

Du bist gerufen – mit all deinem Seh(n)en



DAS BILD ZU MIR SPRECHEN LASSEN

Ein Mensch mit einem Fernglas vor Augen.

Wonach er oder sie wohl Ausschau hält?

Was möchte sie, was möchte er in den Blick nehmen?

Ein Fernglas ist eine wunderbare Erfindung: es lässt den Betrachter die Weite des Horizontes absuchen und möglicherweise Neues, Interessantes entdecken, was dem bloßen Auge verborgen ist. Es hilft, Verstecktes aufzuspüren wie einen Vogel in der Baumkrone, ein Eichhörnchen am Stamm, einen Schmetterling auf einer Blüte,

ein entferntes Gebäude – und Details und Feinheiten genauer zu sehen.

Ein Fernglas kann dazu beitragen, meinen Blick zu weiten: was ist dort wahrzunehmen, wo die Möglichkeiten meines Sehens ohne Sehhilfe ans Ende kommen?

Vielleicht möchte ich heute bewusst immer wieder einmal über meine bisherigen Grenzen, über den Horizont hinausschauen – damit ist der Blick gemeint, der nicht am Gewohnten halt macht, sondern tiefer schaut, sich neu überraschen lassen will.

MICH BETEND AUSRICHTEN AN DIESEM TAG

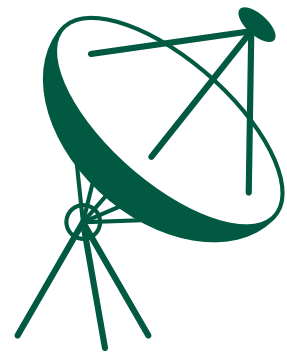
Gott,
heute ein bisschen weiter schauen
als ich es sonst gewohnt bin:
hinweg über die Grenzen, die mir so vertraut,
dass ich nicht mehr ihre Enge empfinde.

Heute ein bisschen tiefer blicken
als sonst bei mir üblich:
Nicht an der Oberfläche hängen bleiben,
sondern mit dem Blick
meines Herzens die Tiefe suchen –
auf dem Grund der Dinge,
hinter Fassaden,
auch hinter meiner eigenen.

Heute ein bisschen entspannter
meinen Blick spazieren gehen lassen:
Weg von Fixierungen, die mein Auge halten,
hinaus in die Weite deiner Welt,
in den Horizont meiner Möglichkeiten,
an den Rand meiner Sehnsucht.

Leih mir dein Auge,
Gott,
damit es mit mir gemeinsam
weiter, tiefer, entspannter
blickt.

(Annette Gawaz)

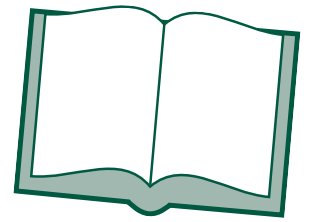


GOTTES WORT FÜR MICH HEUTE: JOHANNES 1, 35-42

- 35** Am Tag darauf stand Johannes wieder dort und zwei seiner Jünger standen bei ihm.
- 36** Als Jesus vorüberging, richtete Johannes seinen Blick auf ihn und sagte: Seht, das Lamm Gottes!
- 37** Die beiden Jünger hörten, was er sagte, und folgten Jesus.
- 38** Jesus aber wandte sich um, und als er sah, dass sie ihm folgten, sagte er zu ihnen: Was sucht ihr? Sie sagten zu ihm: Rabbi - das heißt übersetzt: Meister -, wo wohnst du?
- 39** Er sagte zu ihnen: Kommt und seht! Da kamen sie mit und sahen, wo er wohnte, und blieben jenen Tag

bei ihm; es war um die zehnte Stunde.

- 40** Andreas, der Bruder des Simon Petrus, war einer der beiden, die das Wort des Johannes gehört hatten und Jesus gefolgt waren.
- 41** Dieser traf zuerst seinen Bruder Simon und sagte zu ihm: Wir haben den Messias gefunden – das heißt übersetzt: Christus.
- 42** Er führte ihn zu Jesus. Jesus blickte ihn an und sagte: Du bist Simon, der Sohn des Johannes, du sollst Kephas heißen, das bedeutet: Petrus, Fels.



