

Kleines sehen

statt übergehen



Kleines sehen statt übergehen

DER ERSTE SCHRITT

➤ Ich lasse Bild und Text dieser Impulskarte eine Weile auf mich wirken und nehme wahr, welche Gedanken, Erinnerungen, Gefühle die Karte ganz unmittelbar bei mir auslösen. – Ich öffne mich bewusst für die vor mir liegende Zeit, diesen Tag und die anstehenden Begegnungen. Ich suche mit den Augen in meinem Umfeld nach dem kleinsten Gegenstand, den ich entdecken kann und betrachte ihn von allen Seiten.

WEGBEGLEITER TO GO

➤ Meine Aufmerksamkeit dem Kleinen widmen – dazu kann heute die Handycamera einen Beitrag leisten. Ich gehe durch den Tag und halte Ausschau nach dem Kleinen, dem Winzigen, dem Unscheinbaren... Ich mache ein Foto und betrachte es in allen Details und mit dem Gedanken: „Die Welt ist Gottes so voll.“
(nach Alfred Delp SJ)

BIBLISCHE UNTERBRECHUNG

➤ „Wer sich so klein macht wie ein Kind, der...“ Eine seltsame Aussage. Jesus gibt den Kleinen Ansehen, den Schutzlosen, den Unmündigen, die damals keine Lobby hatten. Er macht sie groß. Liebe macht sie groß. Auch mein „Kleinsein“ darf ich zulassen. Gott schaut mich an, er verleiht mir Ansehen. Wie geht es mir mit einem solch liebenden Blick? – Der Text steht im Matthäus Evangelium (Kapitel 18, Verse 1–4).

EIN BLICK ZURÜCK

➤ Am Ende des Tages oder nach einer Gebetszeit frage ich mich: Wenn ich meine Fotos oder Erinnerungen der kleinen Dinge dieses Tages betrachte (Worte, Bilder, Gefühle, Gegenstände...), was hat mich heute berührt? Ich nehme wahr, was ich gerade spüre und kann dies mit meinen eigenen Worten mit Gott ins Gespräch bringen oder verweile einige Augenblicke in der Stille.

AUSTAUSCH & NACHTGEBET

➤ Die Erfahrungen des Tages können im Austausch mit anderen geteilt werden oder in ein persönliches Nachtgebet münden.



Biblische Unterbrechung

Matthäus 18, 1 – 4

- 1 | In jener Stunde kamen die Jünger zu Jesus und fragten: Wer ist denn im Himmelreich der Größte?
- 2 | Da rief er ein Kind herbei, stellte es in ihre Mitte 3 | und sagte: Amen, ich sage euch: Wenn ihr nicht umkehrt und werdet wie die Kinder, werdet ihr nicht in das Himmelreich hineinkommen.
- 4 | Wer sich so klein macht wie dieses Kind, der ist im Himmelreich der Größte.



Anregung für die Gestaltung der biblischen Unterbrechung

VORBEREITUNG

➤ Ich suche mir einen passenden Ort und komme dort an. Es kann eine Hilfe sein, einige Momente auf den eigenen Atem zu achten oder ein vertrautes Gebet zu sprechen.

BETRACHTUNG DES BIBLISCHEN TEXTES

➤ Ich lese mir den Text durch. Vielleicht stelle ich mir die Szene des ausgewählten Bibeltextes bildlich vor: wie auf einer Bühne baue ich mir die Handlung vor dem inneren Auge auf. Auch kann ich mir einen Platz in diesem Geschehen suchen.

➤ Ich achte darauf, wie es mir in diesem Moment geht und was der Text in mir auslöst oder wonach ich mich sehne. Vielleicht kann ich Gott das sagen oder mit ihm ins Gespräch kommen. Es ist das wichtig, was mich gerade beschäftigt, was mich berührt oder bewegt.

ABSCHLUSS

➤ Gegen Ende der Gebetszeit nehme ich mir noch einmal einige Momente der Stille. Ich kann diese Zeit mit einigen bewussten Atemzügen oder einem Kreuzzeichen beenden. Vielleicht notiere ich mir mit einigen Stichworten, was mir gerade wichtig ist.
