



## ... und sie erkannten IHN

Exerzitien im Alltag auf dem Weg,  
eine Kirche des Teilens zu werden

## Impressum ... und sie erkannten IHN

---

Exerzitien im Alltag auf dem Weg,  
eine Kirche des Teilens zu werden

Herausgegeben vom  
Zentrum für Glaubensvertiefung  
und Spiritualität im Bistum Mainz

Redaktion  
Martina Patenge, Dr. Bernhard Deister,  
Pfr. Walter Mückstein

Zu beziehen über  
Zentrum für Glaubensvertiefung  
und Spiritualität  
Postfach 11 50 - 55381 Bingen  
☎ 06721/18575-11 \* 📠 -10  
Glaubensvertiefung@Bistum-Mainz.de  
www.exerzitien-im-alltag.info

Bild auf der Titelseite:  
Figur „Christus“ von Karlheinz Oswald  
im Dom zu Mainz

2

## Inhaltsübersicht ... und sie erkannten IHN

---

Einladung unseres Bischofs	4
1. Woche: Kirche sein	6
2. Woche: Leben teilen	16
3. Woche: Glauben teilen	24
4. Woche: Ressourcen teilen	32
5. Woche: Verantwortung teilen	40
Impuls zur Christusfigur von Karlheinz Oswald	49
Endnoten und Quellenverzeichnis	50

Ergänzend zu diesen inhaltlichen Impulsen können Sie beim Zentrum für Glaubensvertiefung und Spiritualität ein Heft (DIN lang, 15 Seiten) mit methodischen Hinweisen bestellen. Preis: 0,15 € plus Porto

## Einladung unseres Bischofs Peter Kohlgraf ... und sie erkannten IHN

---

Liebe Schwestern und Brüder im Glauben,  
wie wollen und können wir heute und 2030  
unser Christsein leben?

Um das herauszufinden, lade ich Sie zu einem  
gemeinsamen pastoralen und geistlichen Weg  
ein. 2030 wird unsere Kirche in vielerlei Hin-  
sicht eine andere sein. Dabei wünsche ich mir,  
dass wir immer mehr eine Kirche des Teilens  
werden. Diese Exerzitien im Alltag möchten  
Ihnen dazu geistliche Impulse geben.

Viele engagierte Christinnen und Christen sind  
von unserer Kirche enttäuscht und sehen ihre  
Entwicklung in diesen Tagen mit Sorge. Sie  
fragen sich, ob das noch ihre Kirche ist, mit  
der sie in eine ungewisse Zukunft gehen wol-  
len. Gerade auf diesem Hintergrund erhoffen  
wir uns von dem Pastoralen Weg auch eine  
gute Entwicklung und Erneuerung unserer Kir-  
che. Dies kann nur gelingen, wenn wir ge-  
meinsam zuversichtlich aufbrechen.

Bevor in diesen Exerzitien die vier Aspekte  
des Teilens in den Blick kommen, die ich in  
meinem Hirtenbrief 2019 näher beschrieben  
habe, sind Sie eingeladen, dem nachzuspüren,  
was es für Sie / für uns bedeuten kann, hier  
und heute Kirche zu sein.

## 1. Woche - Einführung

### Kirche sein – Kirche werden

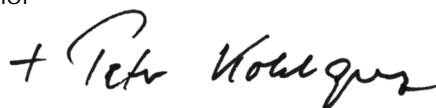
---

Gemeinsam unterwegs sein, Leben, Glauben, Ressourcen miteinander teilen, Jesus erkennen und Verantwortung übernehmen in Gemeinde, Pfarrei und Bistum: das sind dann die Themen der Wochen 2 bis 5. Sie werden gebündelt in der Erfahrung der Jünger von Emmaus. „Da erzählten auch sie, was sie unterwegs erlebt und wie sie ihn erkannt hatten, als er das Brot brach.“ (Lk 24,35)

Die Lebenshingabe Jesu für uns (symbolisiert im gebrochenen Brot) kann auch uns zum miteinander Teilen befreien und ermutigen. Auch für uns wird Jesus immer wieder gegenwärtig und erfahrbar, wo immer wir bereit sind zu teilen. Frei nach Matthäus 25,40: Was ihr mit einem meiner geringsten Schwestern und Brüder geteilt habt, das habt ihr mit mir geteilt. So hat es ja auch der heilige Martin erfahren, der Patron unseres Bistums Mainz.

