

## **Der Gugelhupf - Zeichen unseres Lebens**

Vorschlag für einen ökumenischen Gottesdienst in der Fastenzeit.

Von Karin Ohlendorf, Wunsiedel

### **Benötigtes Material:**

Je nach Größe der Gruppe 1 – 3 gebackene Gugelhupf (Marmorkuchen), jeweils mit einem Tuch abgedeckt oder eine Folie mit dem Bild eines Marmorkuchens; die zum Backen benötigten Materialien: Eierbehälter, Mehl, Kakao, Fett, Milch, Vanillezucker, Backpulver zum Vorzeigen.

**Gemeinsames Lied:** „Alle Knospen springen auf“

### **Begrüßung**

Die Tücher werden dann von den gut sichtbaren Kuchen gezogen bzw. die Folie wird eingeblendet. Während ein Sprecher den folgenden Text liest, stellt eine weitere Person die genannten Zutaten gut sichtbar auf, möglichst um die Kuchen herum.

Sprecher:

„Wohlgeraten und mit Staubzucker bestreut steht er auf dem Frühstückstisch: der Sonntagsgugelhupf. Es ist ein Genuss, wenn man einen Bissen in den Mund schiebt. Süß und doch nicht zu süß, locker und flaumig und doch nicht zerbröselnd liegt er auf der Zunge. Innen goldig, außen herrlich braun und weiß ist er auch eine Wohltat für das Auge. Und er riecht einfach appetitanregend. Dabei ist eigentlich gar nichts Besonderes im Teig enthalten, außer Mehl, Fett, Eier, Kakao, Milch und Backpulver.“

### **Bußakt**

Drei Sprecher:

1. Herr, unser Leben gelingt nicht immer so gut wie dieser Gugelhupf. Auch wenn die Zutaten stimmen, wird unser Leben oft nicht geschmackvoll und wohlgeformt. Doch du hast versprochen, uns so anzunehmen wie wir sind und uns genießbar zu machen.

Herr, erbarme dich.

2. Herr, manchmal gerät eine falsche Zutat oder zu viel oder zu wenig einer Zutat in den Kuchen unseres Lebens. Doch es kommt darauf an, dass der Kuchen insgesamt gelingt und Geschmack und Duft verbreitet.

Christus, erbarme dich.

3. Herr, manchmal vergessen wir, dass ein Kuchen, unser Leben, nur dann gelingen kann, wenn außer den Zutaten auch ein Bäcker, eine Form und ein Herd vorhanden sind. Du bist der Bäcker unseres Lebens und sorgst durch die Mitmenschen für unsere Wärme und Form.

Herr, erbarme dich

**Gemeinsames Lied:** „Miteinander gehen“

**Evangelium:** Mt 13, 20 – 21, danach kurze Stille

### **Gedanken**

Die folgenden meditativen Gedanken können von einem oder mehreren Sprechern vorgetragen werden und mit leiser Musik untermalt werden. Dazu werden die einzelnen Zutaten in die Hand genommen.

#### Mehl

Der Hauptbestandteil unseres Gugelhupfes ist das Mehl. Mehl schmeckt – für sich allein gekostet – langweilig und staubig. Für den Kuchen ist es unentbehrlich, wichtig und schmeckt wunderbar. Mehl steht sinnbildlich für die täglichen Mühen, für das alltägliche Einerlei, für die tägliche Arbeit, die täglichen Sorgen, für immer wiederkehrende Handgriffe und Tätigkeiten. So wie Mehl dem Gugelhupf die Fülle gibt, füllt das Alltägliche unsere Tage aus.

#### Fett

Eine weitere wichtige Zutat ist das Fett. Fett transportiert die Geschmacksstoffe, lässt uns den Kuchen angenehm empfinden. Es bewirkt, dass das Mehl nicht so staubt. Fett lässt gleiten, es schmiert. Damit es klappt „wie geschmiert“, dafür steht das Fett im Alltag.

#### Zucker

Ganz wichtig für den Geschmack im Kuchen ist der Zucker. Süß, als Würze im Teig, süß als Puderzuckerhaube außen. Wie leer würde der Gugelhupf schmecken, wenn man den Zucker wegließe. Für uns ist der Zucker Sinnbild für unseren Glauben, für unsere Religion. Wie leer wäre unser Leben, was würde uns fehlen, wenn wir nicht unseren Glauben als Zucker fürs Leben hätten? Die Zuckerhaube, das gezuckerte Äußere, sind die schönen Feste, die wir durch unsere Religion geschenkt bekommen und mitfeiern dürfen, z.B. eine schöne Kommunion, eine schöne Firmung. Sie sind wichtig, aber nicht Ersatz für den Glauben im Alltag.

