

# Das Herz im Blick

Verwundungen

Herzens-  
angelegenheiten  
anschauen  
im Ulrichsjahr

| 2023/24  
**Ulrichs**JUBILÄUM

Mit dem Ohr  
des Herzens



## **DAS HERZ IM BLICK – VERWUNDUNGEN ANSCHAUEN**

### **Hinweis:**

Zu dieser Andacht kann das Bild „schauen“ ausgeteilt werden. Es dient als Andachtshilfe. Die geschlossenen Augen der Figur können als Anregung dienen, die eine Innenschau erleichtert.

### **Liturgische Eröffnung**

Wir beginnen unsere Feier im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes. Amen.

**Lied:** Komm, Schöpfer Geist GL 351, Str. 1, 2 und 4

### **Einführung**

**L:** „Mit dem Ohr des Herzens“! Unter diesem Leitsatz begeht unser Bistum eine zweijährige Feierzeit: das Ulrichsjubiläum.

Ich lade Sie ein, dass Sie dieses Motto zunächst ein wenig auf sich wirken lassen: Mit dem Ohr des Herzens.....

### **30 SEK. STILLE**

Der Leitsatz des Ulrichsjubiläums legt uns eine Fährte an den Ort, von dem aus das Leben seine Impulse bekommt: zu unserem Herzen. Das Herz pulsiert, pumpt Blut in den Kreislauf und hält den Körper lebendig.

Das Herz hat eine wichtige Lebensfunktion und ist gleichzeitig ein sensibler Ort. Statistisch gesehen sind Herzerkrankungen die verbreitetste Krankheit! Das Leben fügt Kränkungen zu. Mitmenschen und Lebenssituationen haben die Kraft zu kränken oder Wunden in unser Herz zu reißen.



Das Buch der Sprichwörter fasst dies in den treffenden Satz:  
„Mehr als alles hüte dein Herz; denn von ihm geht das Leben  
aus“ (Spr. 4,23)

Was aber, wenn das Herz verletzt ist? Verletzungen wollen  
versorgt werden. Sie brauchen Zuwendung.

Unserem Bistumspatron, dem Heiligen Ulrich, waren die  
Menschen mit ihren verwundeten Herzen ein besonderes  
Anliegen. Unermüdlich durchstreifte er sein Bistum und  
wandte sich den Menschen zu mit der heilenden Kraft des  
Evangeliums.

Wie Ulrich schauen wir in dieser Andacht auf das verwun-  
dete Herz. Das heißt, wir schauen nach innen, in uns hinein.

Gott ist gegenwärtig.

Lasst uns beten.

Gott unser Vater,

du bist der Schöpfer allen Lebens.

Als unser Urheber kennst du uns durch und durch.

Du hast unser Inneres geschaffen.

Hilf, dass wir deinen Willen für unser Leben erkennen  
und heil werden an Leib und Seele.

Darum bitten wir durch Christus, unseren Herrn.

Amen.

## SCHAUEN

**L:** Verwundungen des Herzens haben vielerlei Ursachen und tragen viele Namen: Trennungsschmerz, Demütigung, Missbrauch, Streit, Kränkung, Enttäuschung, unerfüllte Sehnsucht, schmerzhaftes Erinnerung, zerbrochene Hoffnung, falsch getroffene Entscheidung.

Wunden wollen angeschaut und sie wollen betrauert werden. Sonst beginnen sie zu eitern, bilden unschöne Narben oder gären innerlich bis das Leben nur noch bitter schmeckt.

Gönnen wir uns einen Moment der Stille, in dem wir, (wie die Figur auf unserem Bild), die Augen schließen und in unser Herz schauen. Schauen wir auf die Wunden unseres Herzens.

