

Das Glück

Der Nachtwächter eines kleinen Dorfes fand bei seinem abendlichen Rundgang ein vierblättriges Kleeblatt. Das konnte nur Glück bedeuten. Voller Freude blies der Wächter in sein Horn und rief das ganze Dorf zusammen. „Das Glück kommt heute Nacht“, verkündete der Nachtwächter. „Seht, was ich gefunden habe!“ Alle aus dem Dorf setzten sich zusammen auf die Erde. Sie lauschten in das Dunkel und warteten auf das Glück, das in dieser Nacht kommen sollte.

Auf einmal sahen und hörten sie Dinge, die sie zuvor nie gemeinsam erlebt hatten: Eine Sternschnuppe zog ihre Bahn über den Himmel. Eine Nachtigall klagte im Gestrüpp. Die Sichel des Mondes lag wie eine Kinderwiege auf der Seite. Ein sanfter Wind umstreichelte sie. Eine tiefe Ruhe breitete sich aus.

Als nach Stunden der Morgen dämmerte, sagte einer aus dem Dorf ganz leise und vorsichtig, aber alle konnten ihn verstehen: „Wahrhaftig, das Glück ist über Nacht zu uns gekommen.“

1. Hören

Ankommen

mein Eröffnungsgebet

Gesammelt da-sein

meine Stilleübung

Tagesimpuls und Betrachtung

Bild von Ernst Barlach: „D e r H ö r e n d e “

Ich nehme mir ausreichend Zeit (mindestens 10-15 Minuten) und lasse das Bild auf mich wirken: Was sehe ich? Welche Empfindungen löst das Bild in mir aus? Welchen Namen gebe ich dem Bild? Welche Verbindung zu meinem Alltag erkenne ich? Ich werde selbst ein „Hörender“ - äußere Geräusche hören - die Stille dahinter hören - nach innen hören - ganz „Ohr“ sein.

Beobachtungsaufgabe und Sinnübung:

In meiner Mitwelt höre ich täglich viele Geräusche, Stimmen, Töne, Signale,... Was höre ich den ganzen Tag? Wie höre ich die Stimmen, die Geräusche, das Leise...? Höre ich ganz hin? Wohin wende ich mein Ohr gerne? In welchen Situationen „spitze“ ich meine Ohren? Was möchte ich lieber nicht hören? In dieser Woche übe ich mich im bewußten Hinhören. Ich nehme wahr, was das Hören und das Gehörte in mir auslöst. Vielleicht höre ich ganz bewußt auf die Stimme mir vertrauter Menschen. Ich höre aufmerksam auf einen guten Text oder ein Wort der Bibel. Ich tue meinem Ohr etwas Gutes und lausche zarter Musik.



Gebet in den Tag

Laß mich das Wort hören
das andere in mein Ohr prägen
damit ich verstehe
Laß mich die Stimme erkennen
die mit ihren Zwischentönen mich lockt
damit ich höre
Laß mich der Melodie lauschen
die meine Seele zum Tanzen bringt
damit ich lebe
Laß mich dich selbst erkennen
du ewiges Wort damit dein Klang Raum findet in mir
und mein Leben zur Antwort wird

Was nehme ich heute mit

Was möchte ich mir in Erinnerung behalten
und deshalb aufschreiben?

Wirklich hören
heißt achtsam
leben
Hören kann
eine Form
der Liebe sein

