

# **Exerziten im Alltag**

**mit**



**Vinzenz von Paul**

**(Mappe für Teilnehmer)**

## Hinführung zu den Exerzitien im Alltag

Vinzenz von Paul entdeckte zunehmend mehr, dass alles Gute im Leben Zeit zum Wachsen und Reifen braucht: „*Die Werke Gottes haben ihre Zeit; uns kommt es zu, zu warten*“ und „*Drängt uns die Notwendigkeit, uns zu beeilen, so soll es langsam geschehen*“.

Warten und Langsamkeit wollen geübt werden. Dazu laden Exerzitien im Alltag ein.

### Die Entdeckung der Langsamkeit

„Man könnte tatsächlich sagen: Exerzitien machen heißt die Langsamkeit entdecken. Das ist zwar vereinfachend gesagt, trifft aber doch Wesentliches. Zum Exerzitienweg gehört es, etwas langsamer zu leben; sich am Tag ein paar Pausen zu genehmigen; bedächtiger zuzuhören; weniger zu konsumieren; ernst zu nehmen, was der hl. Ignatius in seinen Vorbemerkungen zu Exerzitien sagt: "Nicht das Viel-wissen sättigt und befriedigt die Seele, sondern das Verspüren und Verkosten der Dinge von innen her." Die Geschichte eines alten Weisen drückt die Entdeckung der Langsamkeit folgendermaßen aus: Befragt nach dem Geheimnis seines Lebens, antwortet er: Ich sitze, wenn ich sitze, und stehe, wenn ich stehe, und gehe, wenn ich gehe. Darauf sagen die Frager: Das tun wir doch auch! Der Weise bemerkt daraufhin: Nein, das tut ihr nicht. Wenn ihr sitzt, dann steht ihr schon, und wenn ihr steht, dann geht ihr schon, und wenn ihr geht, dann sitzt ihr schon wieder.

Was könnte für Sie die Entdeckung der Langsamkeit in diesen Exerzitienwochen bedeuten?

Vielleicht dies:

- "langsam aufstehen", das heißt ein paar Minuten früher aufstehen, spüren, wie ich da bin;
- ein wenig auf den Tag vorausschauen und mit einem Morgengebet schließen.
- bewusst frühstücken, nicht zugleich essen, Radio hören, in der Zeitung blättern und mit Ihrer Familie noch einige Worte wechseln.
- in diesen Wochen langsamer den Weg zur Arbeitsstelle gehen (früher weggehen)
- sich auf eine der vorgeschlagenen geistlichen Übungen einlassen oder in der Heiligen Schrift lesen.
- vor dem Einschlafen noch einmal auf den Tag zurückschauen und betend sich selber, die Menschen, denen Sie begegnet sind, und all die guten und schwierigen Situationen dieses Tages vor Gott bringen.

Selbst wenn Sie sich in diesen Wochen auf nichts anderes einließen als darauf, etwas "langsamer" zu leben und das Leben nicht zu konsumieren und zu verschlingen, sondern als fastender Mensch zu leben, dann würde das Ihre geistliche Lebensqualität erhöhen.

(nach: P. Willi LAMBERT SJ, "Komm und geh")

## **...mit Vinzenz von Paul**

Dieser Kurs versucht etwas von der Spiritualität, der geistlichen Erfahrung des heiligen Vinzenz zu vermitteln und einzuüben. Das Wesentliche ist das (geistliche) Tun, die Bereitschaft sich auf Neues einzulassen, es mit Gottes Hilfe zu probieren. Es gibt dazu Anregungen, die „Methode“ für meinen Exerzitienweg kann und soll ich mir selber wählen.

Christliches Leben wächst aus der Verbindung von Gebet und Alltag, von Glauben (Hören auf Gott) und Tun. Da es bei Exerzitien i. A. um eine größere Aufmerksamkeit für beide Seiten, d.h. für mein ganzes christliches Leben geht, werde ich meine bisherigen Gebetsübungen aufmerksamer, mit mehr innerer Anteilnahme verrichten. Die täglichen Impulse aus der Exerzitienmappe kann ich in meinen Tagesablauf einbauen, bzw. mir eine bestimmte Zeit zusätzlich dafür nehmen.

Die Woche möchte ich bewußt auf den Sonntag hin leben und mich so auf den Sonntagsgottesdienst vorbereiten:

- das geschenkte Schöne, Positive bringe ich als Opfer des Lobes für ein Loblied oder auch die Gabenbereitung usw.
- das weniger Gelungene, Verfehlte nehme ich mit um es am Anfang der Heilige Messe beim Bußakt Gott zu übergeben
- die Bitten und Anliegen trage ich im Herzen beim allgemeinen Gebet der Fürbitten
- usw.

Das Ziel der "Exerzitien i. A. mit Vinzenz von Paul" ist, daß ich die reiche Spiritualität dieses Heiligen entdecke und seinen Geist und seine Weisheit in meine Beziehung zu Gott, zu meinen Brüdern und Schwestern und zu mir selbst zu integrieren vermag.

Die Exerzitien dauern 5 Wochen. Jede Woche steht unter einem bestimmten Thema, das mit dem Leben des hl. Vinzenz zusammenhängt. Für jeden Wochentag gibt es ein Impulsblatt.

### **1. Woche**

**Die Spur: Gott im Leben entdecken – *Vorsehung***

### **2. Woche**

**Die Krise: Die dunklen Facetten im Leben - *Barmherzigkeit/Erbarmen erfahren***

### **3. Woche**

**Die Wende: Zuwendung - *Hochachtung und Herzlichkeit***

### **4. Woche**

**Das Neue: Lebendigkeit und Qualität des Tun - *Eifer und Begeisterung***

### **5. Woche**

**Gemeinschaft: Christ sein braucht das Miteinander - *gelebte Kirche***

## Hilfe für den Umgang mit den täglichen Impulsen und Texten

Die Unterlagen, die Sie erhalten, sollen eine Anregung für das persönliche Gebet sein. Dazu ein paar Anregungen aus der Tradition christlicher Spiritualität:

**Ort des Gebetes.** Christus sagt: "Du aber geh in deine Kammer, wenn du betest, und schließ die Tür zu; dann bete zu deinem Vater, der im Verborgenen ist. Dein Vater, der auch das Verborgene sieht, wird es dir vergelten." (Mt 6,6) So beten kann man am besten dort, wo man Abgeschlossenheit und Ruhe hat; beides Luxusgüter im Leben geschäftiger Menschen. Ist dies nicht möglich, so schaffe dir Abgeschlossenheit in dir selbst, vielleicht am Weg zu oder von der Arbeit, im Wartezimmer beim Arzt, oder während du auf sonst jemanden wartest. Versuch es so gut du kannst, im Wissen um die Allgegenwart des liebenden Gottes.

**Offenheit für die Kraft des Betens.** Jegliche menschliche Erfahrung hat eine religiöse Dimension. Das ganze Leben ist erfüllt von Gottes Gegenwart. Erinnerung Dich dessen, wenn du Dein Gebet beginnst. Sorge dich nicht wegen etwaiger Zerstreuungen. Wenn dich etwas beharrlich ablenkt, sprich eine Zeitlang mit Gott darüber. Bleibe geschmeidig und anpassungsfähig, denn Gottes Geist weht, wo Er will.

Das Gebet kann Deinen Geist öffnen und Deinen Horizont erweitern. Sei offen für neue Arten und Weisen Gott, die Mitmenschen und dich selbst zu sehen. Wenn du dich dem Geist Gottes öffnest, werden Emotionen frei, wie Wehmut von lieben Erinnerungen her, oder Freude durch die Erinnerung an ein schönes Fest. Unsere Gefühle sind Botschaften Gottes, die uns viel über unser geistliches Streben erzählen können. Beten stärkt auch unseren Willen, das Gute zu tun. Durch das Gebet kann Gott an unserem Willen rühren und uns die Kraft verleihen, dem, was wir als wahr erkannt haben, entsprechend zu leben.

Viele der Impulse werden dich auffordern, Deine Erinnerungen, Deine Vorstellungskraft und Deine Lebensumstände voll in das Gebet einzubringen. Die großen Mystiker und Heiligen erkannten, daß sie alle zur Verfügung stehenden Mittel einsetzen müssten, um Gott besser kennen zu lernen. Zweifellos spricht Gott fortwährend zu uns und berührt uns dauernd. Wir müssen hören und fühlen lernen, mit all dem, was Gott uns gegeben hat.

Komm zum Gebet mit offenem Herzen, offenem Denken und bereitem Willen.

**Anleitung für eine Meditation:** Nimm dir 20-30 Minuten Zeit.

Versetze dich in die Gegenwart Gottes (Einstieg)

Beschäftige dich mit dem Inhalt der Meditation mit Hilfe deiner Gedanken und Vorstellungen.

Öffne dich für den tieferen Inhalt der Meditation, werde empfänglich und aufmerksam für das, was dich anspricht.

Komm mit Gott in ein Gespräch, bete für andere und beende die Meditation immer mit dem gleichen selbst gewählten Gebet (Ausstieg)

**Wiederholtes Kurzes Gebet (Stoßgebet oder Gebetswort):** Eine Art, Dein Gebet zu vertiefen, ist das Verwenden eines Gebetswortes. Dieses kann ein einzelnes Wort („Jesus“) oder ein Satzteil aus den Vinzenztexten oder aus der Heiligen Schrift sein.

Dieses Wort hilft, langsam, im Rhythmus des Atems wiederholt, Herz und Sinn auf eine der Wirkungsweisen oder Eigenschaften Gottes hinzulenken.

**Geistliche Lesung (Lectio divina):** Diese Art der Meditation bedeutet "göttliches Studium", nämlich eine konzentrierte Betrachtung des Wortes Gottes oder der Weisheit eines geistlichen Schriftstellers. Die *lectio divina* ist meistens eine Einladung, einen der Abschnitte mehrmals zu lesen, dich dann auf einen oder zwei Sätze einzulassen und ihre Bedeutung und Auswirkung für dich zu erwägen. Die *lectio divina* endet normalerweise mit der Formulierung eines guten Vorsatzes.

