

Gott begleitet dich



auf deinem Lebensweg

Exerzitien im Alltag 2020

1. Teil

Worum es geht:

Die Exerzitien im Alltag sollen uns helfen, dass wir unser Leben an Gott ausrichten, uns wieder neu an seinem Wort orientieren und uns aufmachen, zu IHM hin, zu unserer Lebensmitte. Dazu ist es notwendig bewusst aus dem Alltag auszusteigen, Ruhe zu suchen und täglich etwa 20 bis 30 Minuten für Gott und sich selber da zu sein. Das klingt oft einfacher als es wirklich ist, aber keine Angst. Exerzitien haben mit Üben zu tun und deshalb muss man nicht alles können, sondern darf ausprobieren und auch Fehler machen. Sollte nicht immer alles so gelingen, wie man es sich vorgenommen hat, dann nicht den Mut verlieren, sondern es mit frischem Mut morgen besser machen. Vor allem geht es gar nicht so sehr um das tun, sondern viel mehr um das Da - Sein, bei Gott sein, in seiner Geborgenheit. Ich darf ganz auf Gott vertrauen, dass ich sein geliebtes Kind bin und er mich den richtigen Weg führen wird. Auf diesem Weg durch die Vorbereitungszeit auf Ostern hin, können uns Rituale sehr helfen. So hat es sich bewährt, diese „stille Zeit“ in den Tagesablauf einzuplanen und in etwa immer die gleiche Zeit zu wählen. Dabei weiß wohl jeder selbst, wann diese 20-30 Minuten passen. Für den Einstieg, das ruhig Werden wird auch ein jede/r sein/ihr Ritual finden. Als Wegbegleiter kann auch ein Gebet hilfreich sein, eines das einem selbst wichtig ist.

Der Weg durch die Exerzitien

1. Woche: Gottes Spuren in meinem Leben
2. Woche: Gott hört das Schreien seines Volkes
3. Woche: Der Wegbegleiter Aaron
4. Woche: Gott rettet und begleitet

Berufung des Mose am brennenden Dornbusch

¹Mose weidete die Schafe und Ziegen seines Schwiegervaters Jitro, des Priesters von Midian. Eines Tages trieb er das Vieh über die Steppe hinaus und kam zum Gottesberg Horeb. ²Dort erschien ihm der Engel des HERRN in einer Feuerflamme mitten aus dem Dornbusch. Er schaute hin: Der Dornbusch brannte im Feuer, aber der Dornbusch wurde nicht verzehrt. ³Mose sagte: Ich will dorthin gehen und mir die außergewöhnliche Erscheinung ansehen. Warum verbrennt denn der Dornbusch nicht? ⁴Als der HERR sah, dass Mose näher kam, um sich das anzusehen, rief Gott ihm mitten aus dem Dornbusch zu: Mose, Mose! Er antwortete: Hier bin ich. ⁵Er sagte: Komm nicht näher heran! Leg deine Schuhe ab; denn der Ort, wo du stehst, ist heiliger Boden. ⁶Dann fuhr er fort: Ich bin der Gott deines Vaters, der Gott Abrahams, der Gott Isaaks und der Gott Jakobs.

Die Übungen für den ersten Teil:

1. Spazieren gehen und bewusst die Umgebung wahrnehmen:
was sehe ich, was spricht mich an und warum
2. Die eigene Lebensweg bewusst anschauen:
Was war mir in meiner Kindheit wichtig, was waren meine Pläne? Hab ich mich nach der Schule bewusst entschieden? Wofür und warum?
Wann habe ich mich als Erwachsene/r bewusst entscheiden müssen? Was hat den Ausschlag gegeben?
Bin ich auf dem Weg geblieben oder habe Ich mich umentschieden und bin ich einen neuen Weg gegangen?
Wohin führt mich mein Lebensweg zurzeit?
Was ist mir in meinem Leben wichtig?

*Du musst nicht über die Meere reisen,
musst keine Wolken durchstoßen
und nicht die Alpen überqueren.
Der Weg, der dir gezeigt wird, ist nicht weit,
du musst deinem Gott nur
bis zu dir selbst entgegengehen.
Denn das Wort ist dir nahe:
Es ist in deinem Mund und in deinem Herzen.*

Bernhard von Clairvaux