Ausgestoßene, die fangen im Kleinen an, wenn ich alle Menschen als Schwestern und Brüder annehme.
Alle: „Herr, erbarme dich, erbarme dich, Herr, erbarme dich, Herr, erbarme dich“
oder: „Herr, erbarme dich, erbarm dich unser, erbarme dich unserer Zeit“

Evtl. Aktion: Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer sind eingeladen, nach vorne zu kommen und in den (großen) Spiegel zu schauen – dazu stille Musik/Meditationsmusik

Ich darf sie und euch jetzt einladen, nach vorne zu kommen und kurz in den Spiegel zu schauen. Schauen wir uns einmal bewusst an. Vielleicht fällt mir etwas ein, was ich verändern kann oder gar verändern muss in meinem Leben. Vor allem aber sind wir eingeladen, uns selbst im Spiegel ein aufmunterndes und frohes Lächeln zu schenken - weil auch Gott, unser himmlischer Vater, uns immer voll Güte und Liebe anschaut ...

Friedensgruß

Wenn ich in den Spiegel schaue, dann sehe und erkenne ich mich. Wenn ich mich umschaue, dann darf ich in Christus meine Schwestern und Brüder erkennen, die wie ich als Gotteskinder berufen sind. Geben wir uns ein Zeichen des Friedens und bestärken wir uns so in unserer Berufung, miteinander Kinder unseres Vaters im Himmel zu sein. Der Friede des Herrn sei allezeit mit euch!

Vater unser (Einleitung Pfarrer)

Und als Kinder Gottes dürfen wir voll Vertrauen miteinander beten, wir unser Herr Jesus Christus uns zu beten gelehrt hat: Vater unser ... Denn dein ...

Evtl. Hinweis auf das Mosaikglassteinchen bzw. auf das Kärtchen, das am Ende verteilt wird

„Man in the mirror“ – der Mann, die Frau im Spiegel, sie haben uns in diesem Bußgottesdienst eingeladen, auf uns zu schauen, und zu entdecken, was wir verändern können im Leben – damit es für uns und für andere zum Heil und zum Segen wird.

Nach dem Gottesdienst erhält jeder und jede ein kleines Mosaikglassteinchen/ein Kärtchen mit Mosaikglassteinchen. Vielleicht geben wir es in den Geldbeutel oder in die Jackentasche, vielleicht legen wir es daheim an unseren Spiegel oder aufs Nachtkästchen.

Dieses kleine Mosaikglassteinchen kann und soll uns in den kommenden Tagen und Wochen der Fastenzeit immer wieder einladen, unser Leben wie in einem Spiegel zu betrachten, es an Jesus Christus auszurichten und in seiner Kraft auch etwas zu ändern, wenn es nötig ist.

(Mit Worten von Bischof Klaus Hämmeler sagt uns das Kärtchen aber auch, dass dieser Mensch – auch mit seinen Fehlern und Schwächen – bedingungslos von Gott geliebt ist.)

Dazu begleite uns der Segen Gottes, der unser Innerstes kennt, und der uns berufen hat, sein Abbild, sein Ebenbild zu sein, und entsprechend zu leben und diese Welt zu gestalten.

Segen (Pfarrer)

Gott segne dich, dass du jeden Tag als erfüllte Zeit erlebst:

dass das Leiden von gestern und die Angst von Morgen ihre Schrecken verlieren, und die Botschaft vom Heil der Welt auch in dir Gestalt gewinnt.

Gott segne dich, dass du dem Morgen mit froher Erwartung entgegensehst:

dass dir aus dem, was bisher gelungen ist, Freude und Kraft erwächst und sich in dem, was du tust und was dir geschenkt wird, deine Sehnsucht erfüllt.

Dazu segne uns Gott, der uns Mutter und Vater ist, der Sohn und die göttliche Geistkraft, die in uns atmet – der Vater und der Sohn und der Heilige Geist. Amen.

(nach Dr. Paul Weitzer)

Instrumental oder Schlusslied

„Wo Menschen sich vergessen“ (GL 846), oder „Gib uns Frieden jeden Tag“ (GL 862) oder ein anderes bekanntes Lied, auch aus einem Liederheft oder vom einem Chor gesungen möglich

*Beim Ausgang können Mosaikglassteinchen bzw. die Kärtchen mit Mosaikglassteinchen und Spruch ausgeteilt werden.
Mosaikglassteinchen hierfür findet man günstig im Internet!*

