Frühschichten Fastenzeit 2022

In sich gehen. Außer sich sein.

15.03.2022 Im Blick auf meinen Nächsten

Zünde dir eine Kerze an und nimm dir die Zeit, die es braucht!

Die Nähe eines Menschen: *Ein Text von Wilhelm Willms*

Wussten Sie schon,

dass die Nähe eines Menschen

gesund machen

krank machen,

tot und lebendig machen kann?

Wussten Sie schon,

dass die Nähe eines Menschen

gut machen,

böse machen,

traurig und froh machen kann?

Wussten Sie schon,

dass das Wegbleiben eines Menschen

sterben lassen kann,

dass das Kommen eines Menschen

wieder leben lässt?

Wussten Sie schon,

dass die Stimme eines Menschen

einen anderen wieder aufhorchen lässt,

der für alles taub war?

Wussten Sie schon,

dass das Wort oder das Tun eines Menschen

wieder sehend machen kann,

einen, der für alles blind war,

der nichts mehr sah,

keinen Sinn mehr sah in dieser Welt

und in seinem Leben?

Wussten Sie schon,
dass das Zeithaben für einen Menschen
mehr ist als Geld,
mehr als Medikamente,
unter Umständen mehr,
als eine geniale Operation?

Wussten Sie schon,
dass das Anhören eines Menschen
Wunder wirkt,
dass das Wohlwollen Zinsen trägt,
dass ein Vorschuss an Vertrauen
hundertfach auf uns zurückkommt?

Wussten Sie schon,
dass Tun mehr ist als reden?

Wussten Sie das alles schon?

Wussten Sie auch schon,
dass der Weg vom Wissen
über das Reden zum Tun
interplanetarisch weit ist?

Evtl. nochmal ?

*Wussten Sie auch schon,
dass der Weg vom Wissen
über das Reden zum Tun
interplanetarisch weit ist?*

kurze Pause

Es ist Fastenzeit. Zeit nachzuspüren.

Das Thema ist: In sich gehen. Außer sich sein. Heute: Im Blick auf meinen Nächsten.

Es ist soviel hart geworden in mir. Ich habe mir so viel Vorfreude versagt in den vergangenen zwei Jahren, dass ich ganz verlernt habe mich auf oder über etwas zu freuen.

Und auch mit den Enttäuschungen der anderen gehe ich ruppig um.

Alles nervt, und am meisten, bin ich von meiner eigenen Stimmung genervt.

Ich möchte wieder meine liebenden Augen wahrnehmen. Ich möchte spüren wie mein Herz klopft, wenn ich dich sehe. Ich möchte mit Liebe und Geduld auf Euch zugehen. Ein Lächeln im Gesicht und im Herzen. Zuhören was Euch belastet, ohne innerlich die Augen zu verdrehen oder währenddessen an etwas anderes zu denken, Mitfühlen wo Menschen leiden, Mut machen wo alles eingeschlafen scheint. Auf Menschen zugehen und spüren, wer fehlt mir, wer ist mir gar abhanden gekommen?

nimm dir etwas Zeit darüber nachzudenken

Wie finde ich in einen guten Einklang zurück, was hilft mir die Tür des Herzens zum nächsten zu öffnen und auch, falls nötig, aus gutem Grund zu schließen.

Das eine Wort von ein Text von Wilhelm Bruners:

wir haben uns noch lange nicht alles gesagt,
was zu sagen wäre
ob die kraft reicht, leben gemeinsam weiterzutragen
ob die füße frei genug, neue räume zu erkunden
ob die vision weit genug, mauern zu überspringen
ob die offenheit groß genug, fremdes aufzunehmen
ob die wachsamkeit hell genug, aller dunkelenge abzusagen
ob das herz frei genug, gott in allem zu loben
ob die hand bereit genug, brot miteinander zu teilen, den Becher zu reichen
noch lange ist nicht alles gesagt
aber es reicht von Tag zu Tag das eine wort
Liebe

Gebärdenmeditation Lied: Der Atem frei...

https://www.youtube.com/results?search_query=der+atem+frei+und+tief+in+mir

Der Atem frei
und tief in mir
öffnet sich ganz sacht eine Tür.
lassen,

Stehen: Hände leicht öffnen.
Leicht in die Knie: Hände gehen zum Boden.
Aufrichten: Hände vor dem Körper aufsteigen
über dem Kopf wie ein Tor öffnen.

Stille weitet Raum und Zeit,
die Quelle der Kraft liegt hier bereit.

Hände im Bogen sinken lassen
und zum Herzen führen.

Phil Bosmans sagt:

„Mensch ich hab dich gern“

Ich glaube an einen neuen Frühling in der Welt. Dann werden die Menschen ihre Waffen weglegen und zum sichtbaren oder unsichtbaren Feind rufen: „Mensch, ich hab dich gern. Ich kann dich doch nicht umbringen. Ich kann dir doch nichts Böses tun.“

Ich glaube an das Wunder, dass wir in jedem Haus, in jeder Straße, in jeder Stadt einander sagen: „Mensch, ich hab dich gern!“ Ich will alle bitteren Worte aus meinem Mund weglegen und mein Herz mit Güte füllen und meine Hände mit Freundschaft.“

Sag es weiter mit Worten oder ohne Worte. Sag es mit einem Lächeln, mit einer Geste der Versöhnung, mit einem Händedruck, mit einem Wort der Anerkennung, mit einer Umarmung, mit einem Kuss, mit einem Stern in deinen Augen. Sag es weiter mit tausend kleinen Aufmerksamkeiten, jeden Tag aufs Neue: „Mensch, ich hab dich so gern.“

Gebet und Segen

Gott, eigentlich habe ich Menschen gern, ihre Eigenarten, ihr Lächeln, ihre Fähigkeiten und bin voll von guten Gedanken und Vorhaben. Die eine könnte ich öfter anrufen, den nächsten mal wieder besuchen, beim nächsten Mal höre ich besser zu und so weiter:

Wilhelm Willms hast du sagen lassen:

„Wussten Sie auch schon, dass der Weg vom Wissen über das Reden zum Tun interplanetarisch weit ist?“

Ich glaube er hat diesen Satz für mich gesagt...

Gott, ich brauche deinen Heiligen Geist, um die Trägheit, das Entnervt-Sein zu überwinden, die warme Decke abzustreifen und zum Telefonhörer oder zu den Schuhen zu greifen und den Menschen ins Gesicht und die Ohren zu sagen: Mensch, ich hab dich gern!

Gott segne uns Im Namen des Vaters, des Sohnes und des Heiligen Geistes.

Wenn du magst, schreibe etwas auf.