



Auf dem Weg zum Ziel

Eine Verschnaufpause an einem besonderen Ort: Sporthalle
von Esther Brünenberg-Bußwolder

Eine Sporthalle scheint ein ungewöhnlicher Ort für ein Gebet zu sein. Eine Sporthalle ist ein alltäglicher Ort. Doch wollen Gebete nicht nur für den Sonntag, nicht nur für den Kirchenraum reserviert sein. Sie wollen uns in unserem Leben, an den Orten, an denen wir uns aufhalten, begleiten und ansprechen. In der Sporthalle lässt sich manch ein – durchaus religiöser – Gedanke besonders gut lebendig halten: Wofür strenge ich mich an? Wofür gebe ich meine »letzte« Kraft? Wofür lohnt sich der Einsatz? Welche Ziele will ich erreichen? Worin möchte ich siegen? In welche Richtung möchte ich laufen? Wie kann ich mit Erfolg und Scheitern in meinem Leben umgehen?

In der Sporthalle haben wir diese Fragen unmittelbar vor Augen, wenn wir auf die Runden schauen, die wir dort häufig drehen, wenn wir an Siegerehrungen, aber auch an Tränen denken, die hier geflossen sind. In der Sporthalle laufen wir aus Ehrgeiz, für die Gesundheit oder einfach, weil es Spaß macht. Im Leben gibt es manch einen Lauf mehr. In der Sporthalle lässt sich gut auch über den Lauf nachdenken, der vollendet werden will – für den es aber ein ganzes Leben braucht. Zu diesem Nachdenken lädt die vorliegende Verschnaufpause ein.

BENÖTIGTE MATERIALIEN UND VORBEREITUNG

- a) Kreuz und/oder Bibel zur Gestaltung der Mitte
- b) CD-Player inkl. Instrumentalmusik
- c) bunte Kärtchen in ca. vier unterschiedlichen Farben und ausreichender Anzahl, Stifte
- d) vorbereitetes Plakat (s. Aktion)
- e) abgedruckte Bibeltexte (s. 1. und 2. Lesung)

Gebetsort kann ein entsprechender Platz in der Sporthalle drinnen sein, am besten mit Blick auf die Laufbahn. Wichtig ist Ruhe, wenig Ablenkung. Die TN sitzen im Kreis. In der Mitte sollte zur Vergegenwärtigung der Gebetssituation ein Kreuz oder alternativ die Bibel liegen (a).

EINGANGSLIED

»Kommt herbei, singt dem Herrn«
(T: Diethard Zils; M: Volkslied aus Israel)

HINFÜHRUNG UND LITURGISCHE ERÖFFNUNG

V: Wer kennt das nicht? Wir laufen und laufen. Die letzte Runde wird fast zur Qual, verlangt uns die letzte Kraft ab. Um jeden Preis wollen wir gewinnen. Da werden wir von rechts und von links überholt. Noch einmal geben wir alles. Wir spüren, die Beine werden schwer. Sie scheinen uns nicht mehr zu tragen. Fast scheinen wir zu stolpern. Das Herz rast. Wir atmen schnell und kriegen kaum noch Luft. Die Ziellinie ist vor Augen. Doch dann werden wir noch mal überholt. Andere sind schneller. Unter die ersten drei schaffen wir es nicht. Enttäuscht setzen wir uns an den Rand, vielleicht schimpfend, vielleicht traurig, vielleicht ehrgeizig fürs nächste Mal.

Was aber wollten wir? Warum sind wir gelaufen? Warum wollten wir gewinnen? Was wollten wir eigentlich gewinnen?

Der sportliche Wettlauf ist nur einer unter vielen in unserem Leben. Da ist so manch ein Lauf zu laufen. Manch einen laufen wir nicht gern. Manch einen verlieren wir. Vielleicht gewinnen wir auch einmal den Siegerkranz. Erfolg steht für Leistungsfähigkeit, für Gesundheit, für Ansehen, für Ehre. Wer würde das leugnen? Und wer würde den Siegerkranz nicht gern haben? Da gibt es den Erfolg beim Sport, in der Schule, den Schönheitspreis, den Beliebtheitspreis. Meist kann ihn nur einer gewinnen. Laufen wir auch, wenn es um den Sozialpreis, wenn es um selbstlosen Einsatz geht? Wollen wir auch dann auf dem Treppchen stehen?

