

## Fastenfrühschichten 2021

*Schön, dass du dabei bist. Wir wollen in dieser Fastenzeit nicht nur Texte auf die Karmelseite stellen, sondern ein Stück Gemeinschaft spüren. Wer bei unseren Zoom-Meetings mitmachen möchte, kann noch jederzeit dazu kommen. Wir nehmen aber auch die mit hinein, die über die Texte mit uns verbunden sind. Mache es dir bequem. Zünde nach Möglichkeit eine Kerze an. Hole dir einen Stift und ein Stück Papier, falls du gleich etwas notieren willst. Bitte Sorge heute selbst für etwas ruhige Musik nach deinem Geschmack.*

### 2. Frühschicht 02.03.2021

#### Wüste – Begegnung mit mir selbst

ruhige Musik zum Ankommen

*Wilhelm Bruners*

Rat

„Verabschiede die Nacht  
mit dem Sonnenhymnus  
auch bei Nebel,

hol dir die ersten  
Informationen aus den  
Liedern Davids,

dann höre die  
Nachrichten und lies  
die Zeitung,

beachte die Reihenfolge  
wenn du die Kraft  
behalten willst  
die Verhältnisse zu ändern.“

Die Nacht verabschieden mit dem Sonnenhymnus? Ich verabschiede die Nacht lieber mit einer Tasse Kaffee.

Die ersten Informationen aus den Liedern Davids? Das ist doch uralt. Welche Informationen soll ich denn dort finden, die heute noch aktuell sind?

Worum geht's also? Den Morgen beginnen mit dem Blick in die Natur. Sich zu freuen an dem erwachenden Tageslicht, in Dankbarkeit zu Gott zu spüren, dass ich ein Teil ihrer Schöpfung bin. Hallo Schwester Sonne! Ankommen in meinem Tag. Die Füße fest auf dem Boden spüren.

Und die Lieder Davids? Obwohl etwa 3000 Jahre alt, zeigen sie mir, dass auch die damaligen Menschen die gleichen Gefühle durchlebten, wie Menschen aller Generationen. So wie auch ich!-- Jubel, Freude, Wut, Enttäuschung, Angst, Dankbarkeit ....Ich lese, ich bin hineingestellt in eine lange Reihe von Menschen, die täglich versuchen das Leben zu meistern. Und nicht nur das, wir sind Teil einer langen Reihe von Menschen auf dem Weg mit Gott. Auch Jesus war Teil dieser Menschen-auf-dem-Weg-mit-Gott-Staffel. Er wusste das und fühlte sich von den vergangenen Generationen getragen. So konnte er auch loslassen und den Staffelstab weitergeben. Er wusste, es wird weitergehen.

Die alten Worte tun mir gut. Ich spüre durch sie die Erfahrungen der früheren Generationen, bin Teil eines größeren Ganzen, fühle mich getragen. Trotzdem kommt es eine kleine Zeit auch auf mich an. Ich kann meiner Zeit meinen Stempel aufdrücken. Jesus hat es vorgemacht, den eigenen Weg und auch das Loslassen.

Jetzt weiß ich wieder wer ich bin und wo ich bin. Ich bin mir begegnet, habe mich wiedergefunden und kann nun weitergehen.

Jetzt ist Zeit für die Nachrichten und für den Rest der Welt.

*Eckart von Hirschhausen*

### **Spring ins Kalte**

Endlich, nach drei Tagen auf See fester norwegischer Boden. Ich ging in den Zoo. Oder besser gesagt: Ich wankte. Im Zoo sah ich auf einem Felsen einen Pinguin stehen. Ich dachte: „Du hast es ja auch nicht besser als ich. Immerzu Smoking? Wo ist eigentlich deine Taille? Die Flügel zu klein, du kannst nicht fliegen. Und vor allem, hat der Schöpfer bei dir die Knie vergessen?“ Mein Urteil stand fest: Fehlkonstruktion!

Dann ging ich eine kleine Treppe hinunter und sah durch eine Glasscheibe das Schwimmbecken der Pinguine. Und da sprang „mein“ Pinguin ins Wasser, schwamm dicht vor mein Gesicht, schaute mich an und ich spürte, jetzt hat er Mitleid mit mir. Er war in seinem Element. Boh ey. Ohne Worte. Ich habe es nachgelesen: Ein Pinguin ist zehnmals windschnittiger als ein Porsche! Mit der Energie aus einem Liter Benzin käme er über 2.500 km weit! Pinguine sind hervorragend geeignet, zu schwimmen, zu jagen, zu spielen – und im Wasser viel Spaß zu haben. Sie sind besser als alles was Menschen je gebaut haben!

Und ich dachte: Fehkonstruktion!

Der Pinguin erinnert mich an zwei Dinge: erstens, wie schnell ich Urteile fälle nachdem ich jemanden in nur einer Situation gesehen habe, und wie ich damit komplett daneben liegen kann. Und zweitens: wie wichtig das Umfeld ist, damit das, was man gut kann, überhaupt zum Tragen kommt, zum Vorschein und zum Strahlen. Menschen ändern sich nur selten komplett und von Grund auf. Salopp gesagt: Wer als Pinguin geboren wurde, wird auch nach sieben Jahren Therapie und Selbsterfahrung in diesem Leben keine Giraffe werden, Sich für die Suche nach den eigenen Stärken um Hilfe zu bemühen, ist kein Zeichen von Schwäche, sondern von Intelligenz. Und wenn du merkst, du bist ein Pinguin, schau dich um, wo du bist. Wenn du dich schon länger in der Wüste aufhältst, liegt es nicht nur an dir, wenn es nicht „flutscht“. Alles was es braucht, sind kleine Schritte in die Richtung deines Elements. Finde dein Wasser! Und dann heißt es: Spring ins Kalte! Und schwimm! Und dann weißt du wie es ist in deinem Element zu sein. Spring ins Kalte!

### **Ruhige Musik oder Stille**

Überlege dabei:

Würde ich mir selbst begegnen, welche Eigenschaften würden mir an mir auffallen?

Was ist stark an mir oder kreativ? Worin bin ich richtig gut?

Was ist mein „Element“, dh. welches Umfeld, welche Beziehungen helfen mir meine Talente zur Entfaltung zu bringen?

Was brauche ich?

Vielleicht schreibst du etwas auf.

*Wilhelm Bruners*

## Ergebnis

Nach dem morgendlichen

Gang über die

Psalmbrücke

drehe ich mich nicht

mehr um die eigene

Achse

ich atme die alten

Heilworte in meine

Tagängste

und bin

guter Hoffnung

Bete das „Vater unser“

Hier noch eine kleine Aufgabe für die nächste Woche. Wenn du dir in den nächsten Tagen im Spiegel begegnest, denk' nicht als erstes an deine Coronafrisur, an dunkle Ringe unter den Augen oder den üppigen Bartwuchs. Schenke dir ein Lächeln! Du hast es verdient!

## Segen

Geh mit Gott und deiner selbst bewusst, lächelnd in die nächste Woche,

sein Frieden sei mit dir,

im Namen des Vaters des Sohnes und des Heiligen Geistes. Amen

Auf der Karmelseite und in der Karmelkirche wartet zum gleichen Thema wieder die Wüste auf dich!