



Gebetsanregung

Sinnvoll leben

Leben genießen



Foto: Monika Thies

*Ich bin eine Blume auf den Wiesen des Scharon, eine Lilie der Täler.
Eine Lilie unter Disteln ist meine Freundin unter den Mädchen.
Ein Apfelbaum unter Waldbäumen ist mein Geliebter unter den
Burschen. In seinem Schatten begehre ich zu sitzen. Wie süß
schmeckt seine Frucht meinem Gaumen!
In das Weinhaus hat er mich geführt. Sein Zeichen über mir heißt
Liebe.*

*Stärkt mich mit Traubenkuchen, erquickt mich mit Äpfeln; denn ich
bin krank vor Liebe.*

*Seine Linke liegt unter meinem Kopf, seine Rechte umfängt mich.
Bei den Gazellen und Hirschen auf der Flur beschwöre ich euch,*

Jerusalems Töchter: Stört die Liebe nicht auf, weckt sie nicht, bis es ihr selbst gefällt.

Horch! Mein Geliebter!

Sieh da, er kommt. Er springt über die Berge, hüpf über die Hügel.

*Der Gazelle gleicht mein Geliebter, dem jungen Hirsch. Ja, draußen steht er an der Wand unsres Hauses; er
blickt durch die Fenster, späht durch die Gitter. Der Geliebte spricht zu mir:*

Steh auf, meine Freundin, meine Schöne, so komm doch!

Denn vorbei ist der Winter, verrauscht der Regen.

*Auf der Flur erscheinen die Blumen; die Zeit zum Singen ist da. Die Stimme der Turteltaube ist zu hören in
unserem Land. Am Feigenbaum reifen die ersten Früchte; die blühenden Reben duften. Steh auf, meine
Freundin, meine Schöne, so komm doch! (Hohelied 2, 1-13)*

Im Alten Testament steht das Hohelied, „Das Lied der Lieder“. Im Vergleich der Liebe der Eheleute zueinander wird hier die Liebe Gottes zu seinem Volk dargestellt. In verschiedenen Gedichten wird die Beziehung der Menschen zueinander und zu Gott beschrieben. Genussvolle Bilder, die deutlich machen, dass in der Beziehung zu Gott und zum Partner/zur Partnerin, zum Mitmenschen das Leben sinnvoll wird.

Genuss im Miteinander kann dazu führen,

- dass ich mich besser kennenlerne
- dass ich erkenne, was ich habe und dieses dann auch wertschätze
- dass ich selbstbewusst werde, weil der/die andere meine eigene Art gelten lässt
- dass ich mit anderen Augen auf bestimmte Dinge schaue und Lebensabläufe schaue.

Die Fastenzeit wird oft angesehen als eine Zeit des Verzichts, aber vielleicht können wir die Zeit auch verstehen als eine Zeit der Achtsamkeit. Wir achten aufeinander, wir lassen dem/der anderen seinen/ihren Lebensraum. Wir nehmen uns die Zeit, um bei Gott zu sein (Gottesdienst oder bewusste Auszeit am Tag).

Achtsamkeit aber auch als „bewusste(re)s“ Leben: Auf die Dinge achten, die mein Leben ausmachen, nicht blindlings durch den Alltag hasten, um alles geregelt zu kriegen, sondern die Dinge um mich wahrnehmen: Sonne und Wind, Wärme und Kälte, die Zeit, die Stille, die Geräusche und Gerüche, Veränderungen in der Umgebung, die Feinheiten am Weg ... Kennen Sie das, wenn Ihnen plötzlich etwas ins Auge fällt, woran Sie schon zigmal vorbeigelaufen sind, ohne es zu bemerken? Fastenzeit, Zeit der Achtsamkeit – mit allen Sinnen.

Ein Leben im Sinne Gottes ist kein Leben nach strengen Regeln, sondern ein Leben in Beziehung und in der Freude am Dasein!

Das Leben genießen heißt spüren, dass ich existiere mit Haut und Haaren.
Ein guter Gedanke für die Fastenzeit!

Lieder aus dem Gotteslob

273 - O Herr, nimm unsre Schuld; **818** - Meine Zeit steht in deinen Händen; **827** - In der Mitte der Nacht; **831** - Liebe ist nicht nur ein Wort; **836** - In jedem Wind, in jedem Sturm; **837** - Wie groß sind deine Werke, Herr; **842** - Keinen Tag soll es geben

Gebete aus dem Gotteslob

19,2 - Sonnengesang; **19,3** - Öffne meine Augen, Gott; **11,1** - Herr meiner Stunden und meiner Jahre; **13,5** - Du Gott des Aufbruchs

Sinnvoll leben

19. Gebetsanregung Februar 2016