

# Du bist gerufen



## DAS BILD ZU MIR SPRECHEN LASSEN

Eine Impalaherde (Unterart der Antilope) in der afrikanischen Savanne.

Auffällig ist ihre Gesichtszeichnung – Schnauze und Augen werden durch die weiße Fellfarbe betont – und ganz besonders stechen die großen hellen Ohren hervor.

Ein Tier der Herde hat seinen Kopf erhoben. Gespannt schaut es in meine Richtung.

Hat es etwas gehört? Ist es neugierig? Wachsam? Auf alle Fälle ist es aufmerksam, „ganz Auge und Ohr“, bereit zu reagieren.

Wie empfinde ich meine innere Aufmerksamkeit am Ende dieser Exerzitienwoche?

Wohin richtet sie sich?

Was habe ich – im Äußeren und in meinem Inneren – wahrgenommen und worauf möchte ich gerne heute und in der nächsten Zeit willentlich meine Aufmerksamkeit richten?

Habe ich einen „Anruf“ gehört, auf den ich in meiner Weise reagieren möchte?

Was will ich festhalten?

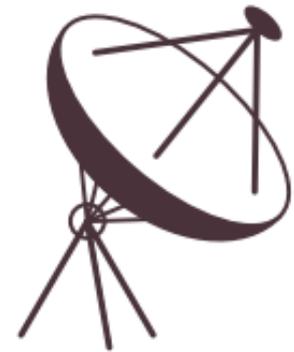
## MICH BETEND AUSRICHTEN AN DIESEM TAG

Wo rufst du mich, Gott  
 Wo rührst du mich heute an  
 mit deinem Wort an mich  
 mit deiner Berührung  
 die mir gilt  
*mir* allein  
 weil du *mich* meinst  
 und mit mir etwas vor hast

Wie rufst du mich, mein Gott  
 Wie laut, wie leise,  
 wie kräftig, wie zart  
 in welcher Menschenstimme  
 wird deine Stimme heute erklingen  
 ihr Wort an mich richten  
 als Frage  
 als Schrei  
 als stummes Flehen  
 als ausgestreckte leere Hand  
 als leise Bitte  
 als Einladung  
 als Liebeswort an mich

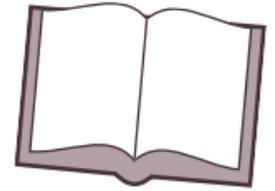
Wozu rufst du mich, Gott  
 Wohin willst du mich senden  
 mich, gerade mich  
 mit meinen Gaben  
 mit meinen Wunden  
 mit meiner Gestalt  
 Freude zu teilen  
 Leid mitzutragen  
 Trost zu schenken  
 Gemeinschaft zu stiften  
 mich einzumischen  
 Partei zu ergreifen  
 um in diesem oder jenem  
 ganz einmalig und unverwechselbar  
 deine Liebe zu verkünden

(Annette Gawaz)



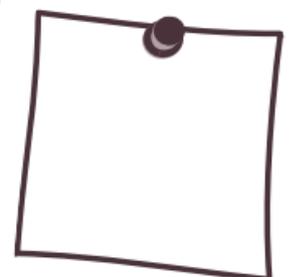
## GOTTES WORT FÜR MICH HEUTE: JOHANNES 20,11-18

- 11** Maria aber stand draußen vor dem Grab und weinte. Während sie weinte, beugte sie sich in die Grabkammer hinein.
- 12** Da sah sie zwei Engel in weißen Gewändern sitzen, den einen dort, wo der Kopf, den anderen dort, wo die Füße des Leichnams Jesu gelegen hatten.
- 13** Diese sagten zu ihr: Frau, warum weinst du? Sie antwortete ihnen: Sie haben meinen Herrn weggenommen und ich weiß nicht, wohin sie ihn gelegt haben.
- 14** Als sie das gesagt hatte, wandte sie sich um und sah Jesus dastehen, wusste aber nicht, dass es Jesus war.
- 15** Jesus sagte zu ihr: Frau, warum weinst du? Wensuchst du? Sie meinte, es sei der Gärtner, und sagte zu ihm: Herr, wenn du ihn weggebracht hast, sag mir, wohin du ihn gelegt hast! Dann will ich ihn holen.
- 16** Jesus sagte zu ihr: Maria! Da wandte sie sich um und sagte auf Hebräisch zu ihm: Rabbuni!, das heißt: Mein Meister.
- 17** Jesus sagte zu ihr: Halte mich nicht fest; denn ich bin noch nicht zum Vater hinaufgegangen. Geh aber zu meinen Brüdern und sag ihnen: Ich gehe hinauf zu meinem Vater und eurem Vater, zu meinem Gott und eurem Gott.
- 18** Maria von Magdala kam zu den Jüngern und verkündete ihnen: Ich habe den Herrn gesehen. Und sie berichtete, was er ihr gesagt hatte.



## GEDANKEN ZUM SCHRIFTTEXT

- Ich lese den Text ganz langsam und versuche dabei, mir die erzählte Szene vorzustellen. Wo ist das Grab, wo die Engel, wo Maria aus Magdala, wo Jesus? Was geschieht?
- Welches Wort, welcher Satz spricht gerade jetzt zu mir?
- Eine innige Begegnung wird geschildert, die so innig nur sein kann, weil sie auf einer einzigartigen Beziehung beruht. Es geht um ein Sich-gegenseitig-Kennen. Maria kennt Jesus und erkennt ihn wieder als den Auferstandenen. Jesus kennt Maria und dieses Kennen überschreitet auch die Grenze von Tod und Auferstehung: bei ihrem Namen ruft er sie an.
- Wenn ich mir vorstelle, dass Jesus Christus mit mir eine ganz einzigartige Beziehung hat und sie auch pflegen will, mit mir im Austausch sein will – wozu fühle ich mich eingeladen? Wenn ich in meinem Herzen meinen eigenen Namen gerufen höre – zu welcher Antwort drängt es mich?
- Maria nennt Jesus „Rabbuni“ (mein Meister). Welcher Name ist mir gerade lieb, wenn ich mit Jesus sprechen möchte?
- Ich schreibe heute allein meinen Namen auf das Postit



## GEBET DER LIEBENDEN AUFMERKSAMKEIT

**Ich setze einen bewussten Anfang.**

**Ich komme zur Ruhe und nehme eine aufmerksame Haltung ein.**

### **Ich bete**

Guter Gott, am Abend dieses Tages suche ich deine Nähe. Du bist da und schaust auf mich.

Lass mich in deiner Gegenwart noch einmal auf diesen Tag schauen mit allem, was war.

### **Ich blicke auf den Tag zurück**

Ich lasse den Tag noch einmal vorbeiziehen.

Ich achte darauf, welche Gefühle sich regen: Erfreuliches oder Schmerzliches.

Ich versuche nicht zu bewerten, sondern nehme einfach wahr.

### **Ich übergebe Gott den Tag**

Ich erzähle Gott davon wie einem Freund. Ich kann danken, bitten, fragen, klagen oder auch still bei ihm sein.

**Guter Gott, am Ende dieses Tages lege ich mich und mein Leben vertrauensvoll in deine Hände. Heile du Wunden meines Leibes und meiner Seele, meiner Beziehungen, unserer Welt und der ganzen Schöpfung und gib, dass ich diesen Tag als dein Geschenk annehmen kann. Behüte mich in dieser Nacht und stärke mich, damit ich morgen Früh den neuen Tag aus deiner Hand empfangen und von dir wieder alles neu erhoffe. Amen.**

*(In Anlehnung an das Abendgebet der Mönche von Gut Aich)*