Und wenn wir all die vielen Läufe in unserem Leben in einem sehen: Ist dann nicht das ganze Leben ein Lauf, der vollendet werden will? Dann geht es nicht mehr darum, der Schnellste, der Beste, der Erste, der Beliebteste, der Erfolgreichste zu sein. Dann zählt anderes. Dann werden Fragen wichtig wie zum Beispiel: Wofür bin ich gelaufen? Wofür habe ich mich eingesetzt? Was war mir wichtig? Welche Ziele wollte ich in meinem Leben erreichen? Welcher Lauf wurde vollendet? Welche führten vielleicht auch auf Abwege? Welcher hat mich um meine Kraft gebracht? Welchen musste ich abbrechen? Am Ende geht es um einen anderen Siegerkranz. Paulus schreibt der Gemeinde von Korinth von diesem Preis. Ein unvergänglicher Kranz ist das. Einer, der sich gewinnen lässt im Einsatz für das Reich Gottes. Und im Übrigen ist es einer, den nicht nur einer gewinnen kann. Es lohnt sich also, zu laufen und sich anzustrengen.

So lasst uns dieses Gebet hier in der Sporthalle beginnen im Namen des Vaters, des Sohnes und des Heiligen Geistes.

A: Amen.

V: Der Herr sei mit euch.

A: Und mit deinem Geiste.

EINFÜHRUNG

V: Da stehe ich mit meinen Freunden mitten im Wald. Schilder weisen unterschiedliche Wege. Ein Höhenwanderweg lockt mit einer schönen Aussicht, wird aber mühsam sein und dauert einige Stunden. Der Weg durchs Tal verspricht auch schön zu sein, ist wesentlich kürzer. Wir wären eher am Ziel, könnten vielleicht noch Kaffee trinken. Und dann gibt es noch einen Kletterweg für die ganz Mutigen. Das ist der schnellste Weg. Er fordert aber auch am meisten. Einige zögern. Trauen wir uns das zu? Wofür? Viel Schönes vom Höhenwanderweg wird uns entgehen. Für Kaffeetrinken und Gemeinschaft wird uns die Kraft fehlen. Warum also so viel Anstrengung? Ist es das Ziel wert? Oder will ich nur mir und den anderen etwas beweisen? Eine Mutprobe? Da taucht noch ein vierter Weg auf, einer, der einen kleinen Umweg macht. Es ist nicht angegeben, wie lange er dauern wird. Aber es ist von einer Überraschung die Rede, von etwas Ungewissem, das keiner kennt und das doch verlockend ist. Sollen wir diesen Weg gehen? Für welchen Weg, für welchen Lauf entscheiden wir uns? Welcher bringt uns ans Ziel? Wo liegt eigentlich das Ziel? Sind wir bereit, auch Umwege zu gehen? Oder wollen wir schnell und direkt ans Ziel? Haben wir dann möglicherweise schon das nächste Ziel vor Augen – ohne zu bedenken, was uns während des Laufs auf dem Weg passiert ist, was sich ereignet hat, was vielleicht auch unerwartet und doch zielführend war? Der einfache Weg ist nicht immer der beste. Wir sollten eine Verschnaufpause einlegen, uns in Ruhe Gedanken machen über das Ziel, den Weg und was wir in Kauf nehmen wollen an Anstrengung, aber auch an Unvorhergesehenem, das uns möglicherweise zu einer neuen Verschnaufpause, vielleicht aber auch zu einem anderen Ziel führt – vielleicht zu einem, das wir uns bisher noch gar nicht vorstellen konnten?