**Geistliches Tagebuch:** Schreiben ist ein Vorgang des Entdeckens. Wenn du schreibst, egal wie viel und ehrlich darlegst, was dir durch den Kopf und durchs Herz geht, wirst du viel über dich selbst herausfinden: In welchem Verhältnis du zu Gott stehst, was für sehnliche Wünsche du auf dem Herzen hast, und anderes mehr.

### **Vorschlag für einen Tagesrückblick (Rückblick für eine bestimmte Zeit, die ich wählen kann)**

Folgende Schritte können helfen, betend auf den Tag/ die Woche zurückzublicken:

- 1) Ich nehme wahr, wie ich jetzt da bin.
- 2) Ich richte mich innerlich auf Gott hin aus, so, wie mir das jetzt möglich ist.
- 3) Ich bitte Ihn, dass Er mir hilft, mich und meinen Tag, meine Woche jetzt mit offenen Augen und Ohren wahrnehmen zu können.
- 4) Ich schaue, was mich jetzt bewegt und berührt von dem, was ich heute erlebt habe. Gottes liebevoller Blick auf mich erinnert mich daran, selbst mit Liebe (ohne Wertung und Urteil) zurückzublicken, wie ich heute mit anderen, mit Gott, mit mir selbst umgegangen bin.
- 5) Ich blicke hin, wo ich Ermutigung, Trost, Hoffnung gespürt habe und auch dahin, wo ich Misstrauen, Angst, Entmutigung erfahren habe.
- 6) Ich bringe Bitte — Dank — Klage — Lob ... vor Gott, wie im Gespräch mit einem guten Freund/einer guten Freundin.
- 7) Ich bringe ihm auch alles, was mir heute nicht gelungen ist, meine Schwachheit und meine Schuld. Ich bitte Gott um Vergebung und um Mut und neue Kraft für den nächsten Tag, die nächste Zeit.

## Die Heilige Messe – Kraftquelle für mein Leben

**Ob Sie die Eucharistiefeier bewusst mitfeiern** - und ob damit der Gottesdienst für Sie interessant oder langweilig erscheint, hängt in einem hohen Maße davon ab, wie viele Gebetsanliegen Sie in den Gottesdienst mitbringen. Lob und Dank, Bitte und Fürbitte, Ihre eigenen Anliegen oder die Sorgen anderer Menschen - alles hat seinen Dreh- und Angelpunkt in der Messe.

Wenn Sie mit einer anderen Person ins Gespräch kommen wollen, dann müssen Sie auch selbst die Initiative ergreifen. Der feste Vorsatz, aufmerksam zu sein, nützt wenig zum Gespräch, wenn Sie kein einziges Wort sagen. Und die Beschwerde, das Gespräch hätte Ihnen nichts gebracht, ist nur dann berechtigt, wenn sie auch selbst den Mund aufgemacht haben.

Somit gestaltet sich gerade der Beginn eines Gottesdienstes als ein höchst aktiver Teil: Wir wünschen uns die Nähe des Herrn; stimmen uns auf die Begegnung mit Gott ein; bitten Gott und die Mitschwestern um Verzeihung; freuen uns über die Schönheit und Größe Gottes und loben Ihn deswegen; und wir bringen unsere Anliegen, unsere Befindlichkeit vor Ihm - und das alles schon in den ersten 7 sieben Minuten. Fast so, wie auch in einem alltäglichen Gespräch. Dann aber wird es Zeit, sich zu setzen und einander zuzuhören. Denn nicht nur wir haben etwas mitgebracht. Auch Gott möchte uns etwas sagen. Dass Gott zu den Menschen spricht, ist keine Neuigkeit. Das hat er schon immer getan, bis auf den heutigen Tag. Warum sollte er gerade bei Ihnen eine Ausnahme machen?

Gott zuzuhören ist ganz einfach. Er überlässt uns sogar die Art und Weise, wie wir ihm zuhören wollen.

Vielleicht haben Sie eine ganz bestimmte Frage, ein Problem, auf das Sie eine Antwort möchten. Hören Sie gut hin, welche Antwort Gott Ihnen gibt - in den Texten, aber vielleicht auch in den Liedern, die wir singen.

Wir sollten vor allem den Lesungen und dem Evangelium zuhören. Es ist lebendige Rede Gottes auch an uns heute. Vielleicht fällt Ihnen ein bestimmter Satz auf, eine besondere Person, ein interessanter Sachverhalt - dann lassen sie sich ruhig von diesem kleinen Teil anregen. - Oder sie versuchen, sich die Situation der Lesungen im ganzen vorzustellen: Wie sah die Landschaft aus? Wie waren die Menschen, die genannt wurden? Lassen sie ihre Fantasie spielen und seien Sie nicht überrascht, wenn darin plötzlich Gott auftaucht - oder zumindest die Antwort, um die Sie Gott gebeten haben.

Oder Sie warten auf die Predigt. Rechnen Sie nicht mit guter Unterhaltung. Warten Sie auf einen Gedanken, der Ihnen weiterhilft. Seien Sie aber auch nicht zu voreingenommen: Manchmal passen die Antworten, die Gott Ihnen gibt, wie die Faust aufs Auge. Aber Hauptsache, sie passen. Rechnen Sie nicht immer mit Streicheleinheiten. Und erwarten Sie keinen Geistesblitz. Wie der kleine Samuel in der Lesung erfahren hat, kann Gottes Wort so einfach und banal wirken, dass wir gar nicht auf den Gedanken kommen, dass es Gott ist, der da zu uns redet.

Alles in allem ist Zuhören etwas Aktives. Sich zurückzulehnen und auf die Bedienung zu warten wird nicht sehr viel versprechend sein. Dennoch kann es ihnen passieren, dass sie wirklich in einen inneren Gesprächsverlauf hineingezogen werden, der ihnen das Heft aus der Hand nimmt. Damit müssen Sie rechnen.

Ob Gott Ihnen etwas zu sagen hat ist keine Frage. Er versucht ja ständig, Sie zu erreichen; und obwohl meistens besetzt ist, gibt er nicht auf.

Sie kommen Gott allerdings ein ganzes Stück entgegen, wenn Sie ihm ein deutliches: «Gesprächsbereit!» signalisieren.

Erwarten Sie aber nicht zu viel von sich selbst: Schon im Alltag spüren wir immer wieder, dass gutes Zuhören und echte Aufmerksamkeit gut geübt sein will.

(vgl. <http://www.karl-leisner-jugend.de/Besinn9.htm>)

## **Sonntag, der Tag der Gnade und der Arbeitsruhe**

KKK 2184 So wie Gott „ruhte am siebten Tag, nachdem er sein ganzes Werk vollbracht hatte“ (Gen 2,2), so erhält das Leben des Menschen durch die Arbeit und die Ruhe seinen Rhythmus. Die Einsetzung des Tages des Herrn trägt dazu bei, dass alle über genügend Zeit der Ruhe und der Muße verfügen, um ihr familiäres, kulturelles, gesellschaftliches und religiöses Leben zu pflegen.

2185 Am Sonntag und an den anderen gebotenen Feiertagen sollen die Gläubigen keine Arbeiten oder Tätigkeiten ausüben, die schuldige Gottesverehrung, die Freude am Tag des Herrn, das Verrichten von Werken der Barmherzigkeit und die angemessene Erholung von Geist und Körper verhindern. Familienpflichten oder wichtige soziale Aufgaben entschuldigen rechtmäßig davon, das Gebot der Sonntagsruhe einzuhalten

- ▶ Ich wähle ein Leitwort für die kommende Woche.
  
  
  
  
  
  
  
  
  
  
- ▶ Ich spreche mit einem Gottesdienstteilnehmer, den ich noch nicht so gut kenne.
  
  
  
  
  
  
  
  
  
  
- ▶ Ich will einen schon lang anstehenden Besuch machen.
  
  
  
  
  
  
  
  
  
  
- ▶

## 1. Woche

### Die Spur: Gott im Leben entdecken – „Vorsehung“

#### 1. Tag: Gott ist da

*„Es ist Gott selbst, der die Initiative ergreift. Viel eher noch als wir Gott suchen, sucht Gott uns Menschen.“* (Manfred Scheuer, Bischof von Innsbruck).

Vinzenz war überzeugt, dass Gott uns beisteht. Wie Vinzenz dürfen auch wir vertrauen, dass Gott uns nicht allein lässt, wenn wir Ihn um Hilfe bitten:

Gott erfülle mich mit Deiner Liebe  
und wecke in mir Vertrauen in Deine Führung.  
Sende mir Deinen Geist und Dein Licht.  
Mache hell meine Wege und klar meine Augen,  
damit sie den Weg sehen,  
den Du mit mir gehen willst.

Nimm mich an Deine Hand,  
führe, begleite mich und gib mir Halt.  
Sei Licht meinem Fuße,  
damit ich Schritt für Schritt den Weg erkenne.

Schenke mir Geduld, Ausdauer und Gelassenheit, damit ich auch auf schweren und dunklen Strecken nicht strauchle und nicht zu Boden stürze. Bleibe stets an meiner Seite, selbst dann, wenn ich Deine Hand nicht spüre.

Schenke mir Deine Gnade und Kraft,  
damit ich erkenne oder zumindest erahne,  
dass Du es gut mit mir meinst  
und Du nur mein Heil willst.  
Lass mich dabei Deine Liebe und Güte spüren.

Pflanze in mir Hoffnung und Zuversicht, dass ich meinen Weg mit Deiner Hilfe schaffe. Sei mit Deinem Segen alle Zeit um mich herum und bewahre mich vor allem Unheil.

Sende auch Deine Engel aus,  
dass sie die Menschen begleiten und beschützen,  
die ich lieb habe, und die mir nahe stehen.

Heinz Pangels, 05/2003



## **1. Woche**

### **Die Spur: Gott im Leben entdecken – „Vorsehung“**

## **2. Tag: Spuren Gottes in meinem Leben entdecken**

Im Glauben weiß ich, dass die Geschehnisse meines Lebens, Freude und Leid, Begegnungen, ... nicht einfach Zufall sind. Meist kann ich es erst im Nachhinein einsehen und dafür danken.

