

Montag 1. Woche: Menschens Kind

Impuls

Wo bin ich geblieben ?

Rabbi Chanoch erzählte: „Es gab einmal einen Toren, den man den Golem nannte, so töricht war er. Am Morgen beim Aufstehen fiel es ihm immer so schwer, seine Kleider zusammenzusuchen, dass er am Abend, dran denkend, oft Scheu trug, schlafen zu gehen. Eines Abends fasste er sich schließlich ein Herz, nahm Zettel und Stift zur Hand und verzeichnete beim Auskleiden, wo er jedes Stück hinlegte. Am Morgen zog er wohlgemut den Zettel hervor und las: ‚Die Mütze‘ – hier war sie, er setzte sie auf, ‚Die Hosen‘, da lagen sie, er fuhr hinein, und so fort, bis er alles anhatte. ‚Ja aber, wo bin ich denn? Fragte er sich nun ganz bang, ‚wo bin ich geblieben?‘ Umsonst suchte und suchte er, er konnte sich nicht finden.“ - „So geht es uns“, sagte der Rabbi.

Chanoch von Alexander, in: Martin Buber, Erzählung der Chassidim

Vertiefung

Ich nehme mir eine Viertelstunde Zeit, um den Impulsfragen unten nachzugehen. Weniger im Sinne einer vollständigen Klärung, sondern eher im Sinne des Wirken-Lassens. Wenn ich die Fragen lese: Was nehme ich wahr an Gedanken und Gefühlen, an Regungen und Bewegungen, an mir, in mir?

Seit wann kennen Sie sich?

Erinnern Sie sich, wann und wo Sie sich besser kennen gelernt haben?

Fanden Sie das ärgerlich oder bereichernd?

Auch ein bisschen amüsant?

Wo sollten Sie sich noch mehr auf die Schliche kommen?

Können Sie über sich selbst lachen?

Ist Ihnen lieber, sich selbst zu erkennen oder von anderen erkannt zu werden?

Welche Bedeutung haben Spiegel in Ihrem Leben?

Haben Sie überhaupt Zeit für sich?

Kommen Sie selbst in Ihrem täglichen Kalender vor?

Wären Sie gerne manchmal eine andere oder ein anderer?

Was über sich wollen Sie lieber gar nicht erst wissen?

Können Sie sich selber überraschen?

Behalten Sie Ihre Selbsterkenntnis für sich?

Reden Sie mit Gott darüber?

Oder lieber mit Freunden?

Matthias Krieg, In: Lebenskunst – Stücke für jeden Tag, Theologischer Verlag/Verlag am Eschbach

Gebet

Ich versuche mit dem, was ich wahrnehme, mit Gott ins Gespräch zu kommen, erzählend, dankend, lobend, bittend,

Dienstag 1. Woche: Menschens Kind

Impuls

Morgen werde ich mich besuchen. Ich hoffe, ich bin zu Hause.

Karl Valentin, der bayrische Komiker, passt mit seinem Ausspruch wohl ganz gut in unsere Zeit: Wir sind Suchende, ‚Hoffende‘, ‚Aufgescheuchte‘, immer irgendwie unterwegs, nicht immer im positiven Sinn, und suchen letztlich doch uns selbst und ob es nicht mehr als alles gibt. Wir suchen oft draußen und in der Ferne. Doch wo - oder genauer noch - wer bin ich eigentlich? Wo bin ich zu Hause?

In dem sehenswerten Film ‚Broken silence‘ wird ein Kartäusermönch im Auftrag seiner Klostersgemeinschaft nach Indonesien geschickt. Er kennt ‚die Welt da draußen‘ nicht mehr, weil er seit über 25 Jahren in seiner Zelle gewohnt hat ohne direkten Kontakt nach draußen. Er kommt auf seiner Reise in für ihn ungewohnte Situationen und drückt dies zusammenfassend mit einem Zitat von Blaise Pascal so aus: „Unsere Probleme beginnen damit, dass wir nicht zuhause bleiben.“

Wo bin ich zu Hause?

Vertiefung und Gebet

Dag Hammarskjöld, der ehemalige schwedische UNO-Generalsekretär, bietet für die längst Reise zum Ort, wo ich zu Hause bin – nämlich die Reise nach innen – eine Gebets-Übung an, zu der ich mir Zeit nehmen und einen ungestörten Ort aufsuchen kann:

Ich sitze hier vor Dir, Herr,
aufrecht und entspannt, mit geradem Rückrat.

Ich lasse mein Gewicht senkrecht durch meinen Körper hinuntersinken
auf den Boden, auf dem ich sitze.

Ich halte meinen Geist fest in meinem Körper.
Ich widerstehe seinem Drang, aus dem Fenster zu entweichen,
an jedem anderen Ort zu sein als an diesem hier,
in der Zeit nach vorn und hinten auszuweichen,
um der Gegenwart zu entkommen.

Sanft und fest halte ich meinen Geist dort, wo mein Körper ist:
Hier in diesem Raum.

In diesem gegenwärtigen Augenblick
Lasse ich all meine Pläne, Sorgen und Ängste los.
Ich lege sie jetzt in deine Hände, Herr.
Ich lockere den Griff, mit dem ich sie halte, und lasse sie Dir.
Für den Augenblick überlasse ich sie Dir.

Ich warte auf Dich – erwartungsvoll.
Du kommst auf mich zu,
und ich lasse mich von Dir tragen.

Ich beginne die Reise nach innen.
Ich reise in mich hinein, zum innersten Kern meines Seins,
wo Du wohnst.

An diesem tiefsten Punkt meines Wesens
bist Du immer schon vor mir da,
schaffst, belebst, stärkst ohne Unterlass
meine ganze Person.

