

Exerzitionen im Alltag 2017



bistum st.gallen



Einführung zur 3. Woche:

Bruder Klaus und Dorothee waren betende Menschen. Das wenige, das wir darüber wissen, ist doch viel. Ihre Art zu beten und aus dem Gebet zu wirken, begleitet die 3. Woche.

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.

15. Tag: Nimm alles mir

Mein Herr und mein Gott
nimm alles von mir
was mich hindert zu dir

Niklaus von Flües Ziel war es, mit Gott eins zu werden und darin die absolute Freiheit zu finden. So betete er: Nimm alles von mir, was mich hindert zu dir. Ihm war bewusst, dass er sein Teil dazu tun musste, um sein Ziel zu erreichen, dass er aber auch auf Gottes Hilfe angewiesen war.

Nicolas Chamfort hat einmal gesagt: Die Fähigkeit, das Wort „Nein“ auszusprechen, ist der erste Schritt zur Freiheit.

Was ist mein Ziel? Was ist meine Erfüllung?

Wie ist Gott in dieses Ziel eingebunden?

Wo braucht es ein „Nein“ meinerseits, um mein Ziel zu erreichen?

Spüre ich Gottes Hilfe auf dem Weg, mein Ziel zu erreichen?

Anregung

Ich schreibe das Wort NEIN gross auf ein Blatt. Ich verweile. Was löst das aus?

Anregung für Paare

Gemäss dem Paarforscher Guy Bodenmann ist der grösste Beziehungskiller der alltägliche Stress. Es ist nicht etwas schlecht an der Partnerschaft – es passt immer noch – äussere Einflüsse (Arbeit, Ehrenamt, Kindererziehung, Pflege der alt gewordenen Eltern usw.) absorbieren einen aber dermassen, dass man sich schleichend fremd wird. Vertrautheit braucht aber Pflege, gemeinsame Zeit, Austausch und Zuwendung. Wäre es für unsere Partnerschaft und Ehe gut, wieder mehr Zeit miteinander zu verbringen? Falls ja – wie können wir dies konkret umsetzen? Wo könnte ein „Nein“ zu äusserlichen Anfragen zu Gunsten unserer Partnerschaft realistisch sein?

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