Vinzenz von Paul hat aus der Vergangenheit gelernt und zunehmend mehr auf Gottes Vorsehung vertraut.

### ***Der Lebensteppich***

Unser Leben ist wie ein riesengroßer Teppich, an dem ständig gewoben und gearbeitet wird. Farben und Fäden werden zu einem Muster zusammengefügt. Das Problem ist jedoch, dass wir diesen Teppich zeit unseres Lebens nur unfertig und meist von der Rückseite sehen. Und da sieht er bruchstückhaft und manchmal unansehnlich aus. Die Farben passen oft nicht zusammen, das Muster scheint nicht zu stimmen und überall hängen Fäden heraus. Ein unfertiger Teppich von der Rückseite. Keiner würde sich ein solches Exemplar in die Wohnung legen.

Im Lichte der Ewigkeit wird es uns wie Schuppen von den Augen fallen, wenn wir unseren Lebensteppich mit seinem farbenprächtigen, herrlichen und sinnvollen Muster sehen. Am Ende unseres Lebens werden wir feststellen, dass selbst Trauer, Tränen, Leid und Not ihren Platz im vollendeten „Bild“ unseres Lebens haben.

- ▶ Wo ich im Glauben auf Gott schaue und mit seinen Augen meinen Lebensteppich betrachte, kann ich jetzt schon etwas von seiner Schönheit erahnen.
- ▶ Ich betrachte meinen Geburtsschein/Taufschein und schreibe ein Erlebnis nieder, wo ich Gott erahnt habe.

## 1. Woche

### Die Spur: Gott im Leben entdecken – „Vorsehung“

#### 3. Tag: Im Verborgenen

Wir schauen manchmal auf unser bisheriges oder auch derzeitiges Leben und staunen, was sich in uns verändert hat, ohne dass wir es merkten. So manches, was uns vielleicht lange Zeit schwer gefallen ist, beunruhigt uns nicht mehr so wie früher. Gottes Wirken in uns und um uns herum ist meist verborgen, aber deshalb nicht weniger machtvoll.

*„Gottes Dinge geschehen von selbst. Die wahre Weisheit besteht darin, der Vorsehung Schritt für Schritt zu folgen.“ (Vinzenz v. P.)*

Jesus sagte: Mit dem Reich Gottes ist es so, wie wenn ein Mann Samen auf seinen Acker sät; dann schläft er und steht wieder auf, es wird Nacht und wird Tag, der Samen keimt und wächst, und der Mann weiß nicht, wie. Die Erde bringt von selbst ihre Frucht, zuerst den Halm, dann die Ähre, dann das volle Korn in der Ähre. Sobald aber die Frucht reif ist, legt er die Sichel an; denn die Zeit der Ernte ist da.

(Aus dem Evangelium nach Markus 4, 26-29)

- ▶ Die Saat wächst, ob ich wache oder schlafe!
- ▶ Wo kenne ich das, daß etwas Neues aufgebrochen ist (z.B. im Blick auf meine Exerzitien)?
- ▶ Gibt es etwas, was mich z.Zt. verschlossen hält, oder was ich verschlossen halte?
- ▶ Was brauche ich noch, damit ich mich jetzt einlassen kann auf neues Wachstum...
- ▶ Ich spüre meiner Sehnsucht nach und lasse auch sie wachsen.

## 1. Woche

### Die Spur: Gott im Leben entdecken – „Vorsehung“

#### 4. Tag: Gottes Spur in meinem Alltag

Gott hinterlässt Spuren im Leben. Wenn wir aufmerksam sind, werden wir immer wieder den roten Faden „Gottes Spuren“ als seine Wegweiser erspüren.

*„Will Gott sich einer Seele mitteilen, so tut er es ohne Aufhebens, auf feine Art: ganz behutsam, mild, liebenswürdig.“ (Vinzenz v. P.)*



- ▶ Bei einem Tagesrückblick möchte ich mich darauf besinnen.

## 1. Woche

### Die Spur: Gott im Leben entdecken – „Vorsehung“

#### 5. Tag: Zeichen auf dem Weg

Durch unsere Begegnungen, durch unser Tun und Wirken hinterlassen wir mehr oder weniger Spuren. Ebenso finden auch wir in unserem Leben Spuren aus der Begegnung mit anderen Menschen. Es sind oft eher unscheinbare, einfache Zeichen, die wirken.

„Gott segnet stets und viel mehr die unscheinbaren als die Aufsehen erregenden Anfänge.“ (Vinzenz v. P.)

Ein Mann schickte seine beiden Söhne Tambu und Rafiki hinaus, um sich in den Dörfern umzusehen. Sein Auftrag: "Hinterlasst Zeichen auf eurem Weg!"

Die beiden Söhne machten sich auf den Weg. Nach wenigen Schritten schon begann Tambu Zeichen zu machen. Er knüpfte einen Knoten in ein hohes Grasbüschel, dann ging er ein Stück weiter und knickte einen Zweig an einem Busch. Dann knüpfte er wieder einen Knoten ins Grasbüschel. So war der ganze Weg, den er ging, voll Zeichen. Aber er zog sich von allen Menschen zurück und sprach mit niemandem.

Ganz anders verhielt sich sein Bruder Rafiki. Er machte keine Zeichen am Weg. Aber im ersten Dorf setzte er sich zu den Männern im großen Palaverhaus, hörte zu, aß und trank mit ihnen und erzählte aus seinem Leben. Im nächsten Dorf schloss Rafiki Freundschaft mit einem Jungen, der ihn in seine Familie mitnahm und in die Dorfgemeinschaft einführte. Im dritten Dorf bekam Rafiki von einem Mädchen bei sengender Hitze einen kühlen Trunk angeboten und durfte das Dorffest mitfeiern.

Tambu bekam von alledem nichts mit; er hatte Arbeit mit seinen Grasbüscheln und geknickten Zweigen.

Als die beiden Brüder nach ihrer Heimkehr dem Vater von ihren Erlebnissen erzählten, machte er sich mit ihnen auf den Weg.

Überall wurde Rafiki mit seinem Vater herzlich aufgenommen, Tambu aber kannte kein Mensch.

"Ich verstehe nicht, warum mich keiner kennt", sagte Tambu "alle sind zu Rafiki freundlich, der nichts anderes als geschaut und unnützes Zeug gesprochen und so die Zeit vertan hat. Kein einziges Grasbüschel hat er geknüpft und wird von allen gekannt und geehrt.

Da sagte sein Vater: "Es gibt noch andere Zeichen als Grasbüschel, mein Kind: Das sind Zeichen, die ein Mensch in den Herzen anderer Menschen hinterlässt, wenn er zu ihnen geht, mit ihnen spricht und ihnen seine Freundschaft zeigt. Solche Zeichen in den Herzen der Menschen bleiben, wenn die Grasbüschel längst von Tieren gefressen oder vom Wind weggetragen sind."

Da sagte Tambu: "Ich will auch lernen, solche Zeichen auf meinem Weg zu hinterlassen, wie Rafiki."

*afrikanische Erzählung*

- ▶ Welche Zeichen habe ich heute auf meinem Weg hinterlassen? Gibt es auch solche, die zeigen, dass Gott hinter meinem Tun steht? Z. B.: ich war aufmerksam, freundlich, ich habe Geduld geübt usw...

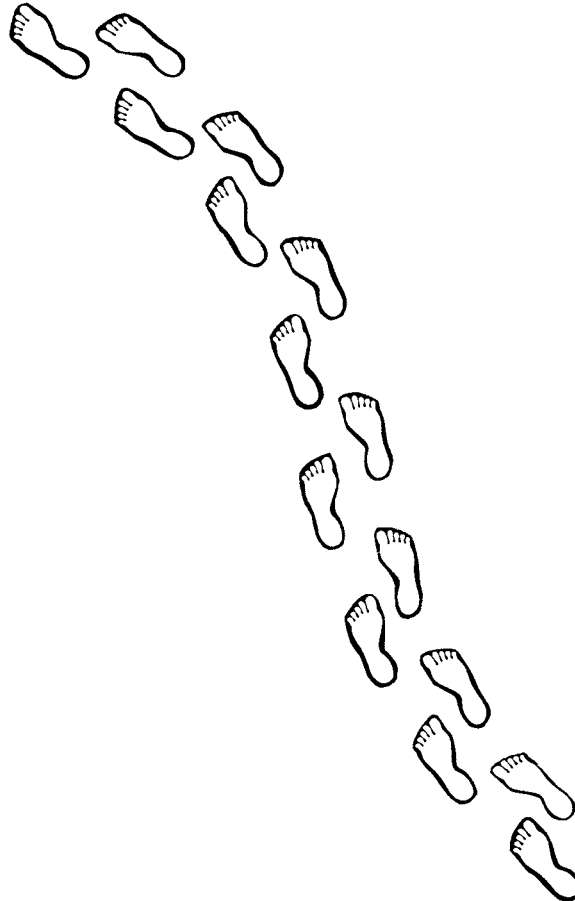
**1. Woche**

**Die Spur: Gott im Leben entdecken – „Vorsehung“**

**6. Tag: Dankbarkeit**

**Wofür?**

**Wo?**



- ▶ **Wofür** im Leben möchte ich heute danken?
- ▶ **Wo** konnte ich mit Gottes Hilfe Gutes tun?