KYRIE

V: Manchmal sind wir erschöpft, wissen nicht mehr weiter. Welche Richtung sollen wir gehen? Der Kopf ist nicht frei. Das Ziel schwimmt vor unseren Augen. Herr, du bist unser Ziel – begleite du auch unseren Lauf.

Kyrie eleison.

A: Kyrie eleison.

V: Es gibt Momente, da haben wir unsere Ziele ganz klar vor Augen: den nächsten Wettkampf, das Klassenziel, den Wettbewerb in der Musikschule, das Auswahlverfahren für ein Stipendium. Herr, du bist unser Ziel – begleite du auch unseren Lauf. Kyrie eleison.

A: Kyrie eleison.

V: In unserem Lauf wollen wir oft der Gewinner sein. Sehen wir noch, wer mitläuft, wer auf der Strecke bleibt und wie sehr wir selbst dazu beitragen? Herr, du bist unser Ziel – begleite du auch unseren Lauf. Kyrie eleison.

A: Kyrie eleison.

V: Manchmal sind wir regelrecht vernarrt, völlig versteift auf ein bestimmtes Ziel. All unsere Kraft, alle unsere Gedanken, all unser Einsatz zielen nur darauf hin. Andere lohnende Ziele geraten aus dem Blick, werden unattraktiv und bedeutungslos. Herr, du bist unser Ziel – begleite du auch unseren Lauf. Kyrie eleison.

A: Kyrie eleison.

V: Ausgebremst, kraftlos, am Ziel vorbei, das Ziel nicht erreicht – im Scheitern und in den Misserfolgen unseres Lebens wird es schwer. Herr, du bist unser Ziel – begleite du auch unseren Lauf. Kyrie eleison.

A: Kyrie eleison.

LIED

»Meine engen Grenzen« (T: Eugen Eckert; M: Winfried Heurich)

GEBET

V: Herr Jesus Christus, mit dem Einsatz deines Lebens für die Menschen, der Entgegennahme des Dornenkranzes und der Auferweckung zu Gott zeigst du uns, dass der Siegerkranz wahrlich nicht immer der Lorbeerkranz ist. Das sind die menschlichen Trophäen und Auszeichnungen – vergänglich und nicht selten auf Kosten anderer errungen.

Wenn du unseren Lebens-Lauf begleitest, so gib uns immer wieder den Mut zur Verschnaufpause, damit wir nachdenken über die Ziele und das Ziel in unserem Leben und die Preise, die wir gewinnen wollen. Sei du uns Orientierung auf dem Weg zum unvergänglichen Siegerkranz, gerade wenn er beschwerlich, kraftraubend und mit Enttäuschungen verbunden ist. Und lass uns nicht allein laufen – gemeinsam ist das Ziel besser zu erreichen.

A: Amen.

1. LESUNG: Jes 2,1–5

L: *(Der Lauf der Völker zum Zion)*

– ruhige Instrumentalmusik (b) –

2. LESUNG: 1 Kor 9,24–27

L: *(Den Lauf vollenden – den unvergänglichen Siegerkranz vor Augen)*

AKTION

Auf kleine bunte Kärtchen mit unterschiedlichen Farben für die unterschiedlichen »Ziele« (c) schreiben die TN:

- ihre Ziele für die nächste Zeit;
- ihre Ziele für ihr Leben, eine Art Lebensziel;
- die Ziele, die sie schon erreicht haben;
- die Ziele, die sie bisher noch nicht erreicht haben.

Dann werden die Kärtchen auf ein Plakat (d) gelegt, das unterschiedliche Wege, Zieleinläufe, Verzweigungen, Sackgassen, Siegerehrungspodeste enthält.

In kleinen Gruppen mit 2 bis 3 TN tauschen sich die TN darüber aus, mit wem, mit wessen Hilfe etc. sie diese Ziele erreicht haben und wie sie – vielleicht über Umwege – zu diesen Zielen gekommen sind bzw. warum sie manche Ziele vielleicht noch nicht erreicht haben und wie sie mit dem Nichterreichen umgehen.