Ich lade Sie nun ein, sich Zeit zu nehmen, all dem Tag für Tag nachzuspüren, damit zu beten und sich mit anderen darüber auszutauschen. Vielleicht leuchtet dann etwas davon auf, wie wir heute und 2030 unser Christsein leben wollen und können.

Ihr Bischof



5

Wie groß ist die Berufung, wie armselig oft die Antwort des Menschen, auch meine Antwort. Heilig sein meint dann aber auch, dass Gott uns nicht fallen lässt, dass es die Möglichkeit zur Neuorientierung und zum Neubeginn gibt. Gott bleibt treu, gerade wenn wir umkehren müssen. ... Gott möge uns helfen, wieder heilig zu leben und wirklich katholisch zu sein, dass die Menschen, die uns begegnen, ihre Würde erfahren und ihren eigenen Weg als Kinder Gottes gehen lernen können.“<sup>1</sup>

Diese Exerzitien im Alltag wollen eine Hilfe zu der oben angesprochenen „Neuorientierung und zum Neubeginn“ sein. Vom Neuen Testament her kann uns eine Stelle aus dem Epheserbrief dazu Impulse geben.

Wir haben sie auf der folgenden Seite abgedruckt.

Es lohnt sich, diese Stelle mehrmals am Stück zu lesen. In den Impulsen dieser Woche greifen wir einige Verse daraus auf.

Wir wünschen Ihnen für diese und die kommenden Wochen Geist-reiche Erfahrungen in und mit Ihren Betrachtungen, Gebeten und Gesprächen.

Ihr Team des Zentrums für  
Glaubensvertiefung und Spiritualität

7

Wir beginnen unseren pastoralen Weg zu einer Zeit, in der unsere Kirche Unsicherheiten und heftige Erschütterungen erlebt. Wie geht es Ihnen in und mit dieser Kirche?

Die 1. Woche dieser Exerzitien im Alltag nimmt in den Blick, was es heißen kann, hier und heute Kirche zu sein.

In seiner Predigt zum Fest Allerheiligen 2018 sagte Bischof Peter Kohlgraf:

„Wenn wir uns zu einer heiligen Kirche bekennen und zur Gemeinschaft der Heiligen, geht das nur in der Offenheit, die Menschheit insgesamt einzuladen und mitzunehmen. Das meint: „katholisch“ zu sein. Allumfassend, offen, einladend, die alle umfassende Liebe zu bezeugen, weltweit, niemanden ausschließend, missionarisch. Diese Berufung sieht die katholische Kirche als ihren Auftrag, den Gott ihr gegeben hat.

... Wenn ich dies sage, dann ist mir natürlich bewusst, wie weit wir, wie weit ich oft von dieser Berufung entfernt bin. ... Die Berufung zur Heiligkeit in der Kirche kann ein schmerzlicher Stachel sein, wenn ich die Wirklichkeit meines Lebens, wenn ich die Wirklichkeit der Kirche sehe.

6

## 1. Woche

### Eine biblische Vision von Kirche

---

Aber jeder von uns empfing die Gnade in dem Maß, wie Christus sie ihm geschenkt hat. Und er setzte die einen als Apostel ein, andere als Propheten, andere als Evangelisten, andere als Hirten und Lehrer, um die Heiligen für die Erfüllung ihres Dienstes zuzurüsten, für den Aufbau des Leibes Christi, bis wir alle zur Einheit im Glauben und der Erkenntnis des Sohnes Gottes gelangen, zum vollkommenen Menschen, zur vollen Größe, die der Fülle Christi entspricht.

Wir sollen nicht mehr unmündige Kinder sein, ein Spiel der Wellen, geschaukelt und getrieben von jedem Widerstreit der Lehrmeinungen, im Würfelspiel der Menschen, in Verschlagenheit, die in die Irre führt.

Wir aber wollen, von der Liebe geleitet, die Wahrheit bezeugen und in allem auf ihn hin wachsen. Er, Christus, ist das Haupt. Von ihm her wird der ganze Leib zusammengefügt und gefestigt durch jedes Gelenk. Jedes versorgt ihn mit der Kraft, die ihm zugemessen ist. So wächst der Leib und baut sich selbst in Liebe auf.