*2 Minuten Stille – Dazu kann Meditationsmusik eingespielt werden*

**L:** Wir alle stehen vor Gott als Verwundete und vom Leben Gezeichnete. Hören wir aus der Bibel, wie Gott dem verwundeten Menschen begegnet:

**Lektor:** Wir hören eine Stelle aus dem Johannesevangelium 

*(Die Lesung eignet sich auch gut zum Lesen in verteilten Rollen (Erzähler, Maria, Jesus, Menschen/Juden))*



Als Lazarus gestorben war und Maria dorthin kam, wo Jesus war, und ihn sah, fiel sie ihm zu Füßen und sagte zu ihm: Herr, wärst du hier gewesen, dann wäre mein Bruder nicht gestorben. Als Jesus sah, wie sie weinte und wie auch die Juden weinten, die mit ihr gekommen waren, war er im Innersten erregt und erschüttert. Er sagte: Wo habt ihr ihn bestattet? Sie sagten zu ihm: Herr, komm und sieh! Da weinte Jesus. Die Juden sagten: Seht, wie lieb er ihn hatte! (Joh 11,32-36)

## Meditation

*(kann vom Leiter, Lektor oder einer weiteren Person gelesen werden)  
Bitte langsam lesen und nach jedem Satz Pausen einlegen.*

Gott wendet sich den Menschen mit ihren verwundeten Herzen zu.

Mehr noch: Gott selbst fühlt mit, aus Liebe.

Es entsteht ein Raum des Mitgefühls.

Gott stellt Fragen: Wo habt ihr ihn bestattet?

Er geht mit an den Ort, an dem Tod und Trauer regieren.

Die Schwester des Verstorbenen klagt: Wärst du hier gewesen, dann wäre mein Bruder nicht gestorben.

Jesus wendet sich nicht ab, weicht der Klage nicht aus.

Er lässt sich treffen vom Leid und der Hilflosigkeit der Menschen.

Mitgefühl – Mitgehen – Betroffenheit

Gott ist gegenwärtig im Leiden.

Liedvorschläge:

Gott ist gegenwärtig GL 387, Str. 1 mehrfach wiederholen  
Ubi caritas GL 445

Lasst uns (gemeinsam) beten.

Gott, du Tröster im Leiden.

Durch Jesus wendest du dich uns zu.

Du nimmst Anteil an dem, was wir fühlen  
und an der Not, die uns umtreibt.

Wir danken dir, dass du mitgehst,

an unserer Seite gehst,

durch ein gutes Wort,

durch tröstende Begegnungen,

durch heilsame Stille.

Wir bringen dir verwundete Herzen

und bitten dich:

Wende dich ihnen zu


durch Christus, unseren Herrn.

Amen.



## ZUWENDEN

**L:** Ein Gesetz des Lebens ist, dass es sich ständig wandelt.  
Auch Wunden wandeln sich. Doch sie brauchen  
Zuwendung. Durch Zuwendung besteht die begründete  
Hoffnung, dass Wunden heilen können.

**Lektor:** Im Buch Ezechiel lesen wir dazu:   
Das Verlorene werde ich suchen, das Vertriebene werde ich  
zurückbringen, das Verletzte werde ich verbinden, das Kranke  
werde ich kräftigen. (Ez 34,15c.16a)

*Die Textsequenzen werden von verschiedenen Personen von un-  
terschiedlichen Orten/unterschiedlichen Ecken im Kirchenraum/  
Empore aus erneut in den Raum gesprochen.*

Das Verlorene werde ich suchen. PAUSE

Das Vertriebene werde ich zurückbringen. PAUSE

Das Verletzte werde ich verbinden. PAUSE

Das Kranke werde ich kräftigen. PAUSE

## Meditation

Gott schaut auf den Menschen.  
Im Schauen sieht er: da sind Verlorene, Vertriebene, Verletzte,  
Kranke.  
Und er nimmt sich ihrer an.  
Er sucht.  
Er bringt zurück.  
Er verbindet.  
Er kräftigt.  
Zu Gottes Heilsplan gehört Zuwendung.  
Gott wendet sich uns zu  
durch heilsame Stille,  
durch stärkende Begegnungen,  
durch wirksame Medizin,  
durch die Kraft der Schöpfung in Sonnenstrahlen, Wärme,  
Nahrung,  
durch glückliche Umstände,  
durch staunenswerte Wendungen.

Wir sind eingeladen, für eine Minute die Augen zu schließen  
und erfahrener Zuwendung in unserem Leben nachzuspüren.

*Eine Minute Stille oder mit Meditationsmusik unterlegen.*

## Liedvorschläge

Selig seid ihr, wenn ihr Wunden heilt    GL 459  
Gott liebt diese Welt                            GL 464





## LASSEN

**L:** „Die Zeit heilt alle Wunden“ so heißt ein gängiges Sprichwort. Leider stimmt das nicht immer. Denn Verletzungen haben auch das Potenzial sich tiefer einzugraben, sich auszuweiten und den Menschen in seiner Lebensfähigkeit immer mehr einzuschränken und zu behindern. Jesus fordert die Freilassung!

