

## Frühschichten Fastenzeit 2022

29.03.2022 In sich gehen. Außer sich sein. Als Mann und Frau ,

### Mann und Frau

Ich sehe, was du tust und verstehe es nicht.

Ich höre was du sagst – doch es wird nicht Licht.

„Es muss wohl ein Männerding sein, was du da machst,“

und wende mich ab... doch du lachst!

„Solange du noch lachen kannst“, denke ich, „ist’s ja schön,

ich werde besser mal meinen Weg gehen“

und sage: „Ich machs jetzt so wie ich es will!“

Du bist daraufhin wieder still....

„So wie sie es will...“ denkst du, „na, das kann ja was werden,

sie wird die ganze Sache verderben,

mit ihrem komischen Frauengetue!“

Während ich mich wiege in trügerischer Ruhe...

„Das ist doch ganz falsch!“, höre ich dich rufen

„Was hat er denn jetzt?“ Ich möchte fluchen!

Kann man(n) denn nicht mal stille sein

wenn frau was machen möcht´ allein?....

Mit mehr Geduld (...ja ich weiß...) und Vertrauen,

könnten wir besser aufeinander bauen

und miteinander mehr erreichen,

also lass uns diese Spielchen streichen.

Eigentlich weiß ich, du kannst mir viel geben,

siehst du das auch so, wird’s einfacher, das Leben.

*Karin Osses 2022*

*Gott* erschuf den Menschen als sein, als ihr Bild, als Bild Gottes schuf er ihn. Männlich und weiblich schuf er sie.

Das lesen wir im ersten Buch Mose , Kapitel 1, Vers 27.

Was hat der Liebe Gott sich eigentlich dabei gedacht, Männer und Frauen zu erschaffen?

Ihr habt es schon gehört, es ist nicht so ganz einfach: Mann sein-Frau sein. Wir ticken verschieden, haben unterschiedliche Stärken und Schwächen, Ansichten und Herangehensweisen. Diese Gegensätzlichkeit, die wir manchmal erfahren kann wohltuend ergänzend sein - oder auch anstrengend. Manchmal schauen wir BEwundernd auf das andere Geschlecht, dann wieder nur VERwundert.

Nur, was ist das eigentlich:

männlich-weiblich ?

Männer sind stark

Frauen sind weich

Männer sind mutig

Frauen sind einfühlsam

Männer sind wehrhaft

Frauen sind flexibel

männlich ist - Kompetenz

weiblich ist - Sinn für Schönes

männlich ist - Lösungen finden

weiblich ist - den Blick fürs Ganze behalten

männlich ist - Redegewandheit

weiblich ist - zuhören können

männlich ist - Gradlinigkeit

weiblich ist - gestalterischer Geschick

Aber

Männer weinen auch vor Rührung

Aber

Frauen zeigen auch technisches Verständnis

Männer träumen gern mal

Frauen verfolgen Pläne zielstrebig  
männlich  
Ist auch charmant sein  
Weiblich  
Ist auch leistungsstark....

Was ist für Dich typisch Frau, typisch Mann? Was an Dir ist weiblich? männlich?

Wir tragen beides und eine Bandbreite dazwischen in uns.

Nehmen wir diese Fragen mit in unsere Gebärdenmeditation, in jedem Ein-und Ausatmen.

<https://www.youtube.com/watch?v=aHZ4X9AozwQ>

### Gebärdenmeditation Lied: Der Atem frei...

Der Atem frei  
und tief in mir  
öffnet sich ganz sacht eine Tür.  
lassen,  
Stille weitet Raum und Zeit,  
die Quelle der Kraft liegt hier bereit.

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.  
Hände im Bogen sinken lassen  
und zum Herzen führen.

### Geschichte nach Anthony de Mello

Meine Freunde sagten seit Jahren zu mir, ich solle mich ändern.

Meine Frau nickte dazu.

Jeder sagte mir immer wieder, ich solle mich ändern.

Ich pflichtete ihnen bei, ich wollte mich ändern, aber ich brachte es nicht fertig, so sehr ich mich auch bemühte.

Dann eines Tages sagte meine Frau zu mir: „Ändere dich nicht! Bleib wie du bist. Es ist wirklich nicht wichtig, ob du dich änderst oder nicht. Ich liebe dich so wie du bist. So ist es nun einmal.“

Diese Worte klangen wie Musik in meinen Ohren.

„Ändere dich nicht.....ändere dich nicht, ich liebe dich.“

Und ich entspannte mich, und ich wurde lebendig, und Wunder über Wunder, ich änderte mich!

Jetzt weiß ich, ich konnte mich nicht ändern, bis ich jemanden fand, der mich liebte, ob ich mich nun änderte oder nicht.

### **Gebet**

Gott als dein Bild (und das ist spannend), als dein Bild hast du uns männlich und weiblich geschaffen. Äußerlich und innerlich. Während wir eher die Gegensätze wahrnehmen und uns daran reiben, bist du in deiner unendlichen Liebe darin ganz, heil, vereint.

Uns hast du damit eine Aufgabe gegeben, eine, zwischen reizbar und reizvoll. Die Lösung ist die Liebe, auch für uns. In Liebe auf die Gegensätze schauen und erkennen, in beidem, im männlichen und im weiblichen, liegen Chancen - sowohl in mir als auch beim anderen.

Aber, wenn wir mal wieder nicht aus unserer Haut können und sich im Angesicht des völlig Unverständlichen so gar keine liebevollen Gedanken einstellen wollen, dann Gott hilf uns dabei unsere Wut zu begrenzen, bevor sie Schaden anrichtet, den wir nicht wieder gut machen können.

Lass uns daran wachsen und Frieden finden.

Segne uns Gott

Du MutterVater, TochterSohn und Heilig Geist

Wer mag: Songs zum Thema zum Reinhören:

Wise guys Mann und Frau [https://www.youtube.com/watch?v=Nlt\\_gwHJSgE](https://www.youtube.com/watch?v=Nlt_gwHJSgE)

Wise guys Das fremde Wesen <https://www.youtube.com/watch?v=v1OPeHtWYR0>