

1. Fortschritt

IMPULS

Es war einmal ein kleiner Junge. Er wohnte in der Stadt und war nicht älter als drei Jahre und sehr verspielt. Sein Vater sagte an einem schönen Sonntag im Frühling zu ihm: ‚Komm mit, wir gehen in den Park‘. Dort waren die Frühlingsblumen aus der von Sonne erwärmten Erde gekommen; ringsherum blühte es: gelb, weiß und blau. Dem kleinen Jungen gefiel dies sehr. Er ging zu den Blumen, roch daran und entdeckte, da es in der vorhergehenden Nacht geregnet hatte, viele kleine Schnecken unter den Pflanzen. Die sammelte er und lief dabei kreuz und quer, hin und zurück, über blühende Anlagen. Der Vater stand dabei, schaute zu und freute sich über diesen schönen Tag. Nach einiger Zeit wurde er unruhig und ging einige Schritte weiter. Das Kind aber blieb bei seiner Entdeckung. Der Vater sprach es an: ‚Komm wir gehen weiter!‘ Keine Antwort, keine Reaktion: ‚Komm halt, wir gehen etwas weiter‘, rief er, schon ungeduldiger, zum zweitenmal. Da schaute der kleine Junge auf und fragte: ‚Wohin denn weiter?‘

(Quelle: unbekannt)

VERTIEFUNG

‚Wohin denn weiter?‘ – Hauptsache vorwärts kommen, etwas erreichen (Was denn eigentlich?), etwas machen, etwas tun, nicht stehen bleiben, fortschreiten, ankommen wollen, irgendwo, irgendwann, oder am besten sofort?

Ich bin schon da, jetzt und hier, nirgends sonst!

Ich habe Zeit – Immer wieder Mal.

So auch jetzt!

Ich säße nicht hier und ließe mich auf die AUSZEIT-Impulse ein, wenn in mir nicht eine Spur von Sehnsucht wäre bei mir und meiner Wirklichkeit anzukommen.

So wie sie ist und nicht wie sie sein sollte.

Dazu kann es eine Hilfe sein, einen Ort und eine Tageszeit zu finden, wo und wann ich mir für die nächsten vier Wochen eine Unterbrechung des Alltäglichen zum Umgehen mit den Impulsen einrichte, wenn ich es nicht bereits schon getan habe.

Ich kann jetzt meinen AUSZEIT-Ort so gestalten, dass ich gerne dort bin: mit einer für mich passenden Sitzgelegenheit, Kerze, Blumen, einem Bild, ...

Ich nehme wahr, wie es mir mit meinem Ergebnis geht ...

GEBET

Gott,

du bist da,
wo Menschen leben.

Du bist da,
wo Leben ist.

Öffne mein Herz und meine Sinne,
um Dich

in meinem Dasein

zu entdecken

und dir immer mehr

in meiner Wirklichkeit

auf die Spur zu kommen.

2. **sträwkcüR**

IMPULS

Was soll denn das?

Merkwürdige Überschrift: **sträwkcüR**

Tippfehler?

Ah! Es lässt sich ja von hinten lesen, von rückwärts: „RÜCKWÄRTS“

Gewöhnlich lese ich ja von links nach rechts.

Gewöhnlich lese ich schnell und auch schnell weiter. Verweile nicht lange.

Gewöhnlich übersehe ich dabei manches, nehme es nicht ganz wahr.

Oder so, dass ich das lese, was ich lesen will, was in mein Konzept passt.

Gewöhnlich lebe ich auch so.

Gewohnheiten gehören zum Leben: Oder soll ich mir jeden Morgen neu überlegen, ob ich aufstehe, mich wasche, frühstücke, zur Arbeit gehe usw.

Manche Gewohnheiten sind hilfreich, manche mag ich nicht, sind gewöhnungsbedürftig.

Manche Gewohnheiten sind so drin, so normal, dass ich nicht mehr darüber nachdenke: Es läuft halt so und eigentlich ganz passabel.

Merke ich dann überhaupt Veränderungen? Neues, Anderes? Begegnungen, dann, wenn sie sind, wie sie sind?

Oder will ich etwa in meiner Vorstellung, meinem Planen nicht viel lieber alles so beibehalten, wie ich es halt gewohnt bin? Vielleicht sind es gerade Ängste, die verhindern, dass ich im Fluss des Lebens mich verändere, und eigentlich auch verändern will....

Befürchtungen und Ängste kommen meist daher, dass es nicht Dinge und Situationen sind, die Angst und Furcht auslösen, sondern mein Denken über Dinge und Situationen.

Der Stamm der Sioux-Indianer im Nordwesten Amerikas wählte einst aus seiner Mitte sogenannte Hejhoks aus, Männer, die die Aufgabe hatten, Dinge verkehrt herum, eben rückwärts, zu tun. Indem sie das vor aller Augen tatein, tagaus, lebten, wurde das Allzu- und Wohlbekannte auf den Kopf gestellt. Gewohnheiten wurden damit sichtbar, überprüft und verändert. Die Hejhoks wurden für diese Aufgabe an der Gemeinschaft hoch geschätzt und als Heilige betrachtet.

VERTIEFUNG

Auch wenn ich es etwas merkwürdig finde, eben ungewohnt!, kann ich ja mal für eine zeitlang folgendes versuchen:

- in einem für mich geschützten Raum: alltägliche, gewöhnliche Dinge ‚rückwärts‘ tun (soweit es sich natürlich machen lässt; vor allem das Gehen und Laufen)
- oder: gewohnte Tätigkeiten mit der anderen Hand ausführen: als Rechtshänder nun eben mit der linken und umgekehrt (z.B: beim Essen, Trinken, Zähneputzen, Anziehen, Telefonieren, usw.)
- oder als Alternative fürs ‚rückwärts‘-leben: gewohnte Tätigkeiten im Zeitlupentempo erleben (10-20 Minuten lang)

Wie erging es mir dabei?

Habe ich etwas Neues, Anderes entdeckt?

Hat sich meine Sichtweise zu den ‚gewöhnlichen Tätigkeiten‘, meinen Gewohnheiten, verändert?

Wie?

GEBET

Wenn ich möchte, kann ich versuchen mit dem, was mich bewegt, mit Gott ins Gespräch zu kommen. Vielleicht mal ganz anders als ‚gewöhnlich‘ ?

3. Mein Unter-WEG-ssein

IMPULS

Wie viele Wege bin ich schon gegangen, wie viele werde ich noch gehen?

Wie viele Male gehe ich die gleichen Wege, immer wieder, alltäglich: Vom Schlafzimmer ins Bad, in die Küche, zum Einkaufen, zur Arbeit, zu Freunden, zum Arzt, zum Kindergarten, in die Schule, in den Urlaub, ...

Alte, vertraute Wege...

auch immer wieder mal neue, unbekannte Wege.

Manche davon werden zu vertrauten, manche zu einmaligen Wegen.

Manche Wege wähle ich aus, manche Wege werde ich genötigt zu gehen.

Das ganze Leben lässt sich als ‚Weg‘ begreifen: Ich gehe meinen eigenen Weg durchs Leben.

Oder vielleicht anders: Mein Leben zeigt sich mir als Weg!

Ich bin es, der den eigenen Weg geht. So oder so.

Unter meinen Füßen entsteht mein Weg erst.

Eine alte Inschrift an einem Kloster in Toledo, Spanien, lautet:

Es gibt keinen Weg. Nur ein Unterwegssein.

So bin ich auch heute eine, die unter-WEG-s ist.

So bin ich auch heute einer, der unter-WEG-s ist.

VERTIEFUNG

Ich nehme mir Zeit, mein Unterwegssein der letzten Zeit mal näher anzuschauen. Dabei kann es eine Hilfe sein, sich bildhaft Wege, Landschaften usw. vorzustellen:

- Wenn ich mir Weg-Typen vorstelle:
Welchem Weg gleicht mein Unterwegssein im Alltag während der letzten Zeit:

eher einem gemütlichen Spazierweg,
eher einem Trampelpfad,
einer Autobahn,
oder
- Wie sieht momentan die ‚Landschaft links und rechts meines Weges‘ aus?
- Ich stelle mir vor, dass mir wohlgesinnte Menschen Verkehrsschilder am Wegesrand aufgestellt haben. Welche Schilder könnten das sein?

Vorfahrtsstraße, Stopp-Schild, Umleitung, Baustelle, Geschwindigkeitsbegrenzung
Schleudergefahr, Spielstraße, Sackgasse, Einbahnstraße, Vorsicht Steigung,
Vorsicht Gefälle, Nur geradeaus erlaubt, Parkplatz, Raststätte, Tankstelle, Kreisverkehr,
oder ...?

GEBET

Gott, mein Leben ist ein geheimnisvoller Weg, der mich über Höhen und Tiefen, Engpässe und sichere Strecken bis hierher geführt hat. Und auf jedem Schritt warst du bei mir, du, der mich auch in Zukunft leiten und begleiten wird.

4. Lerneffekt

IMPULS

Erster Tag:

Ich gehe eine Straße entlang, am Gehsteig. Plötzlich tut sich vor mir ein Loch im Boden auf. Ich stürze hinein. Ich bin verloren. Ich weiß, ich muss sterben. Kläglich rufe ich um Hilfe. Dann, nach endlos langer Zeit, kommt mir jemand zu Hilfe, hilft mir heraus aus dem Loch.

Zweiter Tag:

Ich gehe die gleiche Straße entlang, am gleichen Gehsteig. Vor mir tut sich unerwartet wieder das Loch im Boden auf. Ich stürze hinein. Ich habe Angst. Aber ich rapple mich auf, und ich erkenne, dass es eine Möglichkeit gibt, wie ich mich selbst befreien kann. Das ist mühsam, aber es gelingt mir schließlich doch.

Dritter Tag:

Ich gehe die gleiche Straße entlang, am gleichen Gehsteig, und da ist wieder das gleiche Loch. Ich falle wieder hinein - aus reiner Gewohnheit. Ich ärgere mich über mich selbst, klettere auf dem mir nun schon bekannten Weg heraus und gehe weiter.

Vierter Tag:

Ich gehe wieder die gleiche Straße entlang, am gleichen Gehsteig, sehe das Loch vor mir - und wechsele die Straßenseite.

Fünfter Tag:

Ich nehme eine andere Straße.

(Nossrat Peseschkian)

VERTIEFUNG

Kenne ich im übertragenen Sinne in meinem Alltag solche ‚Straßen mit Löchern‘ oder ähnliche Erlebnisse bzw. Erfahrungen?

Was lässt mich auf meinem Weg (immer wieder) ‚ins Loch fallen‘ bzw. ‚stürzen‘ ?

Kann ich im Impuls den ‚Lerneffekt‘ von Tag zu Tag entdecken?

Wie sieht es bei mir aus: Kenne ich bei mir ‚erfolgreiche‘ Methoden, die mir helfen meinen Weg zu suchen, zu finden und zu gehen?

Was erhoffe und ersehne ich mir jetzt?

GEBET

Gott segne alle Wege, die hinter dir liegen.

Er schenke dir Mut, über Schwellen zu gehen und neue Räume zu betreten.

Er öffne dich für neue Erfahrungen, neue Begegnungen, neue Einsichten.

Er lasse dich vor dicken hohen Mauern nicht zurückschrecken.

Er gebe dir Zuversicht, deinen Weg zu finden, und Kraft, Schritte zu gehen, die dich weiterführen.

Seine Nähe sollst du spüren, wohin du auch gehst.

(Bernhard Kraus)

5. Die fünf Freiheiten

IMPULS

Im Blick auf den je eigenen Weg wird deutlich: Ich bin unterwegs, ich selbst bin im Werden. Manches kann ich selbst wählen, entscheiden, beeinflussen. Doch auch die andere Seite gibt es: Mir ist einiges vorgegeben, was nicht in meinen Möglichkeiten liegt, was ich nicht bestimmen und verändern kann. Doch das Ganze ist die Wirklichkeit, meine Wirklichkeit.

Auch wenn ich Lebenssituationen, Umstände wirklich nicht verhindern oder verändern kann, so habe ich dennoch ein enormes Potential an Freiheit, damit umzugehen. Ich kann mich in Beziehung zur erlebten Situation stellen. Ich kann in Freiheit sein, der ich bin, zutiefst in mir drin, in der erlebten Wirklichkeit.

Virginia Satir, eine Familientherapeutin, schreibt dazu:

Die fünf Freiheiten

Du hast die Freiheit,
das zu sehen und zu hören, was im Moment wirklich da ist,
anstatt was sein sollte, gewesen ist oder erst sein wird.

Du hast die Freiheit
das auszusprechen, was Du wirklich fühlst und denkst,
und nicht das, was von Dir erwartet wird.

Du hast die Freiheit,
zu Deinen Gefühlen zu stehen,
und nicht etwas anderes vorzutäuschen.

Du hast die Freiheit
um etwas zu bitten, was Du brauchst,
anstatt immer erst auf Erlaubnis zu warten.

Du hast die Freiheit,
in eigener Verantwortung Risiken einzugehen,
anstatt immer auf Nummer Sicher zu gehen und nichts Neues zu wagen.

VERTIEFUNG

Ich lese und betrachte den Text von Virginia Satir nochmals.
Was löst dieser Text bei mir aus?
Welche Aussagen sprechen mich jetzt an?
Welche der „fünf Freiheiten“ sind mir vertraut?
Welche der „fünf Freiheiten“ entdecke ich als Einladung an mich?

GEBET

Ich versuche mit dem, was ich an Bewegungen und Regungen in mir wahrgenommen habe, mit Gott, der uns befreit, ins Gespräch zu kommen - wie mit einem guten Freund, einer guten Freundin.

6. Auf Durchreise

IMPULS

Ein Mensch, der es einmal genau wissen wollte, was denn ein Durchschnittsbürger bei uns in Deutschland an Materiellem mit sich durchs Leben schleppt, hat sich die Mühe gemacht, alles einmal statistisch nachzuzählen:

Angefangen von Kleidung, über Haushaltsgeräte und -gegenstände, Möbel, Fahrzeuge, Büchern, Schreibpapier, CD's, bis hin zu Streichhölzern, Sicherheitsnadel und bis zur kleinsten Schraube: Rund 20.000 Gegenstände nennt der einzelne Mitbürger im Schnitt sein eigen.

Da mal nicht den Überblick verlieren ... gar nicht so einfach.

Aber: Was brauche ich denn wirklich als Gepäck für mein Unter-WEG-ssein in meinem Leben?

Ein Tourist darf in einem Kloster bei Kartäusermönchen übernachten.

Er ist sehr erstaunt über die spartanische Einrichtung ihrer Zellen und

fragt einen Bruder: ‚Wo habt ihr eure Möbel?‘

Schlagfertig fragt der Mönch zurück: ‚Ja, wo haben Sie denn Ihre?‘

‚Meine?‘ erwidert darauf der Tourist verblüfft. ‚Ich bin ja nur auf der Durchreise hier!‘

‚Eben‘, antwortet der Mönch, ‚das sind wir auch.‘

VERTIEFUNG

Ich nehme mir bewusst Zeit, um nun einen Blick auf das Gepäck meines Lebens zu richten.

Dazu ist es hilfreich, dass ich mir ein großes Blatt Papier (DIN A 3 oder 2) bereitlege und auch einen Stift zum Schreiben.

Gepäck meines Lebens

Ich male auf das Blatt Papier möglichst groß einen Rucksack. In diesen symbolischen Rucksack, kann ich nun alles hineinpacken (= hineinschreiben), was ich gerade so mit mir herumtrage:

- all das, was ich als Last, als lästig, als be-lastend empfinde oder als etwas, was mich bedrückt, vielleicht sogar er-drücken will ...
- vielleicht gibt es in meinem Lebensgepäck auch etwas, was mir schier un-tragbar, un-erträglich vorkommt...
- Sicher entdecke ich auch Schönes und ‚Gewichtiges‘ in meinem Rucksack, das ich gerne zu tragen bereit bin, das vielleicht sogar lebenswichtig für mich ist
- Wenn ich alles, was zu meinem Lebensgepäck heute gehört, ‚eingepackt‘ habe, schaue ich mir meinen Rucksack an, prüfe sein Gewicht ...
- Was macht er mit mir? Was sagt er mir?

GEBET

Dann verweile ich mit meinem Lebensgepäck vor Gott und versuche, mit ihm über den Inhalt und meine Gefühle und Gedanken ins Gespräch zu kommen - wie mit einem Weggefährten, einer Weggefährtin

7. Was tun ?

IMPULS

„Was muss ich tun, um erleuchtet zu sein?“ fragte der wissbegierige Schüler.

„Die Wirklichkeit so sehen, wie sie ist“, erwiderte der Meister.

„Gut, und was muss ich tun, um die Wirklichkeit so zu sehen, wie sie ist?“

Der Meister lächelte und sagte: „Ich habe eine gute und eine schlechte Nachricht für dich, mein Freund.“

„Was ist die schlechte Nachricht?“

„Es gibt nichts, was du tun kannst, um zu sehen – es ist ein Gabe.“

„Und was ist die gute Nachricht?“

„Es gibt nichts, was du tun kannst, um zu sehen – es ist eine Gabe.“

(Quelle unbekannt)

VERTIEFUNG

Ich lese und betrachte die Geschichte nochmals.

Wo bleibe ich ‚hängen‘, was spricht mich heute an?

Kann ich mich im ‚wissbegierigen Schüler‘ entdecken?

Wie geht es mir mit der Antwort des Lehrers?

Meister Eckehart, ein deutscher Mystiker des Mittelalters, rät seinen Hörern und Schülern, Gott um Gottes Willen aus dem Weg zu gehen.

Heutzutage verstehen wir unter ‚aus dem Wege gehen‘: jemanden oder etwas links liegen lassen, nicht beachten, sich distanzieren. Ursprünglich aber ist gerade das Gegenteil gemeint:

Dem, der mir entgegenkommt, der mir begegnet, Platz machen, auf die Seite gehen, eben: ihm aus dem Wege gehen, damit er ungehindert seines Weges ziehen kann. Es ist ein Akt des Zuvorkommens, der Höflichkeit und Wertschätzung.

Nicht das ‚viele Wissen‘, das ‚Machen und Tun‘ sättigt zutiefst mein Leben und meine Seele, sondern das Mich-Zurück-nehmen, das Öffnen für meine ganze Wirklichkeit.

Gebet

Ich versuche vor Gott da zu sein, ohne jetzt ‚viel wissen, machen und tun‘ zu wollen.

Vielleicht kann ich die Anregung von Meister Eckehart aufgreifen:

„Schauen, ob nicht ER es ist, der in allem kommt“

8. Was man mit Gott alles machen kann

IMPULS

Man kann Gott verantwortlich machen für Hunger und Elend.

Man kann Gott leugnen, weil er sich nicht sehen lässt und Unglück nicht verhindert.

Man kann Gott mieten zu besonderen Anlässen: Er dient der Feierlichkeit und fördert den Umsatz.

Man kann Gott nur für sich haben wollen und anderen – besonders Andersdenkenden – Gott absprechen.

Man kann Gott für die eigene Macht gebrauchen, indem man sagt, alle Autorität komme von Gott.

Man kann im Namen Gottes Kriege führen, Menschen verdammen und töten und sagen, das sei Gottes Wille.

...

Das alles aber ist gott-los. Man kann mit Gott nichts „machen“, weder ihn gebrauchen noch ausnutzen, denn Gott ist Liebe, und daran hat nur Anteil, wer diese Liebe in sich selbst groß werden lässt.

(Hubertus Halbfas)

VERTIEFUNG

Wo werde ich im Text angesprochen?

Ich gehe die Liste Punkt für Punkt durch.

Kann ich etwas aus der Liste aus eigener Erfahrung belegen?

(Es geht dabei nicht um richtig oder falsch, nicht um be- oder verurteilen, sondern um Klarheit und Licht für mein eigenes Unter-WEG-ssein.)

GEBET

Suchende sind wir, Herr,
nach einem Sinn.

Lass uns finden
Hinter den Worten:
Dein Wort.

Tastende sind wir, Herr,
nach einem Grund.

Lass uns greifen
Hinter den Sätzen:
Dein Geheimnis.

Hoffende sind wir, Herr,
auf ein Zeichen.

Lass uns lesen
Zwischen den Zeilen:
dein Antlitz.

Wartende sind wir, Herr,
auf ein Echo.

Lass uns hören
Zwischen den Pausen:
Dein Atem.

Sehnende sind wir, Herr,
Tag für Tag.

Lass uns spüren
In unserer Sehnsucht
Deine Liebe.

(Alois Albrecht)

9. Jakob erfindet ein Gebet

IMPULS

Im Garten neben dem Haus sitzt Jakob auf der Schaukel, schaukelt und murmelt vor sich hin: Ich bin da. Du bist da. Wir beide sind da. Jakob steigt von der Schaukel herunter und hüpfte auf einem Bein. Ich bin da! Du bist da. Wir beide sind da. Hm! Er setzt sich an die Hauswand und probiert Stillsitzen: Und wenn ich gar nichts tu - wenn ich ganz still bin. . . Ich bin da. Du bist da. Wir beide sind da. Jakob ist zufrieden. Es stimmt immer. Er geht wieder schaukeln. Ich bin da, du bist da .
Jakobs Vater kommt vom Büro heim : Na, da bist du ja, Jakob.
Jakob lässt sich nicht stören: Grüß dich. - Lieber Gott! Ich bin da, du bist da, wir beide sind da.
Vater: Ist das ein neuer Auszählreim?
Jakob: Nein. Das ist etwas ganz anderes. Das ist ein Gebet, das ich gerade erfunden hab.
Vater: Ein Gebet?!
Jakob: Weißt du, die Gebete im Kindergarten, die waren mir zu fad. Immer dieselben. Und manche Sprüche passen nur zum Essen oder nur zum Aufwachen in der Früh. Ich hab ein Gebet erfunden, das immer passt. Soll ich's dir sagen?
Der Vater lehnt sich an die Hauswand: Bitte, sag's mir halt. . .
Jakob schaukelt weiter, aber mit einer gewissen Feierlichkeit: Lieber Gott! Ich bin da. Du bist da. Wir beide sind da.
Vater: Ja, und wie geht's weiter?
Jakob: Gar nicht. Das war's schon. Genügt doch, oder?
Vater: Naja, das klingt ein bisschen ungewohnt für mich.
Jakob: Lieber Gott! Wenn ich das sage, denkt sich der liebe Gott: Aha, der Jakob ruft mich. Da muss ich ihm zuhören. - Ich bin da. - Klar, nicht? - Du bist da. - Der liebe Gott, sagt die Mutti, ist nämlich immer da, überall.
Vater: Da hat sie recht, die Mutti, natürlich.
Jakob: Na, und wenn ich da bin und der liebe Gott ist da, dann sind wir beide zusammen da - das ist doch schön, nicht? Und es stimmt überall. Beim Spielen, beim Essen, beim Trommeln, beim Bilderbuchanschauen, überall. Ich hab's ausprobiert.
Vater: So betrachtet hast du recht, mein Sohn.
Jakob: Wenn es dir gefällt, mein Gebet, dann kannst du's haben. Ich schenk es dir.
Vater, ein bisschen verlegen: Oh, das ist - hm, danke.
Jakob: Wir können es beide sagen, dieses Gebet. Jeder, wo er gerade ist. Meinst du, es passt auch fürs Büro?
Vater: Hm - na, warum denn eigentlich nicht.
Jakob: Und im Autobus?
Vater: Oja -
Jakob: Du, Vati, ich sag dir was: Probier mein Gebet morgen aus, überall, und sag mir am Abend, ob es gestimmt hat.
Vater: Gut, wenn du das möchtest - Ich werde einen - einen Test machen.
Jakob: Weißt du noch, wie's geht?
Vater: Lieber Gott, ich bin da, du bist da, wir beide sind da!
Jakob schaukelt vergnügt

(Martin Jäggle/ Lene Mayer-Skumanz)

VERTIEFUNG

Ich probiere heute Jakobs Gebet selbst aus, an unterschiedlichen Orten, in unterschiedlichen Situationen

GEBET

Lieber Gott, ich bin da, du bist da, wir beide sind da!

10. Be-WEG-ter Alltag

IMPULS

In der geheimen Offenbarung des Johannes, dem letzten Buch in der Bibel (Apk 3,20), gibt es eine Stelle, an der Christus dem Hörer zuspricht:

„Da! Ich stehe an dem Tor und klopfe:
Wer auf meine Stimme hört und das Tor öffnet,
zu ihm trete ich ein,
und mit ihm halte ich Mahl
und er mit mir.“

Alles in meinem Alltag, Situationen, Begegnungen, Erlebnisse, Stimmungen, Gedanken, Gefühle, ... können Tür und Tor sein, an die Christus klopft

VERTIEFUNG

Der Alltag, mit allem, was dazu gehört, ist der Ort, die Wirklichkeit, in der, mit der ich lebe. Der Alltag ist der Weg, den ich gehe. Tag für Tag.

Vielleicht kann die heutige Anregung eines ‚Tagesrückblicks‘ Einladung sein, bewusst(-er) auf die eigene Wirklichkeit mit allen Bewegungen und Regungen zu schauen. Vielleicht ergeben sich daraus neue Ansichten und Aussichten. Vielleicht will darin Gott in mein Haus, in meine Wirklichkeit eintreten?

Für diese Gebets-Übung braucht es wenige Schritte und ca. 15 Minuten Zeit.