Mittwoch 1. Woche: Menschens Kind

Impuls

Eine Frage der Perspektive

Sherlock Holmes und Doktor Watson gingen zusammen zum Campen. Sie verbrachten einen wundervollen Tag in der freien Natur und wanderten durch die hügelreiche Landschaft. Als es dämmerte errichteten sie ihr Zelt. Nachdem sie ein köstliches Mahl zubereitet und aufgegessen hatten, fielen sie beide müde in den Schlaf. Sehr früh in der Nacht wachte Holmes auf, grunzte etwas und weckte seinen Assistenten mit einem leichten Stoß in die Rippen. "Watson" sagte er. "Öffne schnell die Augen und schau hinauf zum Himmel. Was siehst du?" Watson erwachte schlaftrunken. "Ich sehe Sterne, Holmes." antwortete er. "Unendlich viele Sterne." "Und was sagt dir das, Watson?" fragte Holmes. Watson dachte für einen Augenblick nach. "Tja Holmes, das sagt mir, dass dort draußen ungezählte Sterne und Galaxien sind und wahrscheinlich Tausende von Planeten. Ich nehme deshalb an, dass doch eine ganze Menge gegen die Theorie spricht, dass wir allein im Universum sind. Ich schau hinauf in den Himmel und fühle mich demütig angesichts dieser unendlichen Weiten. Und was sagt es dir?" "Watson, du bist ein Narr!" rief da Holmes. "Mir sagt es, dass jemand unser Zelt gestohlen hat!"

Joseph O'Connor

Vertiefung

Je nach Blickwinkel, je nach Perspektive, nehme ich einen Ausschnitt aus der Fülle von dem wahr, was mich umgibt: meine Wirklichkeit. Je nach Vorentscheidung – aufgrund bisheriger Erfahrungen, bisheriger Sichtweisen, Wünsche, Projektionen, Vermeidungen, u.a. – wähle ich aus, was ich ‚sehen‘ will.

Ich nehme mir jetzt eine Viertel Stunde Zeit, da wo ich gerade bin und mache nichts, außer da sein und schauen, was um mich herum und in mir ist, ohne zu werten, ohne zu klären, ohne die Bedeutung zu erfassen, was ich sehe. Einfach nur sehen, was ist: z.B. meinen Bildschirm, meinen Schreibtisch, mein Fenster, meine Kleidung, meine Stimmung, meinen Leib ...

Danach nehme ich wahr, wie diese Zeit des Sehens, was da ist, für mich war.

Bin ich nun anders da?

Bin ich anders in Beziehung zu all dem um mich herum?

Zu all dem in mir drin?

Was bemerke ich sonst noch?

Gebet

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.

Psalm 139,1-6

Donnerstag 1. Woche: Menschens Kind

Impuls

Ich, höchstpersönlich !

An der Pforte eines stillen Klosters zog ein Mann heftig die Glocke und begehrte Einlass. Der Pförtner überbrachte dem Vorsteher eine beeindruckende goldverzierte Visitenkarte, auf der zu lesen stand: Conrad von Soundso; und darunter: Präsident des Soundso-Unternehmens.

Der Vorsteher gab dem Pförtner die Karte zurück mit der Bemerkung: „Sage ihm, er sei hier fehl am Platze.“

Der Pförtner tat wie geheißen. „Entschuldigung bitte, das war mein Fehler“, sagte der vornehme Herr. Er strich mit einem Stift die Worte durch und schrieb auf die leere Rückseite der Visitenkarte: Conrad.

„Erbitte meinen Einlass freundlicherweise noch einmal von deinem Vorsteher.“

Der Pförtner brachte die Visitenkarte nochmals zum Vorsteher.

„Ach, Conrad wartet draußen,“ sagte der Vorsteher. „Den möchte ich sehen. Lass ihn herein.“

Vertiefung

Falls vorhanden nehme ich meine persönliche Visitenkarte hervor.

Wenn ich (noch) keine Visitenkarte besitze, dann kann ich mir für heute ein Stück Papier oder eine Karteikarte nehmen und all das drauf schreiben, was mir jetzt einfällt: Meinen Namen, meine Adresse, meinen Beruf, meine Tätigkeiten, meine Schwerpunkte, meine Rollen, vielleicht auch besondere Fähigkeiten und Gaben, ... all das, was ich und wie ich mich nach außen hin zeige, um mich vorzustellen, mich bekannt zu machen, auf mich hinzuweisen.

Dann betrachte ich meine Visitenkarte, ohne sie zu verändern oder zu verbessern.

Was zeigt sich mir?

Worauf habe ich Wert gelegt, dass es auf der Karte erwähnt wird?

Welche Merkmale, Inhalte und Darstellungen würde einen Fremden am ehesten ansprechen?

Welche Aussagen macht die Karte über mich als Person?

Ich stelle mir vor: Ich bin der Mann an der Pforte des Klosters aus der Geschichte, der um Einlass bittet und gebe ‚meine Visitenkarte‘ ab. Wie geht es mir, wenn ich mir vorstelle, dass ich dann keinen Einlass bekomme?

Ich drehe meine Karte um und schreibe nun meinen Vornamen auf die Rückseite der Karte und stelle mir vor: Nun bekomme ich Einlass. Was ist nun?

Fällt es mir eher leicht oder eher schwer, viele mir vertraute und liebgewordene ‚Dinge‘ an der Klosterpforte zurückzulassen, um einzutreten?

Gebet

Ich finde mich ein vor Gott und versuche mit folgendem Zitat aus der Bibel (1Sam 16,7 mit Gott ins Gespräch zu kommen:

„Ein Mensch sieht, was vor Augen ist, der Herr aber sieht das Herz an.“

Freitag 1. Woche: Menschens Kind

Impuls

Suche nach Gott

Ich habe die ganze Welt
auf der Suche nach Gott durchwandert
und ihn nirgendwo gefunden.

Als ich wieder nach Hause kam,
sah ich ihn an der Türe meines Herzens stehen,
und er sprach:

„Hier warte ich auf dich seit Ewigkeiten.“

Da bin ich mit ihm ins Haus gegangen.

Rumi (persischer Sufi-Mystiker)

Vertiefung und Gebet

Ich nehme mir eine Viertelstunde Zeit.
Ich stelle mich darauf ein, dass ich Gott mein Zuhause zeige.
Ich kann bewusst und achtsam durch meine Wohnung, mein Zimmer gehen und einfach schauen,
betrachten und wahrnehmen.
Oder ich gehe mit der Kraft meiner Vorstellung in Gedanken durch mein Zuhause.
Ich zeige Gott: Das gehört zu mir, das ist meine Wirklichkeit.

Eine Alternative ist: Mein Zuhause ist all das, was mich umgibt, egal wo ich bin.
Mein Zuhause ist all das, was ich auch in mir wahrnehme.
Ich bitte Gott als meinen Gast bei mir Zuhause einzutreten und ich zeige ihm all das.

Ich kann mit Gott über das ins Gespräch kommen, was jetzt bei mir anklingt: dankend, lobend, bittend, ...

Montag 2. Woche:

Gewollt - Geschaffen - Geliebt

Impuls

Ich wär' so gern jemand anders

Ein König ging in seinen Garten und fand dort welke und sterbende Bäume, Sträucher und Blumen. Die Eiche sagte, sie sterbe, weil sie nicht so hoch werden könne wie die Tanne. Als der König sich der Tanne zuwandte, ließ diese die Zweige hängen, weil sie keine Trauben tragen konnte wie der Weinstock. Und der Weinstock lag im Sterben, weil er nicht blühen konnte wie die Rose.

Endlich entdeckte der König das wilde Stiefmütterchen, das blühend und frisch war wie eh und je. Auf seine Frage erhielt er folgende Antwort: "Für mich war klar, dass du ein Stiefmütterchen haben wolltest, als du mich pflanztest. Hättest du eine Eiche, einen Weinstock oder eine Rose gewollt, hättest du sie gepflanzt. Deshalb dachte ich: Da du mich hier eingepflanzt hast, sollte ich mein Bestes geben, um deinem Wunsch zu entsprechen. Und da ich ohnehin nichts anderes sein kann, als ich bin, versuche ich dies nach besten Kräften zu sein."

Vertiefung

Ich nehme mir eine Viertelstunde Zeit, um mit dieser Geschichte noch etwas mehr umzugehen:

Wo bleibe ich hängen, was spricht mich an?

Alle Pflanzen in der Geschichte möchten gern jemand anders sein. Wie ist es bei mir?

Kann ich, trotz mancher Schwierigkeiten, Ja zu meinem Geworden-Sein sagen?

Kann ich mich annehmen, so wie ich bin?

Gebet

Herr, du liebst mich, so wie ich bin.

Bei dir muss ich kein anderer sein, um geliebt zu werden.

Wie oft aber will ich mich anders haben und werfe dir meine Eigenarten vor.

Ich schiele nach den anderen, die ich für besser halte, für attraktiver, für erfolgreicher.

Du hast mir Talente gegeben, die ich vergrabe aus Angst vor Blamage,

aus Angst vor Fehlern, aus Angst vor Ablehnung. – Vergib mir.

Bei dir darf ich Fehler machen, ohne Angst haben zu müssen.

Du kennst meine Schwächen und hältst sie mir nicht vor.

Du strafst mich nicht, wenn ich schuldig geworden bin.

Aber wie oft strafe ich mich selber, gönne mir das Leben nicht und

suche durch Leistungen anerkannt zu werden. – Vergib mir.

Wie oft zürne ich dir, weil ich glaube, von dir im Stich gelassen zu sein.

Was habe ich alles getan, damit du meine Wünsche erfüllst!

Ich gestehe, dass ich ungeduldig bin und dir vorschreiben will,

wie du mit mir umzugehen hast.

Doch du hast manchmal andere Pläne mit mir und hoffst auf mein Ja.

Du kennst mich und weißt besser, was ich zu meinem Heil brauche.

Deine Liebe ist unbegreiflich.

Herr, es wird Zeit,

als Erlöster Christ zu leben.

Hilf mir dabei.

Jörg Müller

Dienstag 2. Woche: Gewollt - Geschaffen - Geliebt

Impuls

Gottes Liebe

Ein Amerikaner war in England verheiratet gewesen. Doch da seine Frau nach langer Krankheit verstorben war, beschloss er, mit seiner kleinen Tochter in seine alte Heimat zurückzukehren. Eine lange Seereise schien ihm der richtige Weg zu sein, seinen Kummer zu bewältigen.

Am zweiten Tag ihrer Reise gingen Vater und Tochter auf dem Deck des Schiffes ein wenig auf und ab. Sie standen an der Reling und sahen, wie das Schiff durch die sanften Wellen glitt. Sie gaben sich ganz der Faszination der unendlichen Weite des Meeres hin, ein jeder von ihnen bedrückt durch das tragische Ereignis, die Frau und die Mutter verloren zu haben. Nach einer Weile fragte das Mädchen ganz leise aus ihren Gedanken heraus: "Papa, hat Gott uns ebenso lieb wie wir Mama lieb gehabt haben?"

"Ja, das tut er, mein Liebes", antwortete der Vater. "Gottes Liebe ist das Allergrößte, das es in der Welt überhaupt gibt." "Wie groß ist das denn?" fragte das Kind.

"Wie groß? Ich will versuchen, dir das zu erklären: Schau über das weite Meer. Sieh nach oben und dann nach unten. Gottes Liebe ist so groß, dass sie uns weiter umgibt als alles Wasser, das du sehen kannst. Und sie ist höher als der höchste Himmel über uns und geht tiefer als die tiefste Tiefe unter uns, über die uns unser Schiff trägt."

Das Mädchen versuchte, dieses gewaltige Bild zu verstehen. Ihrem Gesicht war die große Mühe anzusehen, und ihre Augen füllten sich mit Tränen. Schon wollte der Vater sie trösten, da umfasste sie mit beiden Händen seinen Arm und ein Strahlen ging über ihr Gesicht, als sie sagte: "Aber das ist ja wunderbar, weil wir mitten darin sind!"