GEDANKEN ZUM SCHRIFTTEXT

- Ich lese diese Begegnungsgeschichte ruhig einmal, vielleicht sogar zweimal Wort für Wort. Wo bleibt mein Auge hängen, wo horche ich auf?
- Wenn ich mir vorstelle, einen Tag bei Jesus wohnen zu dürfen – was würde ich im Hause Jesu, in seiner Nähe sehen, hören, erleben?
- Ein besonderer Akzent dieses Textes liegt auf dem Aspekt des Sehens: „den Blick auf jemanden richten“, „sich umwenden, um zu sehen“, „suchen“, „finden“, „anblicken“ ...
- Suchen – das ist die Bewegung, wenn ich etwas verloren habe. Aber oft hat Suchen auch mit Neugier und Entdeckerfreude zu tun, mit der Lust, Neues (und nicht nur Verlorenes) zu finden, mich überraschen zu lassen. Hinter dieser Suchbewegung kann als „Antrieb“ die Sehnsucht stecken. „Sehnsucht ist der Anfang von allem“ – so sagt die Dichterin Nelly Sachs. Und Rainer Maria Rilke schreibt in seinem „Stundenbuch“: „Geh bis an deiner Sehnsucht Rand.“ Sehnsucht lädt ein zur Bewegung...zum Gehen...zum Suchen und Entdecken...zum Schauen, wer oder was mir „am Rand“ meines bisher Vertrauten entgegenkommt. Was ist gerade meine Sehnsucht?
- Wenn ich mir Zeit nehme, nach innen zu schauen, ganz bei mir zu Hause zu sein – was taucht da auf als Wunsch, als Hoffnung, als Frage...?

- Ein Gedicht von Hilde Domin spricht vom „Schöpfungsakt“ des Sehens. Vielleicht erinnert es uns auch ein wenig an die Schöpfungsgeschichte am Anfang der Bibel, in der uns erzählt wird, wie „Gott sah, dass es gut war.“

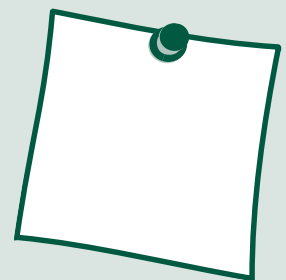
Dein Ort ist
wo Augen dich ansehen.
Wo sich Augen treffen
entstehst du.

Von einem Ruf gehalten,
immer die gleiche Stimme,
es scheint nur eine zu geben
mit der alle rufen.

Du fielest,
aber du fällst nicht.
Augen fangen dich auf.

Es gibt dich
weil Augen dich wollen,
dich ansehen und sagen
dass es dich gibt.

(Hilde Domin, in: Sämtliche Gedichte, Frankfurt a.M., 2009)



- Mit welchem Wort aus dem Bibeltext möchte ich heute gerne durch den Tag gehen? Ich kann es mir auf ein Postit schreiben und sichtbar für mich aufhängen.

TAGESKLÄNGE



Was sucht ihr?

Text und Musik: Annette Gawaz

D A Bm G Em A
 Was sucht ihr? Kommt mit, auf mei - nen We - gen geht! Folgt
 5 G A Bm Em A D
 eu - ren Sehn - suchts - spu - ren, die ins Le - ben füh - ren. Kommt und seht!



Die Aufnahme dazu finden Sie zum Abrufen auf dem diözesanen Ehrenamtsportal unter folgendem Link:

www.ehrenamt-verbindet.de/rat-und-tat/

Rubrik: Spirituelles

ZUM WEITERGEHEN DURCH DEN TAG

ÜBUNG ZUR INNEREN AUFMERKSAMKEIT: TEEMEDITATION

Am besten lesen Sie sich die Übungsbeschreibung zunächst ganz durch, um anschließend ganz bei sich selbst bleiben zu können.

Unser Leib mit seinen verschiedenen Sinnen hilft uns, immer wieder in die gegenwärtige Achtsamkeit zu gelangen. Vielleicht möchten Sie sich ein wenig Zeit für diese Meditation nehmen. Sie können Sie dort in Ihrem Tagesablauf einplanen, wo Sie sowieso eine Pause machen wollen. Mindestens 10 min. Zeit sollten Sie sich nehmen – und zwar 10 min., um eine Tasse Tee in aller Ruhe zu trinken.

Bereiten Sie sich einen guten Tee zu, den Sie gerne mögen.

Und da meistens bei uns verschiedene Sinne zusammenspielen, verwenden Sie für Ihren Tee eine Tasse, einen Becher, der Ihnen sehr gut gefällt.

Suchen Sie sich für Ihre Teepause einen guten Ort, der Sie wirklich Pause machen lässt – nicht am Schreibtisch, nicht neben PC und Telefon.

Vielleicht spüren Sie erst noch etwas Unruhe in sich – nehmen Sie sie einfach wahr.

Und dann trinken Sie aufmerksam Schluck für Schluck Ihren Tee.

Es hilft Ihnen, genauer wahrzunehmen, wenn Sie dabei die Augen schließen.