(Eph 4,7.11-16)

8

## 1. Woche – Impuls 1

### Zur Einheit im Glauben gelangen

---

📖 Jetzt ist es Zeit: Orientiert euch neu und vertraut der Frohen Botschaft.

(vgl. Mk 1,15)

„... bis wir alle zur Einheit im Glauben und der Erkenntnis des Sohnes Gottes gelangen“ (Eph 4,13)

❖ Die „Einheit im Glauben“ erlangen kann hier bedeuten: Immer mehr entdecken und erleben, dass und wie unser Vertrauen in die Frohe Botschaft Jesu unser christliches Miteinander, unser Leben in Gemeinde und Gemeinschaft, prägt und trägt.

⌚ Wie erlebe ich das Miteinander in unserer Gemeinde/Gemeinschaft?

Wo und wie können wir über unseren Glauben sprechen?

Was tut mir/uns gut?

Was vermisse(n) ich/wir?

✓ Wem möchten Sie (heute) ein Zeichen geben, dass Sie sich mit ihm/ihr im Glauben verbunden fühlen?

9

## 1. Woche – Impuls 3

### Mündig werden – mündig sein

---

📖 Wir sollen nicht mehr unmündige Kinder sein, ein Spiel der Wellen, geschaukelt und getrieben von jedem Widerstreit der Lehrmeinungen ... (Eph 4,14)

❖ „Es ist innerhalb solcher geistlichen Übungen [auch im Durchleben eines geistlichen Prozesses A.d.R.] beim Suchen des göttlichen Willens mehr angemessen und viel besser, dass der Schöpfer und Herr selber sich seiner Ihm hingegebenen Seele mitteile, sie zu Seiner Liebe und Seinem Lobpreis entflamme und sie zu dem Weg bereit mache, auf dem sie Ihm künftig besser dienen kann.“

Ignatius von Loyola<sup>3</sup>

⌚ Versuche ich, im Gebet immer wieder einmal die „Perspektive Gottes“ einzunehmen und nach seinem Willen zu fragen?

Bin ich bereit, mir auf diesem Hintergrund meine eigene Meinung zu bilden und zu vertreten?

11

## 1. Woche – Impuls 2

### Zur Erkenntnis Christi gelangen

---

📖 Ich halte dafür, dass alles Verlust ist, weil die Erkenntnis Christi Jesu, meines Herrn, alles überragt. (Phil 3,7-8)

❖ „Paulus meint hier ein Erkennen, wie es aufleuchtet zwischen zwei Menschen, die sich im Leben berühren und sich plötzlich bewusst werden, dass sie füreinander bestimmt sind. Da springt ein Funke über von einem zum andern; es kommt zu einer ungeahnten Bereicherung des Lebens. Das gilt erst recht, wenn ein Mensch von Gott berührt wird. Hier strömt etwas auf ihn über, hier ist ihm ein Reichtum geschenkt, der alle Schranken seines bisherigen Daseins aufheben kann.“<sup>2</sup>

⌚ Kenne ich ein solches Ergriffensein von einem anderen Menschen, von Gott, von Jesus? Was hat es bei mir ausgelöst?

✓ Was möchten Sie Jesus heute sagen? Worum möchten Sie ihn bitten?

10

## 1. Woche – Impuls 4

### Ein mündiger Blick auf Kirche

---

📖 „Ich kenne deine Taten und deine Mühe und deine Geduld und weiß, dass du die Bösen nicht ertragen kannst. Aber ich habe gegen dich: Du hast deine erste Liebe verlassen. Bedenke, aus welcher Höhe du gefallen bist!“ (Offb 2,2.4-5)

❖ „Was bedeutet die Kirche uns? Das erste sollte und kann Dankbarkeit sein, weil der Kirche mehr verheißen ist als uns, aber für uns. Die Kirche ist kein Selbstzweck. Wir haben jederzeit die Möglichkeit, an der Kirche Ärgernis zu nehmen.“  
Hermann Kardinal Volk<sup>4</sup>

⌚ Was bedeutet die Kirche mir?

Wofür bin ich dankbar?

Woran nehme ich Ärgernis?

Wie steht es um meine „erste Liebe“ zu Christus / zur Kirche?

Was motiviert mich, weiterhin in der Kirche zu bleiben und mich in ