



Ein Gespräch im Sozialraum unserer Bürogemeinschaft in Münster. Irgendwo schellt ein Telefon, alle schauen auf das Telefon im Sozialraum, ob ein Name aufleuchtet. Aber dem ist nicht so. „Es gibt doch auch noch Räume, wo ich mal hingehere, ohne das Telefon mitzunehmen.“ „Ich kenne Menschen, die nehmen ihr Telefon sogar mit ins Bad, wenn sie duschen!“ „Dann höre ich das Telefon doch sowieso nicht!“

Überall erreichbar sein? Ist das wünschenswert?

Ich brauche auch mal Zeiten, in denen ich nur für mich erreichbar bin!

Die Apostel versammelten sich wieder bei Jesus und berichteten ihm alles, was sie getan und gelehrt hatten. Da sagte er zu ihnen: Kommt mit an einen einsamen Ort, wo wir allein sind, und ruht ein wenig aus. Denn sie fanden nicht einmal Zeit zum Essen, so zahlreich waren die Leute, die kamen und gingen. (Mk 6, 30-31)

Keine Ruhe und keine Zeit, das ist scheinbar kein neuzeitliches Phänomen. Schon die Apostel kennen dieses Gefühl – ausgesetzt für alle Zeiten, keine Ruhe, keine Zeit für sich selbst!

Wie verschaffe ich mir solche Zeiten des Unerreichbar seins?

Handy ausschalten, Telefon leise stellen, Mails nur einmal am Tag checken, Türe schließen und einfach auch mal die Schelle überhören: Jetzt bin ich da – für mich! **Nur für mich!**

Und wenn das schlechte Gewissen sich regt? „Kommt mit an einen einsamen Ort, wo wir allein sind, und ruht ein wenig aus.“ Das ist die Erlaubnis unseres Herrn Jesus, dem Christus. Ich darf solche Zeiten der Ruhe und des Alleinseins für mich planen, damit ich Lust bekomme, wieder am Leben teilzunehmen.

Ich darf sogar bei aller Beanspruchung durch die digitalen Medien einfach mal Pause machen!

Auch für den Chef nicht erreichbar sein!

Herr, unser Gott! Zeit nur für mich – wie oft wünsche ich mir die und finde sie doch nicht. Zuhause schaut mich an, was alles liegengeblieben ist, weil ich nach der Arbeit zu müde dazu bin. Frau und Kinder warten darauf, dass ich Zeit für sie habe. Die Liste der Freunde, die ich schon lange nicht mehr in Ruhe gesehen habe, wird länger und so viele reizvolle Unternehmungen schieben wir schon länger vor uns her, weil es neben der Arbeit einfach nicht passt. Wenn das Handy schweigt, melden sich die vielen ungetanen Dinge. Selbst die Urlaubswochen sind zu kurz, um all das aufzuholen. – Zeit nur für mich, wie schön wäre das! Herr, schenke mir Gelassenheit! Lass mich Freiräume finden. Lass mich das Handy abschalten und die Gedanken an so viel anderes, damit ich bei mir – und vielleicht auch bei dir – ankommen kann.

Fürbitten für die Ferienzeit

Gott, in diesem Monat beginnt die Ferienzeit, Reisezeit für viele Menschen. Die Zeit, in der manches im Land langsamer, ruhiger läuft als in den anderen Monaten. Dich bitten wir

- segne und schütze alle, die in diesen Wochen auf Reisen gehen.
- hilft denen, die zu Hause bleiben, Ruhe und Freiräume zu genießen
- lass die Reisenden mit offenen Augen und wachem Herzen neue Länder und Lebensräume entdecken
- steh allen bei, die in diesen stressigen Wochen im Reiseverkehr Dienst tun, auch in Stoßzeiten aufmerksam und gelassen zu bleiben
- lass alle gute Erholung finden, die sie suchen und brauchen
- lass alle Ferienfreizeiten für Kinder und Jugendliche gut gelingen
- segne alle, die arbeiten müssen, während viele Kolleginnen und Kollegen Urlaub machen

Gott, nur wer nach der Erschöpfung neue Kraft schöpfen kann, kann schöpferisch deine Schöpfung mitgestalten. Gib, dass auch Ruhe und Erholung in dir ihren Anfang nehmen und durch dich vollendet werden. Amen.

Lieder / Texte aus dem Gotteslob

GL: 11,1 Herr meiner Stunden / **13,4 und 5** vor einer Reise / **16,3** Im Arbeitsalltag / **380,10** Alle Tage, wollen wir ... / **392** Lobet den Herren (bes. 3.-5.) / **399** Gott loben in der Stille / **405** Nun danket alle Gott / **451** Vom Aufgang der Sonne / **421** Mein Hirt ist Gott der Herr / **424** Wer nur den lieben Gott lässt walten / **466,1** Dich, Gott, loben Raum und Zeit / **468** Gott hat uns diese Erde gegeben, dass wir auf ihr die Zeit bestehn / **808** Meine Zeit ...

Arbeit. Macht. Sinn.

6. Gebetsanregung Juli 2018