

Tagesimpuls von Freitag, 1. Mai 2020

Von Pastoralreferentin Charlotte Dere



Foto: Max Anderson - Unsplash

Nach Wochen in der Corona-Zeit werde ich kritischer. Aussagen, die die Corona-Zeit positiv und geistlich zu deuten, helfen mir gerade nicht. Langsam bin ich der anhaltenden Einschränkungen müde. Ich stelle bei mir eine Veränderung fest:

Fand ich den Gedanken, die Corona-Zeit als eine Art Exerzitienzeit zu nutzen, vor einigen Wochen noch interessant, gilt das heute nicht mehr. Zu groß ist meine Sehnsucht nach der „alten“ Freiheit, nach Gemeinschaft und Nähe.

Zwar lebt die Idee der Exerzitien von Einschränkung: ganz bewusst sich dem Alltäglichen und dem äußeren Erleben entziehen um sich so Gott zuzuwenden. Mir sind in Exerzitien die Zeiten der Stille wichtig, denn dann erschließt sich mir die Welt und Gottes Wort neu. In meinem Studium an der Frankfurter Hochschule Sankt Georgen habe ich an jährlich Exerzitien teilnehmen können. Die Spiritualität des Ordensgründers Ignatius von Loyola hat mich mehr und mehr geprägt.

Für mich macht es heute aber einen großen Unterschied, ob ich mich freiwillig auf einen solchen Prozess einlasse – oder ob es „angeordnet“ ist. Zu Beginn der Corona-

Krise fand ich es spannend auf welche neuen Erfahrungen ich stoße, weil der Alltag sich komplett verändert hat.

Der gänzlich veränderte Ablauf, den die ersten Corona-Wochen mit sich gebracht hatten, und den ich neugierig verfolgt habe, ist für mich mittlerweile eine Art „neuer“ Alltag geworden. Und auch das bedeutet vor allem ein mehr an Herausforderungen und Organisation. Zeiten der Stille und der Muse, Zeiten nur für mich sind knapp.

Heute tut mir ein anderer Zugang gut: In der Ohnmacht Gott zu spüren. In meinem Leben, mit den Beschränkungen und Befürchtungen, mit dem Gefühl einer ungewollten Enge, gibt es trotzdem einen Platz für Gott. Eine Platz für mich, meine Sorgen und Begrenzungen mit Gott zu teilen.

In der ignatianischen Spiritualität finde ich eine Gebetsform, die sich für mich auch in Corona-Zeiten bewährt. Das abendliche Gebet der liebenden Aufmerksamkeit. Gerne möchte ich heute diese mit Ihnen und Euch teilen.

Am Abend - Gebet der liebenden Aufmerksamkeit

- Ich werde still und spüre meinen Atem
- Ich nehme wahr, wie ich da bin
- Ich richte mich innerlich auf Gott/Jesus aus, so wie mir das jetzt möglich ist
- Ich bitte, dass er mir hilft, mich und meinen Tag mit offenen Augen und Ohren wahrnehmen zu können.
- Was bewegt und berührt mich jetzt von dem, was ich heute erlebt habe?
- Gottes liebevoller Blick erinnert mich daran, selbst liebevoll zu sein.
- Möglichst ohne Wertung und Urteil blicke ich auf diesen Tag
- Wo habe ich mich ermutigt – getröstet – hoffnungsvoll erlebt
- Und wo eher misstrauisch – ängstlich – entmutigt?
- Ich bringe Bitte – Dank – Klage – Lob vor Gott/Jesus, wie im Gespräch mit einem Freund, einer Freundin
- Ich denke an morgen und vertraue Gott den kommenden Tag an.