## 2. Woche

### Die Krise: Die dunklen Facetten im Leben – Barmherzigkeit/Erbarmen erfahren

#### 1. Tag: Durchkreuzte Wege

Im Leben des hl. Vinzenz tauchen immer wieder dunkle Spuren auf (Enttäuschung, Schuld, Misserfolg, Krankheit...). Jede und jeder von uns kennt sie wohl auch. Vinzenz sagt dazu: „*Die Geduld, uns selbst zu ertragen, ist nicht minder notwendig als die Nächstenliebe, den Nächsten zu ertragen.*“



**Krisen und Schwierigkeiten, die mein Leben durchkreuzt haben.  
Wie sehe ich sie im Rückblick?**

*Jetzt aber - so spricht der Herr,  
der dich geschaffen hat, Jakob,  
und der dich geformt hat, Israel:  
Fürchte dich nicht,  
denn ich habe dich ausgelöst,  
ich habe dich beim Namen gerufen,  
du gehörst mir.*

*Wenn du durchs Wasser schreitest,  
bin ich bei dir,  
wenn durch Ströme,  
dann reißen sie dich nicht fort.  
Wenn du durchs Feuer gehst,  
wirst du nicht versengt,  
keine Flamme wird dich verbrennen.  
Denn ich, der Herr, bin dein Gott,  
ich, der Heilige Israels, bin dein Retter.  
(Jesaja 43,1-3)*

Ich kehre mit meiner Fantasie zu Situationen/Ereignissen/Augenblicken meines Lebens zurück, bei denen ich empfunden habe:

- „das ist wie durch ein Feuer gehen,
- wie ein Weg durch einen reißenden Strom,
- eine Zeit der Not, der Bedrängnis, des Elends
- und doch durfte ich erleben: mir wird geholfen, ich werde gerettet.“

## 2. Woche

### Die Krise: Die dunklen Facetten im Leben – Barmherzigkeit/Erbarmen erfahren

#### 2. Tag: Sich im Kreis drehen

Alltag, Gewohnheiten, das Festhalten an bestimmten Zielen und Liebgewordenem, persönlichen Verletzungen... verstellen den Blick auf Alternativen und das, worauf es eigentlich ankommt.

Exerzitien im Alltag wollen uns helfen inne zu halten und neue Freiheiten zu entdecken.

#### Hamsterrad

Jeder von uns hat schon einmal ein Hamsterrad gesehen. Das gibt man einem Hamster in den Käfig, damit er laufen kann und zumindest das Gefühl von Freiheit hat. Ein schlimmes Ding. Er bleibt zwar in seinem Käfig eingesperrt, wird da auch wohl niemals rauskommen, aber: er hat ja sein Hamsterrad.

Das dreht sich und bewegt sich, und er kann darin Kilometer um Kilometer laufen, Stunden um Stunden, bis er völlig ermüdet ist. Dann ist er zwar immer noch nicht frei, er ist immer noch in seinem Käfig drin, hat sich eigentlich keinen Zentimeter vorwärts bewegt, aber: er wird am Ende wahrscheinlich auch gar keine große Lust mehr haben auf die wirkliche Freiheit, denn dazu ist er viel zu erschöpft. Also steigt er aus dem Rädchen aus, krabbelt noch bis zum Rande des Käfigs, legt sich dort in sein Nest und schläft mehr oder weniger glücklich über das geleistete Tagewerk ein – und träumt, was Hamster eben so träumen.

Dieses Hamsterrad gibt's auch für uns Menschen. Jeder von uns hat wohl eines. Das Dumme ist nur: Diese Räder sind unsichtbar. Wir können sie nicht sehen.

- ▶ Fühle ich mich manchmal wie in einem Hamsterrad, das sich ständig dreht, ohne dass ich weiter komme?
- ▶ Kenne ich Situationen, die so verfahren scheinen, dass kein Ausweg sichtbar ist?

*„Wir müssen immer wieder Gott um die Gnade der Selbsterkenntnis bitten. Denn, wenn wir uns überschätzen und unseren Gewohnheiten nachgeben, machen wir uns etwas vor, sodass wir meinen, das Gute käme nur von uns allein.“*

(vgl. Vinzenz v. P., 11. Dez. 1644)

- ▶ Ich nehme mein Kreuz (ein Bild) in die Hand und rede mit Jesus – ich erzähle ihm alles, auch alle meine Gewohnheiten und Situationen, wo ich nur schwer einen Ausweg finden kann.

## 2. Woche

### Die Krise: Die dunklen Facetten im Leben – Barmherzigkeit/Erbarmen erfahren

#### 3. Tag: Sich anschauen (lassen)

Auch meine Schattenseiten wollen gesehen und angenommen werden. Nur was angenommen wird, wird sich verwandeln (R. Guardini). Gott verwandelt, was ich ihm anvertraue und überlasse. Er lässt mir und meinem „Hause Heil widerfahren“. (Lk 19,9)

Die Heilige Schrift sagt, verständige Nächstenliebe beginnt bei sich selbst: „Du sollst deinen Nächsten lieben wie dich selbst“ (Mt 19,19). Die Gerechtigkeit fordert, nicht nur andern zu dienen, sondern sich auch der eigenen Seele anzunehmen.

Ich setze mich ungefähr 10 Minuten in Ruhe vor einen Spiegel oder nehme ein Photo von mir und schaue mich an, lese darin. Was sehe ich in meinem Inneren?

#### Gebet

Du schaust mich an  
und weißt alles.

Wie ich wurde,  
der ich bin:

Du überschaust es.

Was ich verdränge  
und nicht wahrhaben will,  
vor dir liegt es offen da.

Was ich ängstlich verberge  
vor anderen Menschen:

Du nimmst es wahr.

Du kennst das Bild,  
das ich mir  
von mir selber mache.

Das Unbewältigte,

das Unverheilte:

Du erschaust es.

Meine Schwachstellen,  
meine Verborgenenheiten  
sind dir nicht verborgen;  
du weißt, wo ich  
der Wandlung bedarf.

O Herr, wie gut ist es,  
dass ich nicht allein bin mit  
mir.

Wie gut, ganz und gar erkannt,  
ganz und gar bejaht zu sein.

*Sabine Naegeli*

- ▶ Ich schreibe auf ein Blatt meine Stärken und Schwächen, dann lege ich dieses Blatt in meine Gebetsecke.



## 2. Woche

### Die Krise: Die dunklen Facetten im Leben – Barmherzigkeit/Erbarmen erfahren

#### 4. Tag: Ich bin angenommen

„Wir brauchen mehr Liebe, als wir verdienen“ (J. Splett). Das zu glauben und anzunehmen erfordert Mut und Hoffnung, besonders dort, wo wir schuldig geworden sind. Versöhnung wird möglich, wo einer dem anderen entgegengeht. Mit Gottes Erbarmen dürfen wir immer rechnen.

Vinzenz sagt: „*Es ist Gottes Wesen, sich zu erbarmen und den Geist des Erbarmens zu verleihen*“

#### Die Bahnfahrt

Eines Tages saß ich bei einer Bahnfahrt neben einem jungen Mann, dem sichtlich etwas Schweres auf dem Herzen lastete. Schließlich rückte er damit heraus, dass er ein entlassener Sträfling und jetzt auf der Fahrt nach Hause sei. Seine Verurteilung hatte Schande über seine Angehörigen gebracht, sie hatten ihn nie im Gefängnis besucht und ihm auch nur ganz selten geschrieben. Er hoffte aber trotz allem, dass sie ihm verziehen hatten.

Um es ihnen aber leichter zu machen, hatte er ihnen in einem Brief vorgeschlagen, sie sollten ihm ein Zeichen geben, an dem er, wenn der Zug an der kleinen Farm kurz vor der Stadt vorbeifuhr, sofort erkennen könne, wie sie zu ihm stünden. Hatten die Seinen ihm verziehen, so sollten sie in dem großen Apfelbaum an der Strecke ein buntes Band anbringen. Wenn sie ihn aber nicht wieder daheim haben wollten, sollten sie gar nichts tun, dann werde er im Zug bleiben und weiterfahren, weit weg. Gott weiß wohin.

Als der Zug sich seiner Vaterstadt näherte, wurde seine Spannung so groß, dass er es nicht über sich brachte aus dem Fenster zu schauen. Er tauschte den Platz mit mir und ich versprach auf den Apfelbaum zu achten. Gleich darauf legte ich dem jungen Mann die Hand auf den Arm. "Da ist er", flüsterte ich und Tränen standen mir plötzlich in den Augen, „- alles in Ordnung. Der ganze Baum ist voll bunter Bänder!“

In diesem Augenblick schwand alle Bitternis, die sein Leben vergiftet hatte. Mir war, als hätte ich ein Wunder miterlebt. Und vielleicht war's auch eins.

*nach John Kord Lagemann*

- ▶ Wann und in welcher Situation durfte Ich in das Erbarmen Gottes erfahren?
- ▶ Gebet: Gott, du mein Gott, dich suche ich, / meine Seele dürstet nach dir. Nach dir schmachtet mein Leib / wie dürres, lechzendes Land ohne Wasser.  
Darum halte ich Ausschau nach dir im Heiligtum, / um deine Macht und Herrlichkeit zu sehen.  
Denn deine Huld ist besser als das Leben; / darum preisen dich meine Lippen.  
(Ps 63, 1-4)

## 2. Woche

### Die Krise: Die dunklen Facetten im Leben – Barmherzigkeit/Erbarmen erfahren

#### 5. Tag: Durch das Dunkel hindurch

„Durch das Dunkel hindurch scheint der Himmel hell ...“ heißt es in einem Lied. Manchmal sind es andere Menschen, die Licht in unsere Dunkelheiten bringen oder uns ein Stück weit begleiten, wenn wir den Weg nicht mehr sehen. Sie sind die Gesandten (Engel) Gottes auf unserem Weg. Immer dürfen wir mit Gottes Hilfe rechnen, denn – so sagt der hl. Vinzenz: „*Gott verfehlt nie uns zu helfen, wenn die Zeit da ist.*“

„Engel“ auf meinem Weg:

- ▶ Wer hat mir geholfen, wenn ich nicht mehr weiter wusste?
- ▶ Wem könnte ich Bote (Engel) sein?