Zusammen mit V werden dann die Bibeltexte (s. 1. und 2. Lesung), die am besten abgedruckt vorliegen (e), wieder in den Blick genommen, und die TN sagen – ähnlich wie beim Bibelteilen – einen Satz aus jeder Lesung, der sie besonders angesprochen hat und warum. Die Statements sollten allerdings kurz gehalten werden.

Zum Schluss fasst V noch einmal kurz zusammen und bündelt alles in einem freien Gebet.

LIED

»Ich lobe meinen Gott« (T: Hans-Jügen Netz; M: Christoph Lehmann)

FÜRBITTEN

Es schließen sich freie Fürbitten an. Jede Fürbitte kann mit den Worten »Herr, schenke uns die Fähigkeit, die Bedeutung unserer Ziele und Anstrengungen zu unterscheiden, und vollende einst unseren Lebenslauf bei dir!« abgeschlossen werden.

V: Ich lade euch ein, eure Bitten vor Gott zu tragen.

VATERUNSER

V: Vater unser im Himmel – sei du uns Vater und Mutter. Wir wünschen uns, dass du für uns da bist, uns beschützt, uns auf all unseren Wegen begleitest, uns Orientierung gibst und Mut machst.

Geheiligt werde dein Name – wir wollen Respekt vor deinem Namen haben, ihn in Ehren halten und uns immer wieder bewusst werden, dass du, unser Gott, einen Namen hast, dass wir dich ansprechen, mit dir sprechen können.

Dein Reich komme – du bist der Schöpfer von Himmel und Erde. Dein Reich beginnt nicht erst im Himmel, sondern hier und jetzt, unter uns.

Wir wollen daran mitwirken.

Dein Wille geschehe, wie im Himmel so auf Erden – was wir nicht alles wollen, haben wollen, erreichen wollen. Dein Wille aber ist ein anderer. Wir wollen ihn erkennen und für diese Welt umsetzen.

Unser tägliches Brot gib uns heute – was ist das, was wir täglich brauchen, was wir nötig haben? Vermutlich ist es das, was man sich nicht kaufen kann: Liebe, Zuwendung, Vertrauen, Treue, Gesundheit, Gelassenheit, Glauben.

Vergib uns unsere Schuld, wie auch wir vergeben unseren Schuldigern – wenn mir vergeben wird, ist das, wie wenn ein schwerer Stein von mir fällt. Diese Last möchte ich auch denen nehmen, die mich verletzt haben.

Führe uns nicht in Versuchung – vieles ist leichter, wenn man davonläuft. Aber nur auf den ersten Blick. Ich möchte mich um Ehrlichkeit und Aufrichtigkeit bemühen und mich nicht in Rausch und Vernebelung begeben.

Erlöse uns von dem Bösen – im Grunde bin ich kein schlechter Mensch.

Aber ich ertappe mich immer wieder in üblen Gedanken, Lästereien, den verschiedensten Versuchungen. Erlösung ist aber noch umfassender.

Es ist ein Weg zu dir hin.

Dein ist das Reich und die Kraft und die Herrlichkeit in Ewigkeit.

A: Amen.

SEGEN

V: Gott, der euren Lauf vollenden und euch den Siegeskranz verleihen wird, er schenke euch Ausdauer, Kraft und Mut, eure Wege zu finden, die richtigen Entscheidungen zu treffen, die Ziele nicht aus dem Auge zu verlieren. Er gebe euch die Ruhe für Verschnaufpausen, die Freude an Etappenzielen. Er stärke euch, wenn ihr erschöpft seid, wenn euch die Ideen ausgehen, wenn ihr enttäuscht und traurig seid, wenn ihr euch allein und einsam fühlt. Er sei bei euch im Scheitern und im Erfolg. Und er führe euch zu einem Ziel, in dem der Jubel nicht mehr aufhört. So segne euch der gute Gott, der Vater, der Sohn und der Heilige Geist.

A: Amen.

SCHLUSSLIED

»Erde singe« (T: Johannes von Geissel; M: Gesangbuch Tochter Zion, 1741)