



Verwundet

25.03. – 31.03.2026

Thematischer Impuls

In der jüdischen Tradition ist die Idee von Tikkun Olam bekannt: die ‚Reparatur der Welt‘. Die frühe Kirche nannte es die Wiederherstellung aller Dinge. Dies beginnt als aktive Liebe. Die Narben und Skandale in unserem Leben, so der Kirchenlehrer Origenes, haben eine tiefe Bedeutung. Unsere Verletzungen werden zu ‚gesundheitsfördernden Wunden‘, zur Quelle unserer individuellen spirituellen Begabung, die die Arbeit prägt, zu der wir in der Welt berufen sind. Es sind diese Wunden, die zu Weisheit führen und uns lehren, wie wir die Welt lieben und heilen können.

Heil / Heilung geschieht, wo Menschen Mitgefühl und Mitleiden lernen und praktizieren. ChristInnen finden diese Haltung im Reich Gottes. Dieser Be-Reich Gottes zeichnet sich aus durch Güte, Großzügigkeit, Erbarmen und Heilung. Es gibt niemanden, der außerhalb der Liebe des Heiligen steht, den Jesus ‚Vater‘ nannte.

Mitgefühl verändert alles. Es heilt das Zerbrochene und stellt das Verlorene wieder her; es bringt die zusammen, die sich entfremdet oder nicht geahnt haben, miteinander verbunden zu sein; es entspringt der Verletzlichkeit und triumphiert in der Einheit; es erfordert Verbundenheit der Seele mit der Erde, eine

Verbundenheit von Mensch zu Mensch und einen Fluss der Liebe von Herz zu Herz; es wird verwirklicht, wenn wir uns miteinander verbunden fühlen: eine Verbundenheit unsrer Menschlichkeit trotz unserer Einschränkungen.

Anleitung zur Stille

Der afroamerikanische Philosoph, Theologe, Bürgerrechtler Howard Thurman (1900–81) betont, dass einer der wichtigsten Aspekte der Heilung darin besteht, seine Verletzungen Gott anzuvertrauen.

(Siehe Text für die Woche)

Atmen Sie einige Male langsam und tief durch, um den Körper zu beruhigen und den Geist zur Ruhe zu bringen. Lesen Sie die Worte langsam, nachdenklich, laut oder in der Stille Ihres Herzens.

Segen

Jesus, berühre mich

Jesus, ich komme zu dir, berühre mich.
 Mein Herz halte ich dir hin, berühre mich.
 Meine Wunden halte ich hin, berühre mich.
 Berühre meine Wunden, berühre mich.
 Jesus, durch dein Mitleiden werde ich heil,
 Jesus, berühre mich immer wieder.
 Berühre meine Augen, damit ich sehe
 Berühre meine Augen, damit ich sehe
 die Wunden in meinem Leben.
 Berühre mein Herz, damit ich spüre.
 Berühre mein Herz, damit ich spüre
 deine Liebe Tag für Tag.
 Berühre mein Herz, damit ich lebe.
 Berühre mein Herz, damit ich liebe.
 Berühre mein Herz,
 damit ich liebe, wie du
 und so dir immer ähnlicher werde.

*Joachim Schick,
 Theologe,
 Mitglied der Bewegung
 „vivere-Leben aus franziskanischer Inspiration“
 franziskanisch symbadisch con-vivere*

Text für die Woche

Unser kleines Leben

**Unser kleines Leben,
unsere großen Probleme –
all das legen wir auf Deinen Altar!**

Die Ruhe in Deinem Tempel der Stille
weist uns immer wieder zurück:

Manchen von uns fehlt die innere Disziplin,
beim Warten ausdauernd zu bleiben,
und der Verstand weist das lautlose
Eindringen Deines Geistes zurück.

Manchen fehlt der Wille, dir das anzubieten,
was im Mittelpunkt ihrer Gedanken steht –
die Verwirrung ist so offensichtlich,
dass sie keinen Ansatzpunkt haben,
an dem sie sich festhalten können.

Manchen stören die Übel der Welt die
Konzentration und zerstreuen den Fokus
auf ihre Vorsätze

Wir wissen nicht, wie wir das tun sollen,
was wir tun können.

Wir wissen nicht, wie wir so sein sollen,
wie wir sein können.

**Unser kleines Leben,
unsere großen Probleme –
all das legen wir auf Deinen Altar!**

Hauche uns an mit dem Traum,
den du für uns hast,
auf dass unsere Herzen wieder glühen
von dem Licht deines Altares.

Gib uns alles, was unsere Seelen brauchen:
Erschütterung, Leben, Befreiung,
damit wir Kraft für den heutigen Tage finden
– Mut und Hoffnung für morgen.

Im Vertrauen bleiben wir
in Deiner stärkenden Gnade.

Sie ermöglicht uns
den Triumph in der Niederlage,
den Gewinn im Verlust und
die Liebe im Hass.

Wir freuen uns, heute sagen zu können:

**Unser kleines Leben,
unsere großen Probleme –
all das legen wir auf Deinen Altar!**



*(Quelle: Howard Thurman, Meditationen des
Herzens (Beacon Press: ©1953, 1981), S. 83–84)*