Nehmen Sie wahr, wie jeder Schluck schmeckt und seinen Weg von den Lippen, über die Zunge, durch den Rachen und die Speiseröhre in den Magen nimmt...

Und mit jedem Schluck, der nach innen führt, dürfen Ihre Gedanken auch nach „innen“ gehen...

Jeder Schluck führt Sie ein kleines bisschen weiter, tiefer nach innen...

Und bei jedem Schluck, der nach innen führt, kommen vielleicht Gefühle, Gedanken, Stimmungen nach oben...

Da taucht vielleicht eine Sehnsucht, eine Hoffnung, ein Wunsch auf...

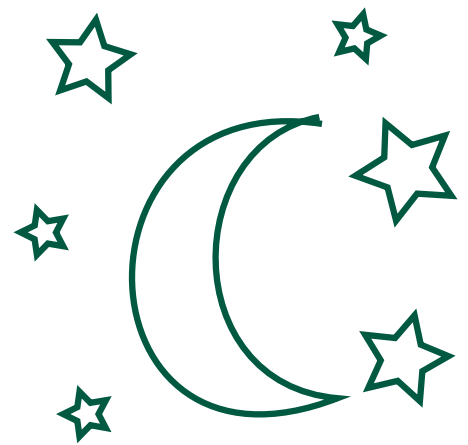
Wenn Sie in aller Ruhe Ihre Tasse Tee getrunken haben, können Sie, wenn Sie möchten, diese Zeit mit einem kurzen Gespräch mit Gott abschließen.



TAGESAUSKLANG

Still werden und verweilen im Blick auf den Tag

Am Abend dieses Tages komme ich noch einmal zu dir,
Gott,
im Ein- und Ausatmen lasse ich den Tag sich setzen,
werde ich noch einmal ganz gegenwärtig.
Du rufst mich, meiner Sehnsucht zu folgen, mich von ihr „ziehen“
zu lassen.
Hab ich sie heute in mir gespürt – meine Sehnsucht?
Vielleicht ganz zart und leise, dass sie mich in einem Moment dieses
Tages angerührt hat – meine Sehnsucht nach tieferem Leben, meine
Sehnsucht, meinen Weg zu gehen, meine Sehnsucht, dir zu begegnen...?
Lass mich erkennen, was du mir vom heutigen Tag meines Lebens zeigen willst.



TAGESKLING: LIED „WAS SUCHT IHR“

Psalm 27 (Neue Genfer Übersetzung)

Der Herr ist mein Licht und mein Heil –
vor wem sollte ich mich fürchten?
Der Herr ist für mein Leben wie eine schützende Burg,
vor wem sollte ich erschrecken?

Wenn boshafte Menschen über mich herfallen,
um mich mit Haut und Haaren zu verschlingen,
meine Gegner und Feinde –
dann sind sie es, die stürzen und fallen!

Eines habe ich vom Herrn erbeten,
das ist mein tiefster Wunsch:
alle Tage meines Lebens im Haus des Herrn zu wohnen,
um die Freundlichkeit des Herrn zu sehen
und über ihn nachzudenken – dort in seinem Heiligtum.

Denn er wird mich am Tag des Unglücks in seinem Zelt
bergen,

mir dort in der Verborgenheit seinen Schutz gewähren
und mich auf einem hohen Felsen in Sicherheit bringen.

Höre, Herr, wenn ich nun mit lauter Stimme rufe,
sei mir gnädig und antworte mir!

In meinem Herzen wiederhole ich deine Worte:
»Kommt vor mein Angesicht, sucht meine Nähe!«
Ja, Herr, das will ich tun: ich will vor dein Angesicht
treten.

Doch ich bin gewiss, dass ich am Leben bleiben und
sehen werde, wie gütig der Herr ist.

Hoffe auf den Herrn, sei stark, und dein Herz fasse Mut
– ja, hoffe auf den Herrn!

SEGEN

Ohne Vorbehalt und ohne Sorgen
Leg ich meinen Tag in deine Hand.
Sei mein Heute, sei mein gläubig Morgen,
Sei mein Gestern, das ich überwand.

Frag mich nicht nach meinen Sehnsuchtswegen,
Bin in deinem Mosaik ein Stein.
Wirst mich an die rechte Stelle legen,
Deinen Händen bette ich mich ein.

*(Edith Stein zit. n.: der Andere Advent 2008.
Verlag Andere Zeiten Hamburg 2008. am 2.12.)*

In deinen Segen eingebettet lass uns ruhen –
mich und alle, die gerade
mit mir auf dem Weg sind
Du barmherziger Gott,
Vater, Sohn und Heiliger Geist.

Amen.