**Lektor:** Das zeigt die Weiterführung der Lazaruserzählung: 

Nachdem Jesus dies gesagt hatte, rief er mit lauter Stimme: Lazarus, komm heraus! Da kam der Verstorbene heraus; seine Füße und Hände waren mit Binden umwickelt und sein Gesicht war mit einem Schweißstuch verhüllt. Jesus sagte zu ihnen: Löst ihm die Binden und lasst ihn weggehen! (Joh 11, 43-44)

## Meditation:

Jesus holt Lazarus aus dem Tod und er holt ihn aus seiner Erstarrung.

Er ruft ihn zurück ins Leben, in die Bewegung.

Dazu müssen seine Binden gelöst werden.

Es muss gelöst werden, was ihn bindet.

Mehr noch, Jesus fordert von den anderen, dass sie ihn weggehen lassen.

Frei-lassen – los-lassen – sein-lassen.

Liebe fordert das Lassen können:

Eigene Vorstellungen vom Leben lassen können.

Eigene Pläne lassen können.

Festlegungen lassen können.

Bindungen lassen können.

Um etwas lassen zu können, gilt es, sich davon zu lösen.

Im Lassen steckt Er-lösung.

## STILLE

## Wechselgebet

**V:** Guter Gott, unser Bistumspatron, der Heilige Ulrich, sah die Wunden der Menschen und wandte sich ihnen zu. Er schaute hin, hörte zu, spendete Trost, schenkte Zeit und verwies auf Jesus Christus, den Arzt der Kranken, den Retter in der Not und die Quelle der Heilung. Zu ihm rufen wir:

**V/A:** Erbarme dich unser.

**V:** Gott, du Heiland der Welt. **A:**

**V:** Du Gott, der seine Schöpfung nicht sich selbst überlässt. **A:**

**V:** Du Gott, der Wunden verbindet. **A:**

**V:** Du Gott, der Gebeugte aufrichtet. **A:**

**V:** Du Gott, der Befreiung einfordert. **A:**

**V/A:** Komm und heile uns.

**V:** Du siehst unsere Verletzungen. **A:**

**V:** Du siehst unsere Angst. **A:**

**V:** Du siehst unsere Tränen. **A:**

**V:** Du siehst unsere Wut und unsere Scham. **A:**

**V:** Du siehst unsere Hilflosigkeit und unser Unvermögen. **A:**

**V:** Du siehst unsere Schutzlosigkeit. **A:**

**V:** Komm und wandle in uns, was uns am Leben hindert.  
Komm und heile in uns, was schmerzt und Hoffnung nimmt.

Komm und richte auf, was niedergedrückt ist.

Komm und belebe, was kraft- und mutlos ist.

Darum bitten wir durch Christus, unseren Herrn. Amen



## Vater unser

**L:** Lasst uns gemeinsam beten und stärken durch das Gebet,  
das Jesus uns gelehrt hat.

## Schlussgebet

Gott des Lebens,  
du versorgst dein Volk zu allen Zeiten mit Nahrung und  
Heilung.  
Wir danken dir, dass du uns in dieser Feier genährt hast mit  
deinem Wort und deinen Zusagen.  
Wir bitten dich, begleite uns und heile in uns,  
was verwundet ist.  
Darum bitten wir durch Christus, unseren Herrn.  
Amen

## Segen

Der Segen des allmächtigen Gottes,  
des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes,  
stärke uns und bleibe bei uns alle Zeit.  
Amen.

## Schlusslied

Bewahre uns, Gott, behüte uns, Gott GL 453

| 2023/24  
**Ulrichs**JUBILÄUM  
*Mit dem Ohr  
des Herzens* | 

Hauptabteilung II – Seelsorge  
Pastorale Grunddienste  
und Sakramentenpastoral



BISTUM AUGSBURG

**Impressum**

Pastorale Grunddienste und Sakramentenpastoral, Ilona Thalhofer  
Gestaltung und Realisation: Sankt Ulrich Verlag,  
Foto: © Banner