1. Schritt: Sich Zeit nehmen und gegenwärtig werden

Ich bin jetzt an meinem Ort, kann mich in meinem Leib wahrnehmen. Ich nehme auch meine Stimmungen wahr. Jetzt nur wahrnehmen, nicht beurteilen, nicht wegwünschen, ...

Ich mache mir bewusst, dass Gott mich, wie ich jetzt und hier bin, liebevoll anschaut. Mit einer Bitte kann ich beginnen: „Gott, ich bin jetzt da. Gott, du bist da. Öffne die Augen meines Herzens, und lass mich sehen, was du mir jetzt zeigen willst.“

2. Schritt: Den Tag in den Blick nehmen

Ich lasse den vergangenen Tag nochmals vor meinem inneren Auge vorbeiziehen. Entweder chronologisch oder einfach spontan.

Kein Machen, sondern geschehen lassen in Aufmerksamkeit und Wachheit. Im Bild gesprochen: Nicht wie in der Art eines Jägers, der in den Wald geht und ein ganz bestimmtes Wild erwartet, das zum Abschuss freigegeben ist, und daher für alle anderen Arten kein Interesse hat. Sondern in der Weise eines freien Schauens, in Achtsamkeit und Wachheit, wahrnehmen, was immer sich zeigt. Ich lasse Ereignisse, Begegnungen, Gefühle, besondere Vorkommnisse, Unverdautes... aufsteigen.

3. Schritt: Mit Gott sprechen wie mit einem Freund, einer Freundin ...

Ich kann nun mich an Gott wenden, danken für das Gute, Schöne, Gelungene ...
Misslungenes, Ärgerliches, ... darf ich ihm überlassen, bittend, hoffend, ...
Auch meine Sehnsucht kann ich aussprechen....
Vertrauensvoll lege ich meinen Tag nun in Gottes Hand und schaue nach vorne.
ER, der das Gestern und das Heute schenkt, hält auch immer ein neues Morgen für uns bereit.

GEBET

Ich kann mich an Gott wenden mit den Worten von Dietrich Bonhoeffer:

Von guten Mächten wunderbar geborgen, erwarten wir getrost, was kommen mag.
Gott ist mit uns am Abend und am Morgen und ganz gewiss an jedem neuen Tag.

11 . Umkehren – sich neu ausrichten

IMPULS

Umkehren

Umkehren müssen

Umkehren müssen, weil wir uns verlaufen, verrannt oder verfahren haben.
Umkehren müssen. Zähneknirschend nochmals von vorn anfangen.
Umkehren müssen: zugeben, dass wir Fehler gemacht haben, den falschen Weg gegangen sind.
Umkehren müssen, weil eine Krankheit, ein Schwächeanfall oder ein Unglück uns dazu zwingt.
Umkehren müssen, weil das der letzte Ausweg ist.
Umkehren müssen: Schande, Strafe oder auch Niederlage.
Umkehren müssen! Harte Wirklichkeit!

Umkehren wollen

Umkehren wollen, bevor es zu spät ist
Umkehren wollen, um einen Fehler gutzumachen, zu korrigieren.
Umkehren wollen, weil wir bereit sind, es nochmals zu versuchen.
Umkehren wollen, weil wir einsehen, dass es so nicht weitergeht.
Umkehren wollen, um eine neue Chance zu ergreifen, uns einer neuen Herausforderung zu stellen.
Umkehren wollen! Ein erster Schritt!

Umkehren dürfen

Umkehren dürfen, weil noch nicht alle Wege verbaut sind.
Umkehren dürfen. Einen neuen Anfang wagen. Es noch einmal versuchen.
Umkehren dürfen, weil noch nicht Hopfen und Malz verloren sind.
Umkehren dürfen: heimkehren zum Ort, zu Menschen oder Umständen, denen wir davongelaufen sind.
Umkehren dürfen: zuversichtlich sein, dass wir mit offenen Armen erwartet werden.
Umkehren dürfen! Das ist nicht selbstverständlich!

Umkehren können

Umkehren können, weil es noch nicht zu spät ist.
Umkehren können, weil die Kräfte noch ausreichen und wir beweglich genug sind.
Umkehren können: ein befreiendes Angebot, Chance und Herausforderung.
Umkehren können! Gott sei Dank!

(Quelle unbekannt)

VERTIEFUNG

Ich lasse den Text auf mich wirken...

Vielleicht fallen mir Erlebnisse auf meinem Weg ein, in denen ich umkehren musste..., umkehren wollte..., umkehren durfte..., umkehren konnte --- Gott sei Dank!

Ahne ich etwas von der Verheißung, vom Segen der Umkehr, der neuen Ausrichtung – auch auf Gott hin?

Wozu bin ich jetzt eingeladen?

GEBET

Ich wende mich meinem Gott zu und komme mit ihm ins Gespräch über alles, was mich jetzt bewegt....

12 . Spuren im Sand

IMPULS

Wir sind Weggenossen Jesu. Deshalb dürfen wir wissen, dass er mit uns durch dick und dünn geht.

Eines Nachts hatte ich einen Traum:
Ich ging am Meer entlang mit meinem Herrn.
Vor dem dunklen Nachthimmel erstrahlten, Streiflichtern gleich, Bilder aus meinem Leben.
Und jedes Mal sah ich zwei Fußspuren im Sand, meine eigene und die meines Herrn.

Als das letzte Bild an meinen Augen vorübergezogen war, blickte ich zurück.
Ich erschrak, als ich entdeckte, dass an vielen Stellen meines Lebensweges
nur eine Spur zu sehen war. Und das waren gerade die schwersten Zeiten meines Lebens.

Besorgt fragte ich den Herrn:
„Herr, als ich anfang, dir nachzufolgen, da hast du mir versprochen, auf allen Wegen bei mir zu sein.
Aber jetzt entdecke ich, dass in den schwersten Zeiten meines Lebens
nur eine Spur im Sand zu sehen ist.
Warum hast du mich allein gelassen, als ich dich am meisten brauchte?“

Da antwortete er: „Mein liebes Kind, ich liebe dich und werde dich nie allein lassen,
erst recht nicht in Nöten und Schwierigkeiten. Dort, wo du nur eine Spur gesehen hast,
da habe ich dich getragen.“

Margaret Fishback Powers

Copyright © 1964 Margaret Fishback Powers
Übersetzt von Eva-Maria Busch
Copyright © der deutschen Übersetzung 1996 Brunnen Verlag Gießen.

VERTIEFUNG

Diese Geschichte habe ich sicher schon gehört. Trotzdem versuche ich mich neu von ihr ansprechen zu lassen.

