

# PR



# FIIL

die Spur im  
Alltag

die Monats-Geh-Hilfe der *action spurensuche*

Ausgabe 78 / Sonntag, 8. März 2009/ 2 Seiten

## Gebetsgebärde - Sich verbeugen

Neben dem aufrechten Stehen vor Gott kennen alle Völker Gebetsgebärden, in denen der Mensch sich vor Gott verneigt und sich vor ihm kleiner macht, indem er vor ihm niederkniet oder gar niederfällt. All diese Gebärden drücken die Ehrfurcht vor dem Geheimnis Gottes aus. Und es sind Gebärden der Anbetung. In der Anbetung hört der Mensch auf, Gott um etwas zu bitten. Er schaut nicht mehr auf sich, sondern nur auf den unendlichen Gott, vor dem er sich verneigt oder niederfällt. In dieser Gebärde lassen wir das Kreisen um uns los, wir hören auf, uns zu loben und zu tadeln, wir gehen ganz auf in der Gebärde vor dem großen Gott. Weil er uns ergriffen hat, weil seine Gegenwart so mächtig ist, verbeugen wir uns vor ihm. Indem wir nicht mehr auf uns schauen, sondern auf Gott, werden wir wirklich frei von uns. Wir erfahren, dass unsere Vollendung darin besteht, uns selbst vergessen zu können und nur noch von Gott erfasst und erfüllt zu sein. Dann sind wir ganz gegenwärtig, ganz da, ganz wir selbst. Dann treffen die Verse Tersteegens zu: „Gott ist in der Mitten. Alles in uns schweige und sich innigst vor ihm beuge.“ Wenn alles in uns schweigt, weil Gott so dicht vor uns steht, dann sind wir wirklich angekommen, dann sind wir daheim.

Aus: Gebetsgebärden von Anselm Grün/ Michael Reepen

### Die Fußwaschung

Es war vor dem Paschafest. Jesus wusste, dass seine Stunde gekommen war, um aus dieser Welt zum Vater hinüberzugehen. Da er die Seinen, die in der Welt waren, liebte, erwies er ihnen seine Liebe bis zur Vollendung. Es fand ein Mahl statt, und der Teufel hatte Judas, dem Sohn des Simon Iskariot, schon ins Herz gegeben, ihn zu verraten und auszuliefern. Jesus, der wusste, dass ihm der Vater alles in die Hand gegeben hatte und dass er von Gott gekommen war und zu Gott zurückkehrte, stand vom Mahl auf, legte sein Gewand ab und umgürtete sich mit einem Leinentuch. Dann goss er Wasser in eine Schüssel und begann, den Jüngern die Füße zu waschen und mit dem Leinentuch abzutrocknen, mit dem er umgürtet war.



## Meditation

Ich stehe aufrecht und entspannt und verbeuge mich langsam und tief, so dass ich die Bewegung in meiner Wirbelsäule wahrnehmen kann.

Beim Wiederholen dieser Verbeugungen hole ich mich aus aller Zerstreutheit heraus und wecke die Sehnsucht nach der Nähe Gottes, in die ich mich fallen lasse, damit Gott mich auffangen kann.

Ich vergesse mich mit meiner Fremdheit und Ungeduld, und bete Gott an, wie er sich zeigt.

Meine Hände und mein Herz werden frei von selbstgemachten Götzenbildern.

Ich beuge mich vor der Majestät Gottes und ich neige mich vor den geringsten und unscheinbarsten Brüdern und Schwestern, in denen ich Gott konkret lieben kann.

Ich neige mich, wie Christus sich zu den Füßen der Jünger neigte und ihnen die Füße wusch.

Ich beuge mich wie der mitleidende Dominikus über die menschliche Schwäche, Armut und Sünde, indem ich vergebe und mich versöhne.

Diesen Dienst kann ich vollbringen mit Jesus, der meine Last und Schuld auf sich nahm.

Dann verehere und verherrliche ich die Heiligkeit Gottes und seine Kraft, die in der Schwachheit mächtig wird.

Aus: Die Gebetshaltungen des heiligen Dominikus, Meditationen von P. Vladimir · J. Koudelka

Lass blind mich, Herr, die Wege gehen, die deine sind.  
 Will deine Führung nicht verstehen, bin ja dein Kind.  
 Bist, Vater der Weisheit, auch Vater mir.  
 Führst durch Nacht mich auch, führst doch zu dir.  
 Herr, lass geschehn, was du willst, ich bin bereit.  
 Auch wenn du nie mein Sehnen stillst in dieser Zeit.  
 Bist ja du der Herr der Zeit, das Wann ist dein.  
 Das ewge Jetzt, einst wird es mein.  
 Mach alles wahr, wie du es planst in deinem Rat.  
 Wenn still du dann zum Opfer mahnst, hilf auch zur Tat.  
 Lass übersehn mich ganz mein kleines Ich,  
 dass ich, mir selber tot, nur leb' für dich.

HI Edith Stein

Termine	<b>Österlicher Besinnungstag</b> <b>„Jubelt, die ihr im Staubland wohnt!“ (Jes 26,19)</b> Samstag, 18. April 2009-02-28 9.30 – 16.00 Uhr, Jeningenheim Ellwangen	<b>Abendgebet</b> am Grab von Pater Philipp am Mittwoch, 18. März 2009 um 19 Uhr
Impressum	PROFIL erscheint monatlich und soll vorzugsweise am 8. jeden Monats zu einer Zeit der Stille und Meditation einladen. PROFIL Ausgabe 78 wurde von Irmgard Nagl erstellt. Auf Wunsch wird PROFIL kostenlos zugesandt. Für Rückfragen wende dich einfach an die action spurensuche, Kath. Pfarramt St. Vitus, Priestergasse 11, 73479 Ellwangen, Tel. 07961/3535, www.action-spurensuche.de. Wer die Arbeit der action spurensuche finanziell unterstützen will: Pfarramt St. Vitus, Kennwort „action spurensuche“ VR Bank BLZ 61491010, Kto.-Nr. 201127008, KSK Ostalb BLZ 61450050, Kto.-Nr. 110621836	