

Exerzitionen im Alltag 2017

st

bistum st.gallen



Einführung zur 1. Woche:

Die 1. Woche führt entlang der biographischen Schwerpunkte von Niklaus von Flüe.

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.

4. Tag: Lebensmitte - Krisen

Um die Lebensmitte herum legt Niklaus von Flüe alle politischen Ämter nieder. Die folgenden zwei Jahre sind gemäss seinen eigenen Aussagen geprägt von Depressionen, Zweifeln und Phasen von Niedergeschlagenheit. Er sucht priesterlichen Rat und beginnt regelmässig, das Leben Jesu zu betrachten. Der Konflikt zwischen äusserem Erfolg und innerer Gottsuche verlangte nach einer Lösung.

So mit 40/50 Jahren zwingt uns das Leben zu einer Standortbestimmung. Bis zu diesem Alter haben die meisten von uns jenes Leben gelebt, das ihnen von ihren Eltern „in die Wiege gelegt“ wurde. Wir haben viele vorgegebene Werte übernommen und umgesetzt. Nun ist es Zeit innezuhalten, Bilanz zu ziehen: Bin ich zufrieden mit dem, was ich erreicht habe? Habe ich *mein Leben* gelebt oder wurde ich gelebt?

Oftmals – nicht selten ausgelöst durch äussere Ereignisse – kommt es zur Krise, zum Bruch wie bei Bruder Klaus. Diese Krise kann mitunter sehr heftig ausfallen, aber darin verbirgt sich auch die Energie zu einem Neuanfang, einem Aufbruch.

Welche Brüche habe ich schon erlebt? Wodurch wurde ich aus der Bahn geworfen oder zum Innehalten gezwungen?

Wer oder was hat mir geholfen, mich neu zu orientieren und wieder auf den Weg zu machen? Welche Hilfe brauche ich eventuell heute?

Anregung

Ich versuche, meinen ganzen Weg liebevoll anzuschauen, auch die Brüche und die Krisen.

Ist es mir möglich, meinen Weg zu segnen, der mich dorthin geführt hat, wo ich heute bin?

Anregung für Paare

Wenn wir als Paar unterwegs sind: Können wir einander segnen? Segnen heisst „Gutes zusprechen“ – was möchten wir uns gegenseitig zusprechen? Was wünschen wir uns an Gutem? Sich bewusst Zeit nehmen, um einander (z.B. mit Worten und/oder mit einem Kreuzzeichen auf die Stirn) zu segnen.

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