Aus Psalm 25

*Zeige mir, Herr, deine Wege, lehre mich deine Pfade.  
Führe mich in deiner Treue und lehre mich;  
denn du bist der Gott meines Heils. Auf dich hoffe ich allezeit.*

*Denk an dein Erbarmen, Herr, und an die Taten deiner Huld.  
Denn sie bestehen seit Ewigkeit.  
Denk nicht an meine Jugendsünden und meine Frevel!  
In deiner Huld denk an mich, Herr, denn du bist gütig.*

*Gut und gerecht ist der Herr,  
darum weist er die Irrenden auf den rechten Weg.  
Die Demütigen leitet er nach seinem Recht,  
die Gebeugten lehrt er seinen Weg.*

*Alle Pfade des Herrn sind Huld und Treue denen,  
die seinen Bund und seine Gebote bewahren.  
Um deines Namens willen, Herr, verzeih mir;  
denn meine Schuld ist groß.*

## 2. Woche

**Die Krise: Die dunklen Facetten im Leben – Barmherzigkeit/Erbarmen erfahren**

### **6. Tag: Eine dunkle Facette im Leben des hl. Petrus war die dreimalige Verleugnung Jesu: „Ich kenne ihn nicht!“ Dennoch hat Jesus gerade ihm das Vertrauen geschenkt, seine Kirche zu leiten.**

#### Das Wort des Auferstandenen an Petrus

Als sie gegessen hatten, sagte Jesus zu Simon Petrus: Simon, Sohn des Johannes, liebst du mich mehr als diese? Er antwortete ihm: Ja, Herr, du weißt, dass ich dich liebe.

Jesus sagte zu ihm: Weide meine Lämmer!

Zum zweiten Mal fragte er ihn: Simon, Sohn des Johannes, liebst du mich? Er antwortete ihm: Ja, Herr, du weißt, dass ich dich liebe. Jesus sagte zu ihm: Weide meine Schafe!

Zum dritten Mal fragte er ihn: Simon, Sohn des Johannes, liebst du mich? Da wurde Petrus traurig, weil Jesus ihn zum dritten Mal gefragt hatte: Hast du mich lieb? Er gab ihm zu Antwort: Herr, du weißt alles; du weißt, dass ich dich lieb habe. Jesus sagte zu ihm: Weide meine Schafe!

Amen, amen, das sage ich dir: Als du noch jung warst, hast du dich selbst gegürtet und konntest gehen, wohin du wolltest. Wenn du aber alt geworden bist, wirst du deine Hände ausstrecken und ein anderer wird dich gürtet und dich führen, wohin du nicht willst.

Das sagte Jesus, um anzudeuten, durch welchen Tod er Gott verherrlichen würde. Nach diesen Worten sagte er zu ihm: Folge mir nach!

(Joh 21, 15-19)

- Nehme ich Gottes liebende Zusage trotz meiner Schwächen an?

### 3. Woche

**Die Wende: Zuwendung zum Nächsten - „Hochachtung und Herzlichkeit“**

#### 1. Tag: Mein Glaubensweg

In jedem Menschen ist die Fähigkeit zum Glauben angelegt. Das Glaubenswissen (Gebete, Erstkommunion, Beichte, ...) wird durch andere vermittelt.

Menschen stehen an der Wiege des Glaubens, Menschen begleiten die ersten Schritte, die verschiedenen Wege, ...

Die persönliche Entscheidung zum Glauben braucht Auseinandersetzung und kennt bisweilen Strecken mit Zweifel und Dunkelheit.

„Sei versichert: Solange du deine Pflichten erfüllst, liebst du Gott – und solltest du von dieser Liebe auch nichts fühlen.“ (Vinzenz v. P.)

#### Der Wunderknabe

Es war einmal ein Wunderknabe, der im zartesten Alter schon die ganze Welt erkannte. Niemand wusste, woher er die Weisheit hatte. Die Worte lagen ihm einfach im Mund. Sein Ruf ging in die Welt hinaus, und bald wollte man überall von seinem Wissen profitieren.

Er machte sich auf die Wanderschaft um die Welt zu erkunden, über die er immer gesprochen hatte. Schon nach einer Stunde musste er zwischen drei Möglichkeiten wählen, denn nicht einmal ein Wunderknabe kann zugleich in verschiedene Richtungen gehen. Er ging geradeaus weiter und musste dabei links ein Tal und rechts ein Tal ungesehen liegen lassen, so auch bei der nächsten Gabelung und bei der dritten und bei der vierten. Bei jeder Wahl, die er traf, wurde der Weg enger und wenn er sprach wurden die Sätze immer kürzer.

Er wurde älter, war schon längst kein Wunderkind mehr, hatte tausende Wege verpasst und musste Möglichkeiten auslassen. Er machte immer weniger Worte, und kaum jemand kam noch, um ihm zuzuhören.

Schließlich sprach er nur noch zu sich selbst: "Ich habe immer nur verloren: An Boden, an Wissen, an Träumen. Ich bin mein Leben lang kleiner geworden. Jeder Schritt hat mich von etwas weggeführt. Ich wäre besser zu Hause geblieben, wo ich noch alles wusste, dann hätte ich mich nie entscheiden müssen, und alle Möglichkeiten wären noch da."

Weil nur noch ein kurzes Stück blieb, ging er den Weg dennoch zu Ende, den er einmal begonnen hatte. Es war nur mehr eine Richtung übrig und von allem Wissen und Reden nur noch ein einziges letztes Wort für das der Atem noch reichte. Er sagte es, obwohl es niemand hörte.

Als er sich umschaute merkte er erstaunt, dass er auf einem Gipfel stand. Der Boden, den er verloren hatte, lag in Terrassen unter ihm. Er überblickte alles, auch die verpassten Täler, und es zeigte sich, dass er ein Leben lang aufwärts gegangen war.

*(nach Hans Künzler)*

- ▶ Wie ist mein Glaubensweg bisher verlaufen?
- ▶ In welcher Reihenfolge hat mit Gott meine Pflichten anvertraut?

### 3. Woche

Die Wende: Zuwendung zum Nächsten - „*Hochachtung und Herzlichkeit*“

#### 2. Tag: Kreuzungen

- ▶ Gibt es Kreuzungen in meinem Glaubensweg, an denen eine Entscheidung fällig war? Wege, die ich gegangen bin und Möglichkeiten, die ich hinter mir lassen mußte?



*Bild aus „Clip Art“ office.microsoft.com*

- ▶ Vinzenz hat sich für Gott in den Armen entschieden. Alle anderen Entscheidungen folgten daraus. Wie gehe ich meinen Weg (weiter)?

### 3. Woche

Die Wende: Zuwendung zum Nächsten - „Hochachtung und Herzlichkeit“

#### 3. Tag: Gottsuche

Wenn man im Nebel geht und dieser durch einen Windstoß aufgerissen wird, entdeckt man mit einem Mal ferne Horizonte. Manchmal ist der neue Blick gewöhnungsbedürftig und fordert ein Sich-öffnen und Umdenken.

„Um bei Gott eintreten zu können, muss man aus sich herausgehen.“ (Vinzenz v. P.)

*Dann kam er nach Jericho und ging durch die Stadt.*

*Dort wohnte ein Mann namens Zachäus; er war der oberste Zollpächter und war sehr reich. Er wollte gern sehen, wer dieser Jesus sei, doch die Menschenmenge versperrte ihm die Sicht; denn er war klein. Darum lief er voraus und stieg auf einen*

*Maulbeerfeigenbaum, um Jesus zu sehen, der dort vorbeikommen musste. Als Jesus an die Stelle kam, schaute er hinauf und sagte zu ihm: Zachäus, komm schnell herunter! Denn ich muss heute in deinem Haus zu Gast sein. Da stieg er schnell herunter und nahm Jesus freudig bei sich auf.*

*Als die Leute das sahen, empörten sie sich und sagten: Er ist bei einem Sünder eingekehrt. Zachäus aber wandte sich an den Herrn und sagte: Herr, die Hälfte meines Vermögens will ich den Armen geben, und wenn ich von jemand zu viel gefordert habe, gebe ich ihm das Vierfache zurück. Da sagte Jesus zu ihm: Heute ist diesem Haus das Heil geschenkt worden, weil auch dieser Mann ein Sohn Abrahams ist. Denn der Menschensohn ist gekommen, um zu suchen und zu retten, was verloren ist. Lk 19, 1-10*

- ▶ Spüre ich Sehnsucht nach Gott? Was verwehrt mir den Blick auf ihn? Gibt es für mich einen Maulbeerfeigenbaum?
  
- ▶ Ich suche Orte auf, wo ich die Nähe Gottes erahnen kann.

### 3. Woche

Die Wende: Zuwendung zum Nächsten - „*Hochachtung und Herzlichkeit*“

### 4. Tag: Gotteserfahrung

Durch verschiedene Ereignisse, die oft sehr schmerzlich waren (Misserfolg, ungerechte Beschuldigung...), durch persönliche Krisen und bestimmte Menschen mußte Vinzenz immer wieder umdenken und sich neu orientieren. Dabei machte er tiefe Gotteserfahrungen.

*„Wer Jesus Christus folgen will, wird Angriffsziel von Versuchungen sein; selbst eine Wetterfahne ist nicht stärker den Luftströmungen ausgesetzt als der Mensch den Beunruhigungen von außen, die ihn bald hierhin, bald dorthin reißen. Und all das lässt Gott zu, um die Guten zu erproben und sie "wetterfest" zu machen. Selig jene, die Gottes Führung sich hingeben, Seiner Güte vertrauen und in Frieden bleiben trotz der Unwetter.“*

(Vinzenz v. P.)



### Das Labyrinth von Chartres - das Labyrinth des Lebens

(Vinzenz besuchte öfter die Kathedrale von Chartres. Vielleicht war es auch ihm ein Lehrmeister für sein Leben?)

Wer das Labyrinth von Chartres abschreitet, lernt viel für sein Leben. Es gibt viele Kehren. Achtundzwanzigmal muss man anstoßen, umdenken, umkehren. Aber am Ende steht das Ziel. Am Ende des Weges wartet die Mitte. Wie oft muss man umkehren, umdenken, wenn man sich treu bleiben will? Man muss Kehren nehmen, die einen

augenscheinlich vom Ziel wegführen, die einen an den Rand drücken. Der Weg ist nicht kontinuierlich, wie eine Spirale, immer näher auf die Mitte zu, sodass man auch klar sehen könnte, dass man Fortschritte macht. Es schlägt einen zwischendurch wieder ganz an den Rand hinaus.