Ich denke an Wege ‚am Strand‘ meines Lebens und schaue mit Jesus darauf.
Kann ich seine Spur neben der meinen wahrnehmen?

Kenne ich die Erfahrung von ‚getragen werden‘ in schwierigen Zeiten – wie zeigte sich das für mich?

Welche Bedeutung haben diese Wegstrecken für mich? Was haben sie verändert? Was ist mir von ihnen geblieben?

Vielleicht möchten mich die Worte Jesu an diesem Tag begleiten: ‚Da habe ich dich getragen‘ - oder ich möchte immer wieder vertrauensvoll sprechen: ‚Auch jetzt bist du bei mir‘.

GEBET

Wegbegleitender Gott,
du behütetest mich in meinem Tun,
da wo ich meinen Alltag mit Höhen und Tiefen lebe.
Du behütetest mich auf meinem Weg,
auch wenn manche Zeit von Grenzen und Scheitern gezeichnet ist.
Du behütetest mich in meinem Sein,
da wo mein Leben verwurzelt oder manchmal auch haltlos ist.
Ganz egal, was ist, was kommen wird –
du weißt um mich, du behütetest und beschützt mich.
So kann ich getrost Schritt für Schritt
meinen Weg gehen.

13 . ‚Ach Gott...‘

IMPULS

Wir sind hineingestellt in diese Zeit und Welt. Die Medien bringen das Tagesgeschehen in Nachrichten und Zeitungen aktuell in unsere Zimmer. Tagtäglich müssen wir uns nicht nur mit Freuden und Nöten des eigenen Lebens, dem der Familie und engeren Freunde auseinandersetzen, sondern auch mit den Geschehnissen auf der weiten Welt.

Wie gehen wir Christen damit um? Was bedeutet es dabei für uns, dass wir zwar mitten in der Welt leben, aber doch nicht Kinder ‚von der Welt sind‘ (Joh 17,14)?

König Baudouin, der beispielhaft seine Verantwortung für das Kommen Gottes in unsere Welt wahrgenommen hat, notierte in seinem Tagebuch: ‚Gott erwartet nicht von uns, auf den verschiedensten Gebieten, von Musik bis zur Politik, Experte zu sein, sondern, geleitet von seinem Geist, die Menschen mit seiner Liebe zu lieben, sie mit seinen Augen zu sehen, ihnen mit seinen Ohren zuzuhören und sie mit seinen Worten anzusprechen.‘ Das ist es: die weitergehende Inkarnation, die weitergehende Liebe Gottes in uns und durch uns, bis die ganze Welt erfüllt ist von Leben und Kraft. Weil wir an diesen andauernden Prozess ... glauben, können wir Hoffnung haben, dass die globale Not der Zeit eine göttliche Wende nehmen kann.

(Anton Rotzetter)

VERTIEFUNG

Als Impuls für diese stille Zeit nehme ich heute einmal das Geschehen in meinem Umfeld und in der weiten Welt her. Ich höre aufmerksam die Nachrichten (oder erinnere mich an das gestrige Tagesgeschehen), lese bewusst die Zeitung.

Was ist mir von den Nachrichten des Tages noch im Gedächtnis?

Erlebe ich, dass ich etwas ausblende, mich schütze, die Augen verschließen möchte....?

Wie geht es mir, wenn ich auf die leidvolle Realität dieser Welt schaue? Wenn ich mit Not, Krisen, Krieg, Ungerechtigkeit, Armut, Gewalt, Katastrophen.... konfrontiert bin?

Es gibt keinen Grund, dem Leben auszuweichen, ob es hoch erhaben oder tief und schmerzvoll, leidvoll oder traurig ist - im Vertrauen auf den Mann aus Nazareth.

Ich denke daran, dass Jesus seinen Weg mitten in dieser Welt gegangen ist. Er ist einer von uns; er kennt das Menschliche allzu gut. Er ist dem Leben nicht ausgewichen, hat Armut, Einsamkeit, Leid, Ungerechtigkeit, Schmerz, Ohnmacht... am eigenen Leib erlebt.

Woraus er wohl seine Kraft zum Weitergehen geschöpft hat?

Was könnte es für mich heißen: Mit Jesus Liebe lieben, mit seinen Augen sehen...?

Was ist seine Einladung an mich?

GEBET

Vielleicht möchte ich schweigend Gott die ganze Welt hinhalten – oder mein Hoffen ausdrücken mit:

‚Herr, erbarme dich!‘

14 . Gesehen

IMPULS

Am Sabbat lehrte Jesus in einer Synagoge. Dort saß eine Frau, die seit achtzehn Jahren krank war, weil sie von einem Dämon geplagt wurde; ihr Rücken war verkrümmt und sie konnte nicht mehr aufrecht gehen. Als Jesus sie sah...

(Lk 13,10-12a)

VERTIEFUNG

Ich lasse mich von der Begegnung zwischen der Frau und Jesus ansprechen ...

Vielleicht kenne ich das auch: Gebeugt, niedergedrückt, belastet, schwer im/am Alltag tragend – und doch die Sehnsucht, die Hand auszustrecken mit der Bitte um Zuwendung und gehört werden ...

Ich versuche zu sehen, wie Jesus mich ansieht,
wie er mich liebevoll ansieht.

GEBET

Ich weiß,
dass du,
mitfühlender Jesus,
auch mich liebevoll anblickst und
mein Leid und meine Not siehst.
Lass mich an deine göttliche Kraft glauben
und daraus
Vertrauen und Hoffnung schöpfen,
der du
Weg, Wahrheit und Leben bist.
Amen.

15 . Aufgerichtet

IMPULS

Als Jesus sie sah, rief er sie zu sich und sagte: Frau, du bist von deinem Leiden erlöst. Und er legte ihr die Hände auf. Im gleichen Augenblick richtete sie sich auf und pries Gott.

(Lk 13,12-13)

VERTIEFUNG

Noch einmal lasse ich mich von dieser Begegnung zwischen Jesus und der gebeugten Frau berühren.

Jesus wird für die Frau d e r WEG zu einem neuen Leben:
In der Begegnung mit ihm darf sie liebende Zuwendung spüren,
wird sie herausgerufen aus der Verkrümmung, aus Not und Leid....

Jesus spricht sie an und berührt sie. Die Frau lässt es geschehen.
Sie richtet sich an Jesus aus und wird von ihm aufgerichtet.

Mag und kann ich hören, welche Worte Jesus an mich richtet?