Vertiefung

„Gottes Liebe umgibt mich“ : Was löst das bei mir aus?

Wenn Sie jemand bitten würde, ein anders Wort für Gott zu finden: wie hieße dies?

In der Heiligen Schrift gibt es verschiedene Zeugnisse und Zugänge, die ‚Gott‘ ins Leben übersetzen: Als Mose Gott nach seinem Namen fragte, antwortete er: „Ich bin, der ich bin“, d.h. „Ich bin da“. Martin Buber übersetzt das so: „Ich bin da, wo du bist“. Ein Name für Jesu lautet ‚Emmanuel‘, und das bedeutet „Gott ist mit uns“. Was lösen diese Aussagen in mir aus?

Gebet

Immerfort empfangen ich mich
aus deiner Hand.
So ist es und so soll es sein.
Das ist meine Wahrheit und meine Freude

Immerfort blickt dein Auge mich an,
und ich lebe aus deinem Blick,
du mein Schöpfer und mein Heil.

Lehre mich,
in der Stille deiner Gegenwart
das Geheimnis zu verstehen,
das ich bin.
Und das ich bin durch dich und vor dir
und für dich.

Romano Guardini

Mittwoch 2. Woche: Gewollt - Geschaffen - Geliebt

Impuls

Geschaffen nach seinem Bild

Dann sprach Gott: Lasst uns Menschen machen als unser Abbild, uns ähnlich.
Gott schuf also den Menschen als sein Abbild; als Abbild Gottes schuf er ihn.
Als Mann und Frau schuf er sie.
Gott sah alles an, was er gemacht hatte: Es war sehr gut.

Gen 1,26a.27.31a

Vertiefung

Gott schafft den Menschen als Abbild und als Gegenüber.
Gott will den Menschen. Er verleiht dem Menschen Anerkennung und Würde: „Es war sehr gut“ !
Auch ich bin gewollt und geschaffen und geliebt von Gott.
Was löst diese Zusage in mir aus?
Wenn ich an andere Menschen denke, die ich kenne: Abbilder Gottes! Geliebte Gottes!
Alle Menschen dieser Welt ...
Mann und Frau: gleich an Würde !
Kann ich Gott auf mein Geschaffensein antworten? Wie?

Gebet

Gott,
du hast meinen Namen
in deine Hand geschrieben.

Du hast mich gerufen, berufen,
zu einem einmaligen Leben.

Immerfort sprichst du meinen Namen.
Immerfort rufst du mich,
mein Leben zu entfalten.

Schenke mir den Geist der Weisheit,
damit ich immer klarer das Zeichen verstehe,
das ich bin.

Und lass mich werden,
wie du mich gedacht hast:
dein lebendiges Ebenbild.
Amen.

Paul Weismantel

Donnerstag 2. Woche: Gewollt - Geschaffen - Geliebt

Impuls

Du hast mich ins Dasein geliebt

In der Heiligen Schrift gibt es zahlreiche Worte, die je verschieden ausdrücken, dass wir Menschen, auch ich, in Gottes Augen ‚teuer und wertvoll‘ sind:

Weil du in meinen Augen teuer und wertvoll bist und weil ich dich liebe. (Jes 43,3)

Du hast ihn (den Menschen) nur wenig geringer gemacht als Gott, hast ihn mit Ehre und Herrlichkeit gekrönt. (Ps 8,6)

Ich danke dir, dass du mich so wunderbar gestaltet hast. Ich weiß, staunenswert sind deine Werke. (Ps 139,14)

Denn in ihm leben wir, bewegen wir uns und sind wir. Wir sind von seiner Art. (Apg 17,29)

Mit ewiger Liebe habe ich dich geliebt. Darum habe ich dir so lange die Treue bewahrt. (Jer 31,3)

Der Herr freut sich und jubelt über dich, er erneuert seine Liebe zu dir! Er jubelt über dich und frohlockt! (Zef 3,17)

Der Herr hat mich schon im Mutterleib berufen; als ich noch im Schoß meiner Mutter war, hat er meinen Namen genannt. (Jes 49,1)

Vertiefung

Ich verweile bei der Stelle, die mir auffällt, mich trifft und versuche sie innerlich zu verkosten.

Nach einer Weile kann ich auch weitergehen und auf eine andere Stelle stoßen, die mich anspricht. Wieder bleibe ich, solange ich verkosten kann.

Gebet

Gott,
wunderbar hast du mich geschaffen,
einmalig, unwiederholbar.
Ein Schatz bin ich,
kostbar und unersetzlich,
weil ich ein Bild bin von dir.

Gott,
ich bin eine neue Möglichkeit des Lebens,
ein Schatz im Kunstwerk deiner Schöpfung.
Deine Welt soll schöner und
liebenswürdiger werden durch mich.

Gott,
ich bin ein Geheimnis,
ein Gedanke deiner Liebe und Weisheit,
ein Schatz, mit Worten nicht auszusprechen,
nicht zu beschreiben.
Ich berge etwas von deinem Geheimnis

vom Sinn der Welt.

Gott,
wunderbar hast du mich geschaffen
als Hinweis auf eine neue Welt,
die hell und leuchtend,
gut und heil ist,
als Schatz, der hinweist auf dich,
auf den Reichtum deiner Liebe,
auf die Fülle des Lebens,
der Freude, des Glücks in dir.

Freitag 2. Woche: Gewollt - Geschaffen - Geliebt

Impuls

Gott sei Dank !

Der Meister versäumte es nie, Gott zu danken, gleichgültig, wie gut oder schlecht die Zeiten auch sein mochten. Eines Tages, als ein wilder Sturm die Bäume schüttelte und der Regen sich wie aus Kübeln über sein Dorf ergoss, rätselten die Schüler, was ihn bei diesem schrecklichen Wetter zu freudigen Dankesworten veranlassen könnte.