Das ist in den Beziehungen zu den Menschen so. Sie werden einen nicht immer lieben. Man kommt einander nicht immer näher. Oft ist man weit weg. Oft sieht man vor sich nichts als einen langen, weiten Weg. Oft ist von der Mitte, von Herz nichts zu spüren. Oft hat man den Eindruck, man steht wieder am Anfang.

Das ist mit den Menschen so, das ist mit Gott so. Zuerst sieht es aus, als gäbe es da keine Schwierigkeiten. Der Weg ist klar. Ein kleiner Umweg vielleicht, ein paar Schritte möglicherweise. Aber dann gibt es Klarheit und Geborgenheit. Dann hat man Gott gefunden. Meint man. Hofft man.

Wie ist es wirklich? Man umkreist ihn. Man nähert sich ihm.

Aber es kommt Kehre um Kehre. Man muss Gewohntes aufgeben und umdenken und umkehren. Aber der Weg scheint trotzdem nicht in die Mitte zu führen. Muss man mehr nach rechts oder mehr nach links? Geht es nur vorwärts, wenn es zurück geht? Schaut es nur wie zurück aus oder führt dennoch vorwärts? Gehört die Kehre, die Wende, dazu? Wird sie von einer neuen Wende abgelöst und aufgehoben?

- ▶ Führt unser Leben zu Gott hin oder führt es von ihm weg?
- ▶ Was lehrt mich das Labyrinth von Chartres für mein Leben!
- ▶ Ich versuche mit einem Stift, von Außen nach Innen zur Mitte hin diese Kehren nachzuziehen. Dabei überdenke ich mein Leben. Ich trage auf ein Blatt ein, was mich das Labyrinth von Chartres lehrt.



### 3. Woche

**Die Wende: Zuwendung zum Nächsten - „Hochachtung und Herzlichkeit“**

### 5. Tag: Zu-Wendung

Vinzenz hat durch die Abwendung von seinem Erfolgsstreben und die Zuwendung zum Mitmenschen Heilung erfahren. Er entdeckt das bodenständige Leben neu und wird geerdet (Demut).

Im Menschsein Jesu auf unserer Erde wird Gottes Zuwendung erfahrbar. Unsere Aufgabe ist zu tun, was Jesus auf Erden getan hat.

*Ein Ereignis, das in Vinzenz Leben zur Wende beigetragen hat*

Einer seiner Mitarbeiter am Hof der Königin Margarete, ein Theologieprofessor, geriet in schwere Glaubensnot verbunden mit einer psychischen Krise und wandte sich an Vinzenz, der ihm aus seiner "einzigartigen Intuition" heraus Ratschläge erteilte, deren Befolgung tatsächlich eine gewisse Heilung bewirkte. Aber weil die Not des Professors so quälend war soll Vinzenz Gott angeboten haben anstelle dieses Professors diese innere Not auf sich zu nehmen. Tatsächlich wurde dieser Professor von allen Versuchungen befreit. Aber nun befielen Vinzenz selbst die Versuchungen gegen den Glauben und er erlebte innere Krisen, die ihn arg bedrängten. Coste (ein Biograph) schreibt: "Nach drei oder vier Jahren schwerer psychischer Bedrängnisse, die jeweils leichter wurden, wenn er sich einem persönlich zuwendete, machte Vinzenz Gott das Versprechen, den Rest seines Lebens dem Dienste der Armen zu weihen. Und dieser Entschluss machte den Versuchungen ein Ende, und der Glaube wurde ihm wiedergeschenkt.

Die Folgen bzw. die Auswirkungen dieser Krise waren für das geistige Werden von Vinzenz sehr beachtenswert. Sie betrafen nicht nur seine persönliche religiöse Haltung, sondern auch sein apostolisches Wirken, zeigte ihm doch die augenblickliche Erhöhung, daß Gott sein Versprechen, den Rest seines Lebens in den Dienst der Armen zu stellen, angenommen hatte. Die schwere Glaubenskrise eröffnete ihm so den Weg zum Dienst an den Armen.

- ▶ Habe ich in der Zuwendung zum Nächsten schon einmal Erleichterung der eigenen Not erfahren?
- ▶ Gibt es Erfahrungen in meinem Leben, wo mein Einsatz für die anderen sich letztlich als Geschenk für mich erwiesen hat?

### 3. Woche

**Die Wende: Zuwendung zum Nächsten - „Hochachtung und Herzlichkeit“**

## 6. Tag: Im Menschen Gott entdecken

Wir Menschen brauchen einander. Jesus sagt, dass er uns in den Mitmenschen begegnen will. Diese Begegnung geschieht oft dort, wo wir es nicht erahnen.

„Im Armen wohnt Christus auf geheimnisvolle Weise.“ (Vinzenz v. P.)

### Martin, der Schuster

Martin der Schuster lebte in einem Keller, der zugleich Werkstatt und Wohnung war. Durch das kleine Kellerfenster konnte er die Menschen sehen, die draußen auf der Straße vorübergingen. Die Leute kamen gern zu Martin, denn er machte seine Arbeit gut.

Am Abend zündete er die Lampe an und las in der Bibel. Den ganzen Tag freute er sich darauf und konnte es kaum erwarten. Eines Abends hörte er seinen Namen rufen. Er blickte sich um, aber es war niemand da. "Martin!", hörte er wieder, „morgen will ich zu dir kommen." - War es Jesus, der aus der Stille zu ihm sprach?

Am nächsten Morgen sah der Schuster vor seinem Fenster den alten Stefan beim Schneeschaufeln. Er musste immer wieder stehen bleiben, um sich auszuruhen. Martin rief: „Komm herein in meine Stube! Warmer Tee wird dir gut tun."

Wenig später sah er eine junge Mutter, die versuchte, ihr kleines Kind vor dem kalten Wind zu schützen. "Komm herein!" rief Martin ihr zu, gab der hungrigen Frau seine Suppe und versuchte das Kind zum Lachen zu bringen.

Kaum waren die beiden gegangen, da hörte Martin Geschrei vor seinem Fenster. Eine Marktfrau schlug auf einen kleinen Jungen ein, der einen Apfel aus ihrem Korb gestohlen hatte. "Warte nur, du Dieb! Ich bring dich zur Polizei", schrie sie wütend. Der Schuster rannte auf die Straße hinaus. "Lass ihn doch laufen", sagte er zu der Frau. "Er wird es bestimmt nicht wieder tun. Den Apfel will ich dir bezahlen." Die Frau beruhigte sich, der Junge musste sich bei ihr entschuldigen und half ihr, den schweren Apfelkorb zu tragen.

Am Abend als der Schuster wieder in der Bibel las, hörte er erneut die Stimme an seinem Ohr: "Martin, ich bin bei dir gewesen. Hast du mich erkannt?" "Wann? Wo?" fragte Martin erstaunt. Doch plötzlich wusste er, dass er in den Menschen, denen er heute geholfen hatte, Jesus begegnet war und er freute sich. Er schlug wieder seine Bibel auf und las: Alles, was ihr für einen meiner geringsten Brüder getan habt, das habt ihr mir getan. (Mt. 25, 40)

(nach Leo Tolstoi)

- ▶ Mache Dir in dieser Woche besonders bewußt, dass Gott Dir im Mitmenschen begegnen möchte!
- ▶ Wo könnte ich mich nützlich machen?

#### 4. Woche

#### Das Neue: Lebendigkeit und Qualität des Tun - *Eifer und Begeisterung*

##### 1. Tag: Kontemplation und Dienst

In der Begegnung mit dem Armen erkannte Vinzenz, dass Gott durch die Armen zu uns kommt, und dass er durch uns zu den Armen kommen möchte. Vinzenz wird nach dieser Erfahrung nicht müde über diese Erkenntnis nachzudenken und dieses Geheimnis zu betrachten. Dies wiederum wirkt sich auf seinen Dienst aus.

*„Nichts entspricht dem Evangelium mehr, als auf der einen Seite in der Einsamkeit, in Gebet und Lesung Erleuchtung und Kräfte für die eigene Seele zu sammeln, dann aber hinzugehen und den Menschen von dieser geistigen Nahrung mitzuteilen. So tat es unser Herr, so nach ihm die Apostel.*

*Es kommt darauf an, das Tun der Martha mit dem der Maria, von denen wir im Evangelium des heiligen Lukas lesen (10, 38f), zu verbinden.*

*Es gilt, die Taube nachzuahmen, die die Hälfte ihres Futters selbst frisst und den Rest im Schnabel für ihre Jungen mitnimmt. So müssen wir handeln. So müssen wir Gott durch unsere Werke bezeugen, daß wir ihn lieben: „Totum opus nostrum in operatione consistit (Unsere ganzes Werk verwirklicht sich im Handeln.“ Vinzenz v. P.)*

- ▶ Wie gelingt es mir Gebet und Arbeit zu verbinden? Wie wäre es mit einem gut überlegten Wochenplan?

#### 4. Woche

#### Das Neue: Lebendigkeit und Qualität des Tun - *Eifer und Begeisterung*

#### 2. Tag: Eine neue Qualität des Helfens

Durch die Krise und die darauf folgende Wende bekam das Leben des hl. Vinzenz eine neue Qualität. Neu war für ihn seine Beziehung zu Gott, die auch eine neue Sicht vom Menschen mit sich brachte. Neu waren die Art seines Tuns und der Einsatz für die Armen, in denen er Jesus Christus erkannte und ihm diente. Dieses Neue strahlte auf die Mitmenschen aus und motivierte zur Mitarbeit. So entstand nicht nur für Vinzenz Neues, sondern das Neue in ihm zog Kreise und brachte vieles in Bewegung. Daraus entstand das große Netzwerk der Barmherzigkeit.

„Euer Vaters im Himmel lässt seine Sonne aufgehen über Bösen und Guten, er lässt regnen über Gerechte und Ungerechte“ (Mt 5,45)

Barmherzigkeit besagt, worauf es in Leidenssituationen ankommt:  
b-arm-herzig-sein, den Armen herzigen, umarmen.