GEBET

Meine engen Grenzen,
meine kurze Sicht
bringe ich vor dich.
Wandle sie in Weite.
Herr, erbarme dich!
Meine ganze Ohnmacht,
was mich beugt und lähmt,
bringe ich vor dich.
Wandle sie in Stärke.
Herr, erbarme dich!
Mein verlornes Zutraun,
meine Ängstlichkeit
bringe ich vor dich,
wandle sie in Wärme.
Herr, erbarme dich!
Meine ganze Sehnsucht
nach Geborgenheit
bringe ich vor dich.
Wandle sie in Heimat.
Herr, erbarme dich!

Meine...

(Eugen Eckert)

16 . Wie die Gänse....?!

IMPULS

Die Christen leben wie Gänse auf einem Hof.

An jedem siebten Tag wird eine Parade abgehalten, und der beredsamste Gänserich steht auf dem Zaun und schnattert über das Wunder der Gänse, erzählt von den Taten der Vorfahren, die einst zu fliegen wagten und lobt die Gnade und Barmherzigkeit des Schöpfers, der den Gänsen Flügel und den Instinkt zum Fliegen gab. Die Gänse sind tief gerührt, senken in Ergriffenheit die Köpfe und loben die Predigt und den beredten Gänserich.

Aber das ist auch alles. Eines tun sie nicht – sie fliegen nicht, denn das Korn ist gut und der Hof sicher.

(nach Sören Kierkegaard)

VERTIEFUNG

Ein provozierender Text von Sören Kierkegaard – ich lasse mich ansprechen...

Wo erlebe ich mein Leben als eingerichtet, etabliert, der Bequemlichkeit unterworfen?

Gibt es auch in meinem Unter-WEG-ssein als Christ den gesicherten Hof, gutes Korn zuhauf, das mein ‚Fliegen‘ verhindert?

Vielleicht gibt es einen konkreten Schritt, den ich längst tun will – eine Verheißung, die schon länger lockt?

GEBET

Mit allem, was sich jetzt in mir bewegt, komme ich mit Gott ins Gespräch - bittend, lobend, dankend...

17 . Lebenswandel: Wandeln und verwandelt werden

IMPULS

Zu den alltäglichsten Dingen unseres alltäglichen Alltags gehört das Gehen.
Man denkt nur daran, wenn man nicht mehr gehen kann,
sondern eingesperrt und gelähmt ist.
Dann empfindet man das Gehenkönnen plötzlich als Gnade und als Wunder.
Wir sind nicht Pflanzen, die an eine ganz bestimmte vorgegebene Umwelt gebunden sind,
wir suchen selbst unsere Umwelt auf,
wir verändern sie, wir wählen und – gehen.
Wir erleben uns im Wandeln als die sich selbst Wandelnden,
als die Suchenden, die erst noch ankommen müssen.
Wir erfahren, dass wir die Wanderer zu einem Ziel,
aber nicht die ins bloß Leere Schweifenden sein wollen. ...
Wir sprechen von einem Lebenswandel,
und die erste Bezeichnung der Christen war die der ‚Leute vom Wege‘ (Apg 9,2)

(Karl Rahner)

VERTIEFUNG

Ich lasse mich von den Worten Karl Rahners ansprechen.
Christsein ist in der Tat kein Standpunkt, sondern ein Weg. Der Weg der Nachfolge Jesu.

Wie sieht mein Gehen zur Zeit aus? Wie erlebe ich mich zur Zeit bei meinem „Wandeln“ – bei meinem „Lebenswandel“?

Bin ich eher suchend oder habe ich das Ziel deutlich vor Augen?

Was be-WEG-t mich zutiefst?

Wie erlebe ich mich als ‚Frau vom Weg / als Mann vom Weg‘?

Was ersehne ich mir?

Glaube ich , dass Gott etwas mit mir vorhat?

GEBET

O Herr, mach mich zu einem Werkzeug deines Friedens,
dass ich Liebe übe, wo man sich hasst;
dass ich verzeihe, wo man beleidigt;
dass ich verbinde, wo Streit ist;
dass ich die Wahrheit sage, wo Irrtum ist;
dass ich Glauben bringe, wo Zweifel droht;
dass ich Hoffnung wecke, wo Verzweiflung quält;
dass ich ein Licht entzünde, wo Finsternis regiert;
dass ich Freude bringe, wo der Kummer wohnt.
Herr, lass mich trachten,
nicht, dass ich getröstet werde, sondern, dass ich andere tröste;
nicht, dass ich verstanden werde, sondern dass ich andere verstehe,
nicht, dass ich geliebt werde, sondern dass ich andere liebe.
Denn wer sich hingibt, der empfängt;
wer sich selbst vergisst, der findet;
wer verzeiht, dem wird verziehen;
und wer stirbt, der erwacht zum ewigen Leben. Amen.

(Franz von Assisi zugeschrieben)

18 . Aufgebrochen und neu angesprochen

IMPULS

Am ersten Tag der Woche waren zwei von den Jüngern auf dem Weg in ein Dorf namens Emmaus, das sechzig Stadien von Jerusalem entfernt ist. Sie sprachen miteinander über all das, was sich ereignet hatte. Während sie redeten und ihre Gedanken austauschten, kam Jesus hinzu und ging mit ihnen. Doch sie waren wie mit Blindheit geschlagen, so dass sie ihn nicht erkannten. Er fragte sie: Was sind das für Dinge, über die ihr auf eurem Weg miteinander redet? Da blieben sie traurig stehen und der eine von ihnen – er hieß Kleopas – antwortete ihm: Bist du so fremd in Jerusalem, dass du als einziger nicht weißt, was in diesen Tagen dort geschehen ist? Er fragte sie: Was denn? Sie antworteten ihm: Das mit Jesus aus Nazareth. Er war ein Prophet, mächtig in Wort und Tat vor Gott und dem ganzen Volk. Doch unsere Hohenpriester und Führer haben ihn zum Tod verurteilen und ans Kreuz schlagen lassen. Wir aber hatten gehofft, dass er der sei, der Israel erlösen werde. Und dazu ist heute schon der dritte Tag, seitdem das alles geschehen ist. Aber nicht nur das: Auch einige Frauen aus unserem Kreis haben uns in große Aufregung versetzt. Sie waren in der Frühe beim Grab, fanden aber seinen Leichnam nicht. Als sie zurückkamen, erzählten sie, es seien ihnen Engel erschienen und hätten gesagt, er lebe. Einige von uns gingen dann zum Grab und fanden alles so, wie die Frauen gesagt hatten; ihn selbst aber sahen sie nicht. Da sagte er zu ihnen: Begreift ihr denn nicht? Wie schwer fällt es euch alles zu glauben, was die Propheten gesagt haben. Musste nicht der Messias all das erleiden, um so in seine Herrlichkeit zu gelangen? Und er legte ihnen dar, ausgehend von den Propheten, was in der gesamten Schrift über ihn geschrieben steht.

