



ganz schön zerbrechlich

—

du mein ebenbild

Zum Anfang – eine Einführung

Wir freuen uns, dass Sie an unserem siebten *Projekt Fastenzeit* teilnehmen. Das Thema setzt sich aus zwei Teilen zusammen, die durch einen Bindestrich miteinander verbunden sind.

Ich möchte an den einzelnen Worten des Themas entlanggehen, um Sie auf unsere Vorüberlegungen und unsere Intentionen einzustimmen, denn jedes Wort bekommt seinen eigenen Brief – seinen eigenen Stellenwert.

GANZ

Sind wir *ganz*? Was bedeutet *ganz sein*? Ist dies ein anderes Wort für *heil sein*? Ist *vollkommen sein* und *ganz sein* dasselbe oder ähnlich oder unterscheidet es sich sehr? Sind wir *ganzheitliche* Menschen? Und was könnte dies heißen? Vielleicht könnte *ganz* auch im Sinne von *umfassend* verstanden werden? Oder verstehen wir es mehr im Sinne von *ziemlich*?

Ich bin auf der Spurensuche.

Zu was lädt mich dieses Wort ein?

SCHÖN

In unserem Satzzusammenhang kann das Wort *schön* mindestens in zwei Zusammenhängen verstanden werden. Es könnte um *schön sein*, um *Schönheit* gehen oder es könnte im Sinne von *heftig* gebraucht werden und eine Steigerung andeuten, wie bei „*ganz schön schnell*“. Was ist gemeint? Wir sind *ganz schön zerbrechlich* als Menschenwesen, wir sind gleichsam (*ganz*) *schön*. *Schön sein* bedeutet ja mehr als äußerlich schön sein, Letzteres ist Moden

unterworfen und Ansichtssache. Aber: Kann ich zu meiner ureigenen *zerbrechlichen Schönheit* stehen?

ZERBRECHLICH

Ich bin als Mensch zerbrechlich, gefährdet, manchmal gebrechlich. Ein kleiner Zwischenfall, ein Unfall oder eine Krankheit macht unsere Zerbrechlichkeit deutlich. Manchmal vergessen wir unsere Zerbrechlichkeit und dies ist gut so. Denn wir können auch robust und widerstandsfähig leben. Beides gehört zusammen. Und damit sind wir beim

BINDESTRICH

Der Bindestrich bekommt seinen eigenen Brief. Er wird zum *Verbindungsstrich*. Er fügt Dinge zusammen, die zusammengehören, und auch die, die scheinbar nicht zusammengehören. Wie viel würden wir im Leben gewinnen, wenn wir mehr miteinander verbinden, statt es voneinander zu trennen? Übrigens: der Bindestrich ist mit dem **und** verwandt.

DU

Für Martin Buber ist DU die Anrede der göttlichen Wirklichkeit, die sich als Geheimnis nicht anders bezeichnet lässt. In unserem Text ist *du* aber auch die Anrede der göttlichen Wirklichkeit an den Menschen. Es bleibt offen, wer wen mit *du* anspricht: Spricht Gott den Menschen an? Spricht der Mensch Gott an?

MEIN

Ist das Wörtchen *mein* besitzanzeigend? Bezeichnet es (m)eine Beziehung? Ist es Zuspruch oder Vereinnahmung? Oder beides? Ist es Ausdruck einer Partnerschaft? Oder eher einseitig ein Anspruch oder Zuspruch?

EBENBILD

Ein unmodernes, ungewohntes Wort. Was ist ein Ebenbild? Ein Bild wovon? Ein Bild vom Gegenüber, vom Freund, von der Freundin? Was sagt dieses Wort (zu) mir?

Ist es mehr ein Geheimnis oder kann es klarer umschrieben werden, wenn Gott den Menschen als sein Ebenbild schuf?

Eine gute Zeit mit dem Projekt wünscht Ihnen das ganze Team!

Rüdiger Maschwitz,
Pfarrer i.R., Dipl.-Pädagoge für EB,
Kontemplationsbegleiter EKIR.

Der Umgang mit den Impulsen

Einige werden mit diesem Projekt und seinen Impulsen ihre Meditationspraxis vertiefen, andere suchen eine Zeit der Stille und des Innehaltens. Manche sind durch das Thema angesprochen und wieder andere werden durch die Lieder oder Gebärden inspiriert.

Nehmen Sie aus den Briefen das auf, was Ihnen jeweils wichtig ist.

Auf der ersten Seite finden Sie einen **Thematischen Impuls**, eine **Anleitung zur Stille** und einen **Segen**. Auf der zweiten Seite/Rückseite finden Sie einen kurzen Text, der Sie durch die jeweilige Woche begleiten kann.

Wenn es möglich ist, wählen Sie einen festen Zeitpunkt für Ihre persönliche Zeit aus. Für viele Menschen ist der Beginn des Tages gut geeignet oder wenn Sie zuhause ungestört sind.

Wir könnten uns beispielhaft folgenden Ablauf vorstellen:

- **Beginnen Sie mit der Gebärde.**
- **Nehmen Sie sich 10-15 Minuten Zeit zur Stille.**
- **Beenden Sie die Stille mit dem Vaterunser oder einem Lied und dem abgedruckten Segen.**

Nehmen Sie das auf, was Sie fördert, und lassen Sie das, was Sie hindert.