«O Gott», sagte der Meister, «heute ist hier ein wirklich unangenehmer Tag. Aber wir danken dir, Gott, dass nicht jeder Tag so schrecklich ist.»

Marino Bosoppi-Langenauer

Vertiefung

Der Benediktinermönch und spirituelle Schriftsteller David Steindl-Rast weist in seinem Buch „Die Achtsamkeit des Herzens“ darauf hin, dass es eigentlich gar nicht so schwer ist, Gründe für Dankbarkeit zu finden:

„Tag und Nacht wird uns mit jedem Augenblick Unzähliges geschenkt. Wir brauchen nur darauf zu achten und Dankbarkeit wird uns beinahe überwältigen. Aber achten wir darauf? Das ist die Frage. ...

Seit Jahren schreibe ich zum Beispiel täglich in meinen Taschenkalender zumindest eine Sache, für die dankbar zu sein mir vorher noch nie in den Sinn kam. Meint vielleicht jemand, es sei schwer, jeden Tag einen neuen Grund zur Dankbarkeit zu finden? Es ist nicht schwer. Oft kommen mir vier oder fünf Gründe in den Sinn. Ich kann mir gar nicht vorstellen, wie alt ich werden müsste, um den Vorrat merklich zu vermindern.“

Gebet

Ich versuche auf den heutigen oder gestrigen Tag zurückzublicken unter der Überschrift:

Dafür möchte ich Gott danken.

Das können ganz einfache Dinge sein:

für die Luft, die ich atme

für den Kühlschrank, der meine Lebensmittel kühlt

für den Busfahrer, der mich zur Arbeitsstelle fährt

für die Begegnung mit anderen Menschen

für mich selbst

...

Montag 3. Woche: In Beziehung sein - Christ sein

Impuls

Für wen gehst Du ?

In Ropschitz, Rabbi Naftali Stadt, pflegten die Reichen, deren Häuser einsam oder am Ende eines Ortes lagen, Leute zu verdingen, die nachts über ihren Besitz wachen sollten. Als Rabbi Naftali sich eines Abends spät am Rande des Waldes erging, der die Stadt säumte, da begegnete er solch einem auf und nieder wandelnden Wächter. "Für wen gehst du?", fragte er ihn. Der Wächter gab Bescheid, fügte aber die Gegenfrage daran: "Und für wen geht Ihr, Rabbi?" - Das Wort traf Rabbi Naftali wie ein Pfeil. "Noch gehe ich für niemand", brachte er mühsam hervor, dann schritt er lange schweigend neben dem Mann auf und nieder. "Willst du mein Diener werden?", fragte er endlich den Wächter. "Das will ich gern", antwortete dieser, "aber was hab ich zu tun?" "Mich zu erinnern", sagte Rabbi Naftali.

Vertiefung

"Und für wen gehst Du?" Worauf zielt dein Bemühen, dein Arbeiten, deine Zeit für all die Dinge in deinem Auf und Ab deines Lebens, und auch dein Beten? Wozu tust du, was du tust? Rabbi Naftali hatte darüber wohl schon lange nicht mehr nachgedacht, sonst hätte sie ihn nicht so getroffen, die kleine Frage. Die Mühen und Sorgen des Alltags hatten ihn so in Beschlag genommen, dass er vergaß, wozu im letzten geschah, was er tat.

Wie reagiere ich, wenn die Frage an mich gerichtet wird: „Und für wen gehst du?“

Eindeutig und sicher wie der Wächter oder eher betroffen, unsicher, nachdenklich wie der Rabbi?

Was wäre meine Antwort?

Wer oder was könnte für mich eine Hilfe sein, meinen Weg zu gehen?

Was ist mein nächster Schritt?

Was könnte mich erinnern, um auf dem Weg zu bleiben?

Gebet

Ich versuche mit Gott zu sprechen über alles, was mich jetzt bewegt ...

Nach einer Zeit des Gebetes schließe ich mit der Bitte, dass Gott mich in meinem Alltag begleite und leite.

Dienstag 3. Woche: In Beziehung sein – Christ sein

Impuls

Geliebte Tochter – Geliebter Sohn

Zusammen mit dem ganzen Volk ließ auch Jesus sich taufen. Und während er betete, öffnete sich der Himmel, und der Heilige Geist kam sichtbar in Gestalt einer Taube auf ihn herab, und eine Stimme aus dem Himmel sprach: Du bist mein geliebter Sohn, an dir habe ich Gefallen gefunden.

Lk 3,21f

Vertiefung

„Du bist mein geliebter Sohn. An dir habe ich Gefallen gefunden.“

Diese Worte können als die tragende und bewegende Kraft im Leben Jesu gesehen werden.

Diese Worte gelten auch mir: Du bist geliebte Tochter - du bist mein geliebter Sohn in den Augen Gottes!

Ich lasse mir diese Worte, diese Zusage zusprechen: Geliebte Tochter – geliebter Sohn!

Wie empfinde ich dabei?

Kann ich es zulassen, so von Gott angesprochen zu werden?

Gebet

Ich finde mich in der Gegenwart Gottes ein.

Ich setze mich seiner Zusage aus: Du bist meine geliebte Tochter – du bist mein geliebter Sohn. An dir habe ich Gefallen gefunden.

Ich verweile und lasse diese Worte in mein Herz.

Zum Ende schließe ich das Gebet bewusst ab.

Mittwoch 3. Woche: In Beziehung sein – Christ sein

Impuls

Komm und sieh !

Tags darauf stand Johannes abermals da und zwei von seinen Jüngern. Und auf Jesus hinblickend, der des Weges kam, sagt er: Siehe, das Lamm Gottes ! Und es hörten die beiden Jünger ihn reden, und sie folgten Jesus. Als aber Jesus sich wandte und sie folgen sah, sagt er zu ihnen: Was sucht ihr? Sie sprachen zu ihm: Rabbi – was übersetzt: Lehrer bedeutet – wo ist deine Bleibe? Sagte er zu ihnen: Kommt, so seht ihr. Sie gingen also und sahen, wo seine Bleibe war. Und sie blieben jenen Tag bei ihm.