(Lk 24,13-27)

VERTIEFUNG

Ein Schrifttext, der mir vertraut ist. Was spricht mich heute an? Wo bleibe ich „hängen“?

Ich schaue auf den Weg der beiden Jünger.

Kommt mir etwas vertraut vor, wenn ich an meinen Lebensweg, an meinen Glaubensweg denke?

Kenne ich so etwas auch: durchkreuzte Pläne, Hoffnungslosigkeit, ‚mit Blindheit geschlagen sein‘, ‚nicht erkennen‘, ‚traurig stehen bleiben‘, sich schwer damit tun ‚das alles zu glauben‘,

Ich schaue, wie der Auferstandene den beiden begegnet und mit ihnen geht. Jesus nimmt teil an ihrer Lebenskrise, ihrer Trauer und enttäuschten Hoffnung. Und er erinnert die beiden an das verheißene Heil und Leben.

Jesus kennt den Weg der Angst und Dunkelheit, des Leidens; daher kann er sie darin begleiten. Vielleicht habe ich dies auch schon erfahren dürfen oder sehne so eine Begegnung herbei?

GEBET

Jesus, ich bin dabei, die Verkleidungen deiner Liebe
kennen zu lernen
tiefer als alle Liebe
die ich je erlebt habe.

Und langsam geht es mir auf:
Einsam sein ist: sich dir zuwenden...
Dunkelheit ist: Endlich dein Licht zu sehen
Und Liebe ist: immer wieder neu geboren werden.

(Ulrich Schaffer)

19 . **Unterwegs geschieht Entscheidendes**

IMPULS

So erreichten sie das Dorf, zu dem sie unterwegs waren. Jesus tat, als wolle er weitergehen, aber sie drängten ihn und sagten: Bleib doch bei uns; denn es wird bald Abend, der Tag hat sich schon geneigt. Da ging er mit hinein, um bei ihnen zu bleiben. Und als er mit ihnen bei Tisch war, nahm er das Brot, sprach den Lobpreis, brach das Brot und gab es ihnen. Da gingen ihnen die Augen auf, und sie erkannten ihn; dann sahen sie ihn nicht mehr. Und sie sagten zueinander: Brannte uns nicht das Herz in der Brust, als er unterwegs mit uns redete und uns den Sinn der Schrift erschloss? Noch in derselben Stunde brachen sie auf und kehrten nach Jerusalem zurück, und sie fanden die Elf und die anderen Jünger versammelt. Diese sagten: Der Herr ist wirklich auferstanden und ist dem Simon erschienen. Da erzählten auch sie, was sie unterwegs erlebt und wie sie ihn erkannt hatten, als er das Brot brach.

(LK 24,28-35)

VERTIEFUNG

Auch dieser Schrifttext, der zweite Teil der Begegnung der Emmausjünger mit dem Auferstandenen, ist mir vielleicht vertraut. Was spricht mich heute an?

Ich kann auf die Sehnsucht der beiden Jünger schauen: ‚Bleib doch bei uns!‘.
Vielleicht möchte ich mich in die Szene hineinstellen...

Ich schaue, wie der Auferstandene den beiden begegnet.
Jesus, der mit ihnen auf dem Weg war, ist ihr Weg und Leben. Er ist gegenwärtig. Das erkennen sie nun.
Kenne ich Momente, in denen mir plötzlich neues Leben geschenkt wurde, in denen meine Augen aufgingen, ich ‚IHN erkannte‘, mein ‚Herz brannte‘ und ich neu aufbrechen konnte – zurück in den Alltag, zu meiner Gemeinde, den Menschen, mit denen ich lebe? Oder...

GEBET

Gib mir die Gnade, so zu glauben, als ob ich dich schaute!
Lass mich Dich vor Augen haben,
als wenn Du körperlich sichtbar zugegen wärest!
Du bist im Innersten meines Herzens.
Du bist das Leben meines Lebens.
Jeder Gedanke meines Geistes,
jedes gute Verlangen meines Herzens
kommt von deinem geheimnisvollen Wohnen in mir.
Ich höre Deine Stimme in meinem innersten Gewissen.
Ich wende mich zu Dir und sage:
O bleibe bei mir, Herr,
und wenn ich versucht bin, Dich zu lassen,
lass Du mich nicht, mein Gott!

(Kardinal Newman)

20 . Geht hinaus !

IMPULS

Geht hinaus
in euren Tag
ohne
vorgefasste Ideen
und vorausgeahntes Ermatten,
ohne Absicht
mit Gott,
ohne Bescheidwissen
über ihn,
ohne Begeisterung,
ohne Bibliothek.
Brecht auf,
ihm zu begegnen.
Brecht auf
ohne
vorgezeigten Weg,
ihn zu entdecken,
denn wisst:
man trifft ihn
unterwegs
und nicht am Ziel.

(Madeleine Delbrêl)

VERTIEFUNG

Ich lese mehrmals die Worte von Madeleine Delbrêl (1904-1964), die mitten im größtenteils atheistischen Arbeitermilieu von Paris mit einigen Gefährtinnen gelebt hat.

Kann ich mich von ihr ‚anstecken‘ lassen, ‚hinaus‘ zu gehen?

Was könnte es für mich heißen, mein Herz weit zu machen, mich von alten Vorstellungen zu lösen, von allem, was mich hindert, zu gehen ‚ohne‘... und mich überraschen zu lassen?

Spüre ich die Verlockung, mit Aufmerksamkeit Gott heute, mitten in meinem Alltag, bei meinem Unterwegssein zu entdecken, ihn auf mich zukommen zu lassen?

GEBET

Du, der über uns ist.
Du, der einer von uns ist.
du, der ist – auch in uns;
dass alle dich sehen – auch in mir,
dass ich den Weg bereite für dich,
dass ich danke für alles, was mir widerfuhr.
Dass ich dabei nicht vergesse der anderen Not.
Behalte mich in deiner Liebe,
so wie du willst, dass andere bleiben in der meinen.
Möchte sich alles in diesem meinem Wesen zu deiner Ehre wenden,
und möchte ich nie verzweifeln.
Denn ich bin in deiner Hand,
und alle Kraft und Güte sind in dir.

(Dag Hammarskjöld)