Wer barmherzig ist, fragt nicht, wer der Bedürftige sei,  
ob er ein guter Mensch ist oder einer, der sein Elend selbst verschuldet hat,  
ob er die Hilfe verdient und es wert ist, dass ihm geholfen wird,  
ob sein Anliegen wichtig genug ist und ob er auch dankbar sei.  
Barmherzig sein heißt, die Not des anderen sehen, sich bewegen lassen, zu ihm  
hingehen und ihm fraglos helfen, einfach aus dem einen Grund: weil er Hilfe  
braucht.

*(Text am Meditationsweg der Barmherzigen Schwestern in Zams)*

- ▶ Habe ich ein Herz für die Mitmenschen - Bin ich barmherzig? Kann ich verzeihen, auch wenn es schmerzt? ...

#### **4. Woche**

**Das Neue: Lebendigkeit und Qualität des Tun - *Eifer und Begeisterung***

#### **3. Tag: Mit dem Herzen hören**

*„Wenn wir zu Menschen gehen, müssen wir uns in ihre Gefühlswelt versetzen. Wir sollen uns bemühen unsere Herzen zu erweichen und empfänglich zu machen für die Anliegen und Nöte des Nächsten“.* (Vinzenz von Paul)

... Was die kleine Momo konnte wie kein anderer, das war: zuhören. Das ist doch nicht Besonderes, wird nun vielleicht mancher sagen, zuhören kann doch jeder.

Aber das ist ein Irrtum. Wirklich zuhören können nur ganz wenige Menschen. Und so wie Momo sich auf zuhören verstand, war es ganz und gar einmalig.

Momo konnte so zuhören, dass dummen Leuten plötzlich sehr gescheite Gedanken kamen. Nicht etwa, weil sie etwas sagte oder fragte, was den anderen auf solche Gedanken brachte, nein, sie saß nur da und hörte einfach zu, mit aller Aufmerksamkeit und aller Anteilnahme.

Sie konnte so zuhören, dass ratlose oder unentschlossene Leute auf einmal ganz genau wussten, was sie wollten. Oder dass Schüchterne sich plötzlich frei und mutig fühlten. Oder dass Unglückliche und Bedrückte zuversichtlich und froh wurden. ...

Einmal brachte ihr ein kleiner Junge seinen Kanarienvogel, der nicht singen wollte. Das war eine viel schwerere Aufgabe für Momo. Sie musste ihm eine ganze Woche lang zuhören, bis er endlich wieder zu trillern und zu jubilieren begann. ...

Und wer nun noch immer meint, zuhören sei nichts Besonderes, der mag nur einmal versuchen, ob er es auch so gut kann.\*

*(Aus: Michael Ende: Momo; K. Thienemanns Verlag 1973)*

- ▶ Gelingt es mir, den leisen Schwingungen zwischen den Worten des anderen nachzuspüren?
  
- ▶ Ich bete für Menschen, denen meine Zuwendung gut tun könnte.

#### 4. Woche

**Das Neue: Lebendigkeit und Qualität des Tun - *Eifer und Begeisterung***

#### 4. Tag: Liebe hat ein Gesicht

*„Liebe im Herzen zu haben und auf der Zunge, das genügt nicht. Sie muss in Taten übergehen. Christsein und seinen Bruder leiden sehen, ohne mit ihm zu weinen, ohne mit ihm krank zu sein - das heißt ohne Liebe sein - ein bloß gemalter Christ“.*

(Vinzenz v. P.)

Wie Liebe konkret aussehen könnte:

Ein gutes Wort sagen

Einen Kranken aufmuntern

Eine kleine Handreichung machen

Das Essen loben

Den nächsten Geburtstag nicht vergessen

Die Türen behutsam schließen

Für jemand ein kleines Geschenk sich ausdenken

Jemandem einen guten Rat geben

Einen Brief schreiben und damit Freude bereiten

Ein Wort der Anerkennung aussprechen

Ein Wort der Solidarität für den, der gedemütigt worden ist

Ein Wort des Scherzes für die Kinder

Ein warmer Händedruck für den, der traurig ist

...

Ein Sonnenstrahl sein

*(nach Max E. Huber)*

- ▶ Ich will es versuchen! Ich wähle ein oder zwei Punkte aus ...

#### 4. Woche

**Das Neue: Lebendigkeit und Qualität des Tun - Eifer und Begeisterung**

#### 5. Tag: Wohl-Tun

Für den Umgang mit Menschen gibt es kein gültiges Schema, denn jeder Mensch, jede Not ist anders. Hilfe ist manchmal einfach not-wendig. Sie tut wohl, wenn sich der andere in seinen Bedürfnissen, in seiner Schuld ernst genommen und geachtet fühlt.

*Eine berühmte Sängerin wird von ihrem Heimatdorf zu einem Besuch eingeladen. Der behinderte Mann aus dem Dorf, mit dem sich die Bewohner schämen, wird während des Besuches weggeschickt. Die Flucht des Stars vor das Dorf hinaus vor den unerträglichen Huldigungen führt die beiden aber doch zusammen:*

... Sie zog ihm den Schuh aus, holte Taschentuch und Kölnisch Wasser aus ihrem Handtäschchen und säuberte die Wunde, so gut sie konnte. Dann riss sie einen Ärmel von ihrer Bluse ab und wickelte ihn um den Fuß des Mannes. Während sie vor ihm kniete und die Fußwunde verband, fragte sie ihn, ob seine Mutter noch lebe. Er schüttelte den Kopf. Er wohne bei seiner Schwester, aber deren Mann sage immer, er solle auf die Straße gehen und sich bis zum Abend nicht mehr blicken lassen.

Als sie fertig war, setzte sie sich neben ihn und hörte geduldig zu, wie er stockend dies und das erzählte. Schließlich stand sie auf und sagte: Jetzt gehen wir zusammen ins Dorf zurück. Sie zog ihn hoch, legte seinen Arm um ihre Schulter, und so humpelte der große, schwere Mann, auf die Frau gestützt, ganz langsam den Berg hinauf und dann ins Dorf hinunter. Bis nach Mitternacht saß sie mit ihm im Gasthaus.

*(Aus: Per Illo: „Hand und Fuß“; In: Johann Hoffmann-Herreros (Hg): „Geschichten von Tod und Auferstehung“; Matthias Grünewald Verlag 1978; Bd. 68)*

Wer wie Vinzenz von Paul helfen möchte, braucht selber ein liebendes Herz. - Ein Herz, das den andern gelten lässt, seine Würde noch im zerschundensten Menschen sucht, ein Herz, das das Erbarmen Gottes zu uns widerspiegelt und allem niedergehaltenen Leben aufhilft.

*(Aus: Lebensbild der Katharina Lins; Barmherzige Schwestern Zams)*

- ▶ Werden Menschen in meiner Umgebung durch mich aufgerichtet – körperlich oder seelisch?
- ▶ Ich helfe einem Menschen, der auf Hilfe angewiesen ist.

#### 4. Woche

Das Neue: Lebendigkeit und Qualität des Tun - *Eifer und Begeisterung*

#### 6. Tag: Im Herzen brennen und begeistern

„Vinzenz von Paul sieht gern die Liebe als Feuer, dessen Flamme der Eifer ist. Menschen, die im tiefsten Herzen brennen, können andere begeistern, neu entflammen, zur tätigen Nächstenliebe motivieren.“ (*Kardinal König in: Liebe sei Tat; Vinzenz von Paul – Texte; Hg. Barmherzige Schwestern Untermarchtal; Präsenz Verlag 2003*)

Von Gott be-GEIST-ert hat Vinzenz das Glück erfahren gebraucht zu werden. So konnte er den Armen wie auch den Reichen diesen Wert vermitteln.

Komm herab, O Heilger Geist,  
der die finstre Nacht zerreißt,  
strahle Licht in diese Welt.  
Komm, der alle Armen liebt,  
komm, der gute Gaben gibt,  
komm, der jedes Herz erhellt.

Höchster Tröster in der Zeit,  
Gast, der Herz und Sinn erfreut,  
köstlich Labsal in der Not,  
in der Unrast schenkst Du Ruh,  
hauchst in Hitze Kühlung zu,  
spendest Trost in Leid und Tod.

Komm, O Du glückselig Licht,  
fülle Herz und Angesicht,  
dring bis auf der Seele Grund.  
Ohne Dein lebendig Wehn  
kann im Menschen nichts bestehn,  
kann nichts heil sein noch gesund.

Was befleckt ist, wasche rein,  
Dürrem gieße Leben ein,  
heile Du, wo Krankheit quält.  
Wärme Du, was kalt und hart,  
löse, was in sich erstarrt,  
lenke, was den Weg verfehlt.

Gib dem Volk, das Dir vertraut,  
das auf Deine Hilfe baut,  
Deine Gaben zum Geleit  
Lass es in der Zeit bestehn,  
Deines Heils Vollendung sehn  
und der Freuden Ewigkeit.  
Amen (Halleluja).

*Stephen Langton (1150- 1228)*

- ▶ Ich wähle dieses oder ein anderes Gebet zum Heiligen Geist und bete es zu einer bestimmten Tageszeit. Nun überlege ich, wen könnte ich motivieren, mit mir Gutes zu tun.



## 5. Woche

### Christsein braucht das Miteinander – gelebte Kirche

#### 1. Tag: Gemeinschaft: Christsein lebt vom Miteinander

Das Leben Jesu mit seinen Jüngern war für Vinzenz das Vorbild für jede christliche Gemeinschaft.

*„Wenn einer alleine träumt, ist es nur ein Traum. Wenn viele gemeinsam träumen, dann ist es der Beginn einer neuen Wirklichkeit.“*

(Dom Helder Camara)

Ein Weizenhalm steht einsam auf dem kahlen Feld. Wie schön, denkt er, kein Ärger mit anderen Leuten. Er merkt gar nicht, wie hohl die Ähre bleibt. – Der Sturm tobt übers Feld. Der Halm knickt um, liegt tot am Boden. – Es gibt kein Brot.

Ein Weizenfeld dagegen: Wie Brüder und Schwestern dicht beieinander die vielen Halme mit brotgeladenen Ähren. Der Sturm tobt übers Feld. Die Halme stehen und geben einander Halt. Sie bauen einander ein bergendes Haus. Und drinnen wächst das Brot.