Joh 1,35-39 (in der Übersetzung von Friedolin Stier)

Vertiefung

Mit drei Stichworten lässt sich diese Stelle im Johannesevangelium charakterisieren: Begegnung – Beziehung – Berufung.

Zwei Fragen spielen dabei eine Schlüsselrolle:

1. Die Frage Jesu an die Jünger: „Was sucht ihr?“

Auf den ersten Blick eine Frage, um Kontakt aufzunehmen, zu klären, was gerade Sache ist. Doch darin schwingt eine tiefer liegende Ebene gleichsam mit: Was suche ich, nicht nur hier und jetzt, sondern überhaupt. Was suche ich eigentlich in und mit meinem Leben? Diese Frage berührt die Existenz.

Wie ist es bei mir ? Was suche ich?

2. Die Frage der Jünger an Jesus: „Meister, wo ist deine Bleibe?“

Eine andere Übersetzung spricht: „Wo wohnst du ?“ Zu schnell scheint damit aber die Frage nach Unterkunft und Haus gemeint zu sein. Doch das berührt, wie das Evangelium zeigen wird, nicht den Kern, worum es geht. „Wo ist deine Bleibe?“ meint: Wo ist dein innerstes Zuhause, dein Ort, an dem du angesichts und trotz dieser Welt sein und bleiben kannst. Wo bzw. an wem machst du dich letztendlich fest? Jesu ganzes Leben und Wirken weist darauf hin. Bei Gott, dem himmlischen Vater, ist die eigentliche Bleibe.

Und bei mir?

In Jesu Ruf ‚Kommt und seht‘ sind wir eingeladen, uns auf IHN ganz einzulassen.

Spüre ich in mir den Wunsch Jesus, sein Leben und Wirken, mehr kennen zu lernen?

Spüre ich in mir den Wunsch und das Verlangen bei IHM zu sein und zu bleiben?

Gebet

Ich komme mit dem, was mich jetzt bewegt mit Jesus ins Gespräch wie mit einem Freund, einer Freundin.

Dann schließe ich das Gebet bewusst ab.

Donnerstag 3. Woche: In Beziehung sein – Christ sein

Impuls

Gast in meinem Haus

Und nach Jericho gekommen, wollte er hindurchziehen. Und da! Es war ein Mann, mit Namen Zachäus gerufen. Und er war Oberzöllner; und er war reich. Und er suchte zu sehen, wer Jesus ist, doch er konnte es nicht der Leute wegen, denn er war klein von Wuchs. Und so lief er nach vorn voraus und stieg auf einen Maulbeerbaum, um ihn zu sehn; denn dort sollte er hindurchziehen. Und wie Jesus an den Ort kam, blickte er auf und sprach zu ihm: Zachäus, steig herab. Denn heute muss ich in deinem Hause bleiben. Und schnell stieg er herab und nahm ihn mit Freuden auf. Und die es sahen, nörgelten alle und sagten: Zu einem sündigen Mann ist er gegangen, um einzukehren. Zachäus aber stellte sich hin und sprach zum Herrn: Da! Die Hälfte von meinem Hab und Gut, Herr, gebe ich den Armen. Und wenn ich jemand ausgebeutet habe, gebe ich es vierfach zurück. Sprach Jesus zu ihm: Heute ist Rettung diesem Haus widerfahren, weil auch der ein Sohn Abrahams ist. Denn der Menschensohn ist gekommen, zu suchen und zu retten das Verlorene.

Lk 19,1-10 (in der Übersetzung von Friedolin Stier)

Vertiefung und Gebet

Ich versetze mich mit meiner Phantasie in diese Geschichte hinein.
Ich nehme den Ort, die Menschen und das Geschehen so wahr, als wäre ich dabei: schauend, hörend, riechend, ...

Ich versetze mich in die Rolle des Zachäus:

Wie ich versuche Jesus zu sehen ...

Wie ich mich klein empfinde angesichts der Leute ...

Wie ich auf dem Maulbeerbaum hochklettere und dort warte ...

Da trifft mich Jesu Blick ...

Ich lasse mir von IHM sagen: „... (mein Vorname), steig herab!“ ...

Wie ER mir seine Hand entgegenstreckt und sagt: „Denn heute muss ich in deinem Hause bleiben.“ ...

Wie ich die Leute höre, die nörgeln ...

Wie ich Jesus mit nach Hause nehme, zu mir ...

Wie ich IHN als Gast aufnehme ...

Wie ich mich mit IHM unterhalte über alles, was mich bewegt ...

Wie ER zu mir spricht: „Heute ist Rettung deinem Haus widerfahren, weil auch du ein Sohn/eine Tochter Abrahams bist.“ ...

Ich verabschiede mich von IHM ...

Freitag 3. Woche: In Beziehung sein – Christ sein

Impuls

Der Blick Jesu

"Sieh, dass er dich ansieht. Sieh, dass er dich liebevoll und demütig ansieht. Nimm ernst, dass Jesus dein Diener geworden ist, der dir die Füße wäscht und sein Leben für dich, seinen Freund, seine Freundin, lässt. Spüre die Liebe in seinem Blick und wie er dich liebevoll bei deinem Namen nennt. Stelle dir vor, dass Jesus so vor dir steht und dich anblickt. Spüre seinen Blick ..."

Teresa von Avila

Vertiefung und Gebet

Ich nehme mir eine Viertelstunde Zeit an einem Ort, an dem ich ungestört bin.
Ich nehme mich in meinem Leib wahr und werde still ...

Ich stelle mir vor:

Jesus ist vor mir ...
Er blickt mich an ...
Ich spüre seinen Blick ...

Teresa von Avila fügt noch hinzu:

"Sieh, dass er dich liebevoll und demütig ansieht."

Ich lasse mich vom Herrn „liebevoll und demütig“ anschauen ...

Ich halte es aus und lasse es zu ...

