

Exerzitionen im Alltag 2017

st

bistum st.gallen



Einführung zur 2. Woche:

Die 2. Woche gibt Dorothee Wyss Platz und dem, was wir von ihr wissen oder erahnen.

Still werden.
Den Atem Gottes spüren.
Mich in Gottes Gegenwart stellen.

Ein Vorbereitungsgebet beten. Zum Beispiel:

Auf dich warten, mein Gott,
auch wenn es lange Zeit braucht,
bis die Unruhe sich legt in mir:
Auf dich warten, mein Gott,
auch wenn meine Sinne
dich lange nicht wahrnehmen.
Auf dich warten und annehmen,
dass ich dein Nahesein
nicht erzwingen kann.
Mein Gott, ich ahne,
dass du kommen wirst,
wenn meine Wünsche nicht mehr
wie eine Mauer zwischen dir und mir stehen.
Und während ich auf dich warte,
mein Gott,
werde ich gewahr,
dass ich erwartet bin von dir,
dass du mich unablässig lockst,
bis ich es wage, mich dir zu lassen.
Da bin ich, mein Gott.
Da bin ich.
Sabine Naegeli

Bitten, was ich ersehne.

10. Tag: Der Weg zum Ja

Niklaus von Flüe hat sich nicht über Dorothees Kopf hinweg für ein Leben als Einsiedler entschieden, sondern er ist, wie er selbst bezeugt, mit ihrem Einverständnis gegangen.

Das Volk findet für die Zustimmung von Dorothee Wyss zum neuen Leben ihres Mannes ein eigenes Bild. Sie habe das Kleid gewoben, das er bei seinem Weggehen trägt, heisst es bis heute.

Der Weg zum Ja. Wie komme ich dorthin? Das Bild des gewobenen Kleides kann mir dabei eine Hilfe sein. Am Anfang ist nicht viel da. Ein paar lose Fäden. Mit dem Weben nimmt der Stoff Gestalt an. Er wird stabiler und fester.

In welcher konkreten Entscheidung bin ich zu einem Ja gekommen.

Wie fühlt sich das Ja an?

Fällt es mir schwer, dazu zu stehen?

Anregung

Ich vertraue darauf, dass auch mein Ja in der Stille wachsen kann. Gerade jetzt in der Meditation. Ich sehe vor meinem inneren Auge, wie der Stoff wächst. Ich schaue, ich verweile bei diesem Bild.

Anregung für Paare

Falls wir verheiratet sind, haben wir öffentlich ausdrücklich einmal zueinander Ja gesagt – und gelobt, dieses Ja im täglichen Zusammensein immer wieder zu bestätigen und umzusetzen. In einem kleinen Ritual unter vier Augen können wir dieses Ja bekräftigen:

Wir setzen uns dazu einander gegenüber. Ein Partner/eine Partnerin hält offen die Hände vor sich auf die Knie. Die/der andere beginnt, mit ein bisschen fein duftendem Körperöl, die offenen Hände sanft zu massieren. Nach ca. 3 Minuten die beiden Buchstaben „DU“ (ich meine dich – ganz – mit Haut und Haar sage ich ja zu dir) in die Handinnenfläche mit dem Daumen zeichnen. Dann wechseln und nochmals das Gleiche von vorne. Wer massiert hat wird nun massiert. Danach evtl. Austausch – wie war's?

Etwas verweilen.

Mit Gott ins Gespräch kommen.
Sprechen von du zu du.
Wie ein Freund mit einem Freund, eine
Freundin mit einer Freundin spricht.

Abschliessen mit einem Vater unser.

Unter Gottes Segen stehen und leben.

Fragen, Anliegen, Rückmeldungen

Hildegard Aepli antwortet unter:

aepli@bistum-stgallen.ch

071 227 33 69