*aus: 255 Kurzgeschichten Willi Hofsummer Matthias–Grünwaldverlag . Mainz*

- ▶ Wo erfahre ich Glaubensgemeinschaft?
  
- ▶ Wen will ich auf dem Weg zu Gott begleiten?

## 5. Woche - Christsein braucht das Miteinander – gelebte Kirche

### 2. Tag: Caritas - Christsein füreinander

Vinzenz hätte seine Vorhaben nie verwirklichen können, wenn es nicht Menschen gegeben hätte, die seine Werke mit trugen und weiter trugen. Nur in der Gemeinschaft und durch sie bekommt man die Kraft auch durch Dunkelheiten hindurch den Glauben zu leben. Vinzenz wusste, dass Gemeinschaft gepflegt und erfahren werden muss, damit sie tragfähig und fruchtbar bleibt.

Als Geburtsstunde der modernen Caritas kann man ein Ereignis im Leben des hl. Vinzenz im Jahre 1617 bezeichnen. Er ist seit kurzem Pfarrer in Châtillon-les-Dombes. Man muss ihn selbst erzählen hören, wie alles gekommen ist: *"Eines Sonntags, da ich mich ankleidete, um die heilige Messe zu feiern, kam man mir sagen, dass in einem Haus, abgelegen von den andern, alle krank waren, ohne dass eine einzige Person blieb, um die anderen zu pflegen und zu versorgen und alle waren in einer unsagbaren Dürftigkeit. Das griff mir ans Herz."*

Damit dieser Familie geholfen werde, richtet Vinzenz in der Predigt einen ergreifenden Appell an die Gläubigen. Und als er sich am Nachmittag an Ort und Stelle begibt, trifft er zahlreiche Personen, die auch unterwegs waren, um die Kranken zu besuchen oder sogar schon von dort zurückkamen: *"Da es Sommer war, setzten sich die guten Damen bei der Hitze entlang der Wege, um sich auszuruhen und zu erfrischen. Schließlich ... gab es ihrer so viele, dass man von einer Prozession sprechen könnte."* Nachdem er selbst diese Familie getröstet und ihnen die Kommunion gebracht hatte, versammelte er einige Personen guten Willens, um zu überlegen auf welche Weise man diese Hilfe weiterführen sollte: *"Ich schlug allen diesen guten Leuten, die die christliche Nächstenliebe beseelt hatte, sich dorthin zu begeben, vor, sich zusammen zu tun, um jeder an einem Tag, das Essen zu bereiten, nicht nur für diese da, sondern auch für jene, die hernach kommen würden."*

Gesagt, getan: Vinzenz bringt ab dem 23. August 1617, weniger als einen Monat nach seiner Ankunft in Châtillon, die acht ersten Damen zusammen, denen er einen ersten Entwurf einer Regel eines Vereins übergibt. Die Mitglieder desselben würden sich dafür einsetzen, jeder an seinem Tag, den Bedürftigen zu helfen und zwar *"körperlich und geistlich"*, und sich selbst *"sorgfältig in der Demut, Einfachheit und christlichen Liebe üben"*. Nach drei Monaten Erfahrung, verfasst Vinzenz ein detailliertes Statut für die "Confrerie de la Charité", deren Mitglieder "Dienerinnen der Armen oder der Charité" sein werden. Er übergibt dieses Statut am 8. Dezember feierlich in der Kapelle des alten Hospizes von Châtillon. Dieses Dokument wird für alle Vereinigungen der christlichen Liebe, die sich bald im ganzen Königreich Frankreich ausbreiten werden, als Vorbild dienen. So beruht das erste von Vinzenz gegründete Werk auf der Tätigkeit der Laien und ganz besonders der Frauen in Zusammenarbeit mit Geistlichen; die einen wie die anderen haben sowohl einen materiellen wie spirituellen Dienst zu erfüllen.

- ▶ Wo habe ich Möglichkeiten mich caritativ einzubringen?
- ▶ Ich interessiere mich für die Sorgen der Mitarbeiter im Sozialkreis oder in der Vinzenzgemeinschaft

## 5. Woche

### Christsein braucht das Miteinander – gelebte Kirche

#### 3. Tag: „Gute Nachricht“ füreinander

„So kam Jesus auch nach Nazaret, wo er aufgewachsen war, und ging, wie gewohnt, am Sabbat in die Synagoge. Als er aufstand, um aus der Schrift vorzulesen, reichte man ihm das Buch des Propheten Jesaja. Er schlug das Buch auf und fand die Stelle, wo es heißt:

Der Geist des Herrn ruht auf mir; / denn der Herr hat mich gesalbt. Er hat mich gesandt, / damit ich den Armen eine gute Nachricht bringe; damit ich den Gefangenen die Entlassung verkünde / und den Blinden das Augenlicht; damit ich die Zerschlagenen in Freiheit setze und ein Gnadenjahr des Herrn ausrufe.

Dann schloss er das Buch, gab es dem Synagogendiener und setzte sich. Die Augen aller in der Synagoge waren auf ihn gerichtet.

Da begann er, ihnen darzulegen: Heute hat sich das Schriftwort, das ihr eben gehört habt, erfüllt.

Lk 4, 18f

- ▶ Verkünde die frohe Botschaft - **Heute!**

*„Ich möchte, dass jeder nach einer Begegnung mit mir glücklicher weggeht“*  
(Selige Mutter Theresa von Kalkutta)

- ▶ Wem will ich heute Freude schenken?

## **5. Woche**

### **Christsein braucht das Miteinander – gelebte Kirche**

#### **4. Tag: Eucharistie - Quelle und Höhepunkt der Gemeinschaft**

Christen, die über freie Zeit verfügen, sollen an ihre Brüder und Schwestern denken, die die gleichen Bedürfnisse und Rechte haben, sich jedoch aus Gründen der Armut und der Not nicht ausruhen können. Der Sonntag wird in der christlichen Frömmigkeitstradition für gewöhnlich guten Werken und demütigem Dienst an Kranken, Behinderten und alten Menschen gewidmet. Die Christen sollen den Sonntag auch dadurch heiligen, daß sie ihren Angehörigen und Freunden die Zeit und Aufmerksamkeit schenken, die sie ihnen an den übrigen Tagen der Woche zu wenig widmen können. Der Sonntag ist ein Tag der Besinnung, der Stille, der Bildung und des Betrachtens, die das Wachstum des christlichen inneren Lebens fördern. (KKK 2186)

- ▶ Ich versuche den nächsten Sonntag bewußt zu leben: Glaubensgemeinschaft beim Gottesdienst und in der Begegnung mit den Mitmenschen.
  
- ▶ Ich möchte meinen Angehörigen und Freunden mehr Zeit und Aufmerksamkeit schenken.

## 5. Woche

### Christsein braucht das Miteinander – gelebte Kirche

#### 5. Tag: Gemeinsam auf dem Weg

##### **Gebet des hl. Vinzenz:**

*Gott, du hast uns zu Helfern deiner unendlichen Vaterliebe erwählt.*

*Du willst, daß sie sich in der ganzen Welt ausbreitet.*

*Wir sollen den Brand deiner Liebe in den Herzen der Menschen entfachen und so die Sendung deines Sohnes Jesus Christus hier auf Erden weiterführen.*

*Er ist gekommen, Feuer auf diese Erde zu bringen.*

*Wir beten mit ihm: laß das Feuer deiner Liebe auf Erden auflodern und alles ergreifen.*

▶ „Geht in alle Welt und seid meine Zeugen“

▶ Meinen Glauben bezeugen, das heißt für mich:

- den Weisungen des Evangeliums zu folgen

- Reden und Tun soll übereinstimmen

- ein Zeuge bin ich, wenn ein Mensch in meiner Gegenwart den Himmel spürt.

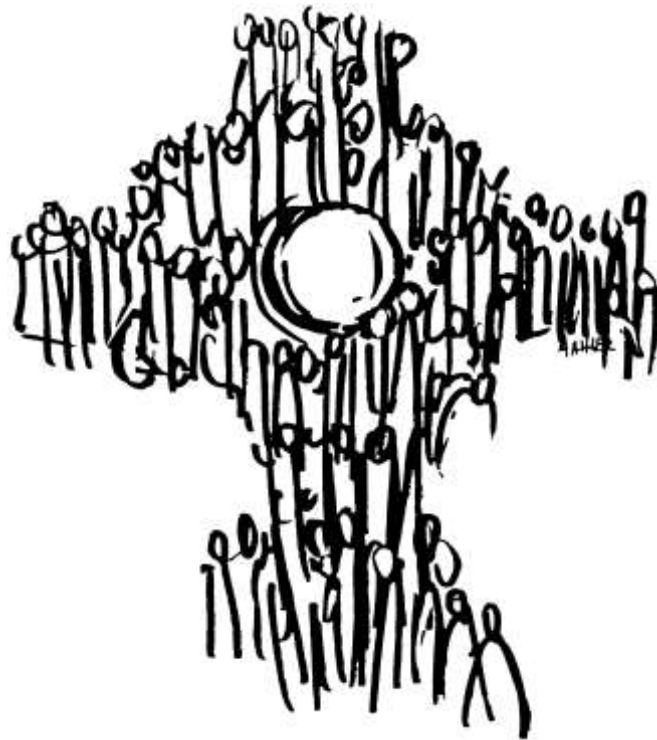
-

-

## 5. Woche

### Christsein braucht das Miteinander – gelebte Kirche

#### 6. Tag: Bild zum Thema Gemeinschaft



Einsam bist du klein, aber gemeinsam werden wir Anwalt des Lebendigen sein;  
einsam bist du klein, aber gemeinsam werden wir Anwalt des Lebendigen sein, einsam  
bist du klein.

(Kanonlied von F. Barth und P. Janssens)

- ▶ Betrachte die Zusage Jesu:  
„... wo zwei oder drei in meinem Namen versammelt sind, da bin ich mitten  
unter ihnen.“  
Mt 18,20
  
- ▶ Wenn ich irgendwo Gelegenheit habe an einer Eucharistischen Anbetung  
teilzunehmen, möchte ich es tun.