Ich bin vor dem Herrn: dankend, lobend, bittend, schweigend

Ich schließe diese Gebetszeit bewusst ab.

Montag 4. Woche: Jünger sein

Impuls

Lebensprogramm

Nachdem aber Johannes ausgeliefert worden war, kam Jesus nach Galiläa, um zu künden die Heilsbotschaft Gottes. Er sagte: Erfüllt ist die Zeit, und genaht das Königtum Gottes. Kehrt um! Und: Glaubt der Heilsbotschaft!

Mk 1,14f. (in der Übersetzung von Friedolin Stier)

Vertiefung

Ich lese und betrachte den Text nochmals.

Was spricht mich an ? Wo bleibe ich hängen ?

Ich verweile und verkoste, nehme den ‚Geschmack‘ der betreffenden Stelle, des betreffenden Wortes wahr ...

Ich gehe weiter zur nächsten Stelle, verweile, verkoste ...

Ich wende mich nun den Worten Jesu in diesem Text zu:

Die Worte Jesu in diesem Abschnitt sind nach dem Evangelisten Markus die ersten Worte, die Jesus spricht. Man könnte sagen: Mit diesen ersten Worten ist das Wesentliche programmhaft ausgesprochen, worum es Jesus in und mit seinem Leben ging.

„Erfüllt ist die Zeit“ - Was klingt dabei für mich an?

„genaht das Königtum Gottes“ – Kann ich wie Jesus diese Nähe Gottes spüren, zulassen, erhoffen ... ?

„Kehrt um!“ - Spüre ich in mir eine Sehnsucht, dass es mehr als alles geben muss?

„Glaubt der Heilsbotschaft!“ – Was heißt für mich glauben, vertrauen, ... ?

Gibt es für mich eine Art ‚Lebensprogramm‘ ?
Kann ich es formulieren?

Gebet

Ich wende mich jetzt bewusst dem Herrn zu, mit allem, was mich jetzt bewegt ...
Glaubend, hoffend, vertrauend,

Nach einiger Zeit schließe ich mein Gebet ab.

Dienstag 4. Woche: Jünger sein

Impuls

Gesalbt und gesandt

So kam er nach Nazaret, wo er aufgezogen worden war, und ging nach seiner Gewohnheit am Sabbattag in die Synagoge. Und er stand auf, um vorzulesen. Und es wurde ihm das Buch des Propheten Jesaja gegeben. Er öffnete das Buch und fand die Stelle, wo geschrieben ist:

Geist des Herrn ist auf mir,
weil er mich gesalbt:
Armen Heilsbotschaft zu bringen,
hat er mich gesandt.
Gefangenen Freilassung zu künden,
Blinde aufblicken zu lassen,
Unterjochte in Freilassung zu senden,
anzukünden das Jahr, das willkommen ist dem Herrn.

Dann rollte er das Buch zusammen, gab es dem Synagogendiener zurück und setzte sich. Und aller Augen in der Synagoge waren ihm zugewandt. Da fing er an, ihnen zu sagen: heute ist erfüllt worden dieses Schriftwort, das ihr in den Ohren habt.

Lk 4,16-21 (in der Übersetzung von Friedolin Stier)

Vertiefung

Ich versetze mich mit meiner Phantasie in diese Geschichte hinein.
Ich nehme den Ort, die Menschen und das Geschehen so wahr, als wäre ich dabei: schauend, hörend, riechend, ...

Ich höre die Worte Jesu nochmals ...

Als Christen sind wir Gesalbte. Ich darf das Zitat aus dem Buch des Propheten Jesaja auch auf mich beziehen: Geist des Herrn ist auf MIR, weil er MICH gesalbt,

Ich spreche diese Stelle ganz bewusst so, als wären sie meine eigenen Worte ...

Gebet

Herr, öffne meine Lippen,
damit mein Mund dein Lob verkünde und gute Worte finde.
Herr, öffne meine Augen,
damit ich deine Herrlichkeit bestaune und die Not der Menschen sehe.
Herr, öffne meine Ohren,
damit ich dein Wort vernehme und den Schrei der Armen höre.
Herr, öffne meine Nase,
damit ich deinen Wohlgeruch wahrnehme und den Duft aller Dinge empfangen.
Herr, öffne mein ganzes Gesicht,
damit ich dir zugewandt lebe und allen offen begegne.
Herr, öffne meine Herz,
damit ich Raum habe für dich und gute Gefühle für alle Menschen.
Herr, öffne meine Hände,
damit ich die Fülle des Lebens fasse und reich bin im Geben.

Anton Rotzetter in: Gott, der mich atmen lässt, Verlag Herder

Mittwoch 4. Woche: Jünger sein

Impuls

Gesandt vor seinem Angesicht

Danach bestellte der Herr noch andere, zweiundsiebzig, und sandte sie zu zweit vor seinem Angesicht her in jede Stadt und Ortschaft, wohin er kommen wollte. Er sagte zu ihnen: Die Ernte ist groß, Arbeiter aber sind wenige. Fleht also zum Herrn der Ernte, dass er Arbeiter in seine Ernte hinausschicke. Geht! Da! Ich sende euch wie Lämmer mitten unter die Wölfe. Tragt keinen Geldbeutel, keinen Ranzen, keine Sandalen, und unterwegs sagt keinem den Friedensgruß. Wenn ihr aber in ein Haus kommt, sagt zuerst: Friede diesem Hause! Und ist dort ein Sohn des Friedens, so wird euer „Friede“ auf ihm ruhen. Wenn aber nicht, kehrt er auf euch zurück. In eben dem Haus aber bleibt, esst und trinkt, was von ihnen zu haben ist. Denn der Arbeiter ist wert seines Lohnes. Wechselt nicht von Haus zu Haus. Und wenn ihr in eine Stadt kommt, und sie euch aufnehmen, so esst, was euch vorgesetzt wird. Macht die Kranken daselbst heil und sagt ihnen: Genahet hat sich euch das Königtum Gottes.