#### Eier

Unentbehrlich bei unserem Gugelhupf sind die Eier. Sie sorgen für die Bindung, damit der Kuchen nicht zerfällt, sie geben dem Kuchen Halt. Die Eier im Kuchen können Bild sein für menschlichen Bindungen, für die Gemeinschaften, in denen wir leben, z.B. unsere Familien, unsere Freundschaften, unsere Klasse. Diese Bindungen geben uns Halt und Stütze. Die Eier geben dem Kuchen nicht nur Bindung, sie bewirken auch, dass er aufgehen kann und zu seiner vollen Größe gelangt. Die Bindungen und Gemeinschaften, in denen wir leben, geben uns Halt und helfen uns gleichzeitig uns zu entfalten und zu wachsen, helfen uns in unserer Entwicklung.

#### Milch

In unserem Gugelhupf ist auch Milch. Sie schenkt unserem Kuchen die Feuchtigkeit, ohne die er staubtrocken wäre. Er wäre schwer zu schlucken, würde uns fast im Hals stecken bleiben. Das lateinische Wort für Feuchtigkeit heißt Humor. Ohne Humor wäre auch das Leben oft schwer zu schlucken, würde es uns fast im Hals stecken bleiben. Der Humor hilft uns vieles leichter zu nehmen – und ganz wichtig – hilft uns lachen!

#### Kakao

In einen Gugelhupf kann man verschiedene Zutaten als Gewürze und Geschmacksstoffe geben, z. B. Zitronenschale, Zimt, Nüsse, Mandeln, Rum, Marzipan. Das sind spezielle Geschmacksrichtungen, die den typischen Geschmack eines Kuchens ausmachen. In unserem

Gugelhupf ist Kakao als typisches Merkmal. Er zeichnet sich durch seinen Kakaogeschmack und seine weiß-schwarze Musterung als Marmorkuchen aus. Für uns stehen diese Gewürze und solche besonderen Merkmale für unsere persönlichen Merkmale, die jeden einzelnen Menschen auszeichnen. Wir bestehen zwar alle aus Fleisch und Blut, aus Knochen, Haut und Haaren, jeder hat zwei Arme, zwei Beine, ein Gesicht mit Augen, Mund und Nase – und trotzdem unterscheiden wir uns voneinander, durch die Augenfarbe, die Körpergröße, die Stimme, unsere Talente und Fähigkeiten. Jeder von uns ist einmalig, es gibt keine zwei gleichen Menschen.

### **Fürbitten**

Sprecher: „So ein Gugelhupf schmeckt lecker, wenn ich aber zu viel von ihm esse, geht mir der Genuss verloren, ich bin mehr als satt, ich bin übersatt, ich bin übersättigt. Es gibt viele Bereiche in unserem Leben, die wir satt haben, an sie wollen wir in den Fürbitten denken.“

1. Oftmals haben wir unseren Alltag insgesamt satt, jeder Tag scheint gleich zu sein. Wir bitten dich: Lass uns den Alltag lieb gewinnen und erkennen, dass der Alltag erst die Höhepunkte unseres Lebens als solche erkennen lässt.
2. Wir haben es satt, täglich neue Nachrichten von Ungerechtigkeiten und Gemeinheiten hören zu müssen. Schenke uns die Kraft, in unserem kleinen Bereich aufrecht und wahr zu reden und zu handeln.
3. Wir haben es satt, dass die Güter der Welt so ungleich verteilt sind. Gib uns ein waches Bewusstsein für unseren täglichen Umgang mit Nahrungsmitteln.

All unsere Anliegen fassen wir in dem Gebet zusammen, das uns der Herr selber gelehrt hat:

### **Vater Unser**

#### **Schlussgebet und Segen**

Damit unser Leben gelingen kann, brauchen wir viele Zutaten wie für diesen Kuchen. Wir brauchen unseren Alltag, unsere Bindungen und Gemeinschaften, unsere Religion und unseren Glauben, der Humor tut uns gut. Jedem von uns hat Gott seine Individualität, seine eigene Geschmacksrichtung gegeben. Dafür wollen wir danken und um seinen Segen bitten.

#### **Segensgebet**

**Schlusslied:** „Herr, geh mit uns“

Eventuell können die Kuchen noch miteinander verzehrt werden.