Lk 10,1-9 (in der Übersetzung von Friedolin Stier)

Vertiefung

Ich lese und betrachte den Text nochmals.

Was spricht mich an ? Wo bleibe ich hängen ?

Ich verweile und verkoste, nehme den ‚Geschmack‘ der betreffenden Stelle, des betreffenden Wortes wahr ...

Ich gehe weiter zur nächsten Stelle, verweile, verkoste ...

Was heißt für mich: Er „sandte sie zu zweit vor seinem Angesicht her“?

Ich stelle mir vor, von IHM gesandt zu sein: Wohin? Zu wem? Mit welcher Botschaft?

Gebet

Ich lasse vor dem Herrn alles da sein, was ich jetzt wahrnehme: lobend, dankend, bittend, hoffend, wartend, ...

Ich kann den Herrn bittend, dass ich immer mehr erkenne, wie ER am Wirken ist ...

Ich kann den Herrn bitten, dass ich mehr bereiter bin, mich von IHM in Dienst nehmen zu lassen ...

Ich beende bewusst mein Gebet.

Donnerstag 4. Woche: Jünger sein

Impuls

In eins sein mit IHM

Ich bin der Weinstock, ihr seid die Reben. Wer in Eins mit mir bleibt, wie ich in Eins mit ihm: Der trägt viel Frucht. Denn ohne mich vermögt ihr nichts zu tun. Wenn einer nicht in Eins mit mir bleibt, so wird er hinausgeworfen wie die Rebe und verdorrt. Und die sammelt man und wirft sie ins Feuer; und sie verbrennt. Wenn ihr in Eins mit mir bleibt, und meine Worte in euch bleiben, so erbittet, was ihr wollt, es wird euch geschehen. Dadurch wird mein Vater verherrlicht, dass viel Frucht ihr tragt und meine Jünger werdet.

Joh 15,5-8 (in der Übersetzung von Friedolin Stier)

Vertiefung

Ich lese und betrachte den Text nochmals.

Was spricht mich an ? Wo bleibe ich hängen ?

Ich verweile und verkoste, nehme den ‚Geschmack‘ der betreffenden Stelle, des betreffenden Wortes wahr ...

Ich gehe weiter zur nächsten Stelle, verweile, verkoste ...

Was heißt für mich: ‚in Eins sein mit IHM‘ ?

Was heißt für mich: ‚Ohne mich vermögt ihr nichts zu tun‘ ?

Was hilft mir, was könnte mir helfen ‚bei IHM zu bleiben‘ ?

Gebet

Ich wende mich nun dem Herrn zu: ER der Weinstock, ich die Rebe

Vor IHM sein, mit IHM sein, mit allem, was ist ...

Ich bleibe ...

Ich schließe mein Gebet bewusst ab.

Freitag 4. Woche: Jünger sein

Impuls

Nicht ihr erwähltet mich, sondern ich erwählte euch

Wie mich der Vater geliebt, so habe auch ich euch geliebt. Bleibt in meiner Liebe. Wenn meine Weisungen ihr wahr, dann bleibt ihr in meiner Liebe – wie ich meines Vaters Weisungen gewahrt, und in seiner Liebe bleibe. Das habe ich zu euch gesagt, dass meine Freude in euch sei und euere Freude sich vollende. Das ist meine Weisung: Liebt einander, wie ich euch geliebt! Größere Liebe hat keiner, als wer sein Leben gibt für seine Freunde. Ihr seid meine Freunde, wenn ihr tut, was ich euch weise. Nicht mehr Knechte nenne ich euch, denn der Knecht weiß nicht, was sein Herr tut. Euch aber habe ich Freunde genannt, denn alles, was ich gehört von meinem Vater her: Euch habe ich es kundgetan. Nicht ihr erwähltet mich, sondern ich erwählte euch. Und ich habe euch bestellt, dass ihr hingehet und Frucht tragt und euere Frucht bleibt; auf dass, was ihr vom Vater erbittet, er euch gebe – in meinem Namen. Das weise ich euch: Liebt einander!

Joh 15,9-17 (in der Übersetzung von Friedolin Stier)

Vertiefung

Ich lese und betrachte den Text nochmals.

Was spricht mich an ? Wo bleibe ich hängen ?

Ich verweile und verkoste, nehme den Geschmack der betreffenden Stelle, des betreffenden Wortes wahr ...

Ich gehe weiter zur nächsten Stelle, verweile, verkoste ...

Ich stelle mir vor, dass der Herr mir persönlich die Worte dieses Textes sagt.
Dazu kann ich im Text das ‚euch‘ durch ‚dich‘, das ‚ihr‘ durch ‚du‘ usw. ersetzen ...

Wie geht es mir, wenn ich mich von Jesus Freund/Freundin nennen lasse ?

Was entdecke ich, wenn Jesus zu mir sagt: ‚Nicht du erwähltest mich, sondern ich erwählte dich‘ ?

Was hilft mir, was könnte mir helfen, „einander zu lieben“ ?

Spüre ich in mir eine Sehnsucht, eine Hoffnung, ... mit dem Herrn nächste Schritte zu gehen ?

Gebet

Ich wende mich nun dem Herrn zu wie ein Freund, eine Freundin ...

Vor IHM sein, mit IHM sein, mit allem, was ist ...

Ich bleibe ...

Ich kann mit folgendem Gebet abschließen:

Du, Gott der Anfänge,
segne uns, wenn wir deinen Ruf hören,
wenn deine Stimme uns lockt
zu Aufbruch und Neubeginn.

Du, Gott der Anfänge,
behüte uns, wenn wir loslassen

und Abschied nehmen.
Wenn wir dankbar zurückschauen
auf das, was hinter uns liegt.

Du, Gott der Anfänge,
lass dein Gesicht leuchten über uns,
wenn wir vertrauend
einen neuen Schritt wagen
auf dem Weg unseres Lebens.

Du, Gott der Anfänge,
segne uns.
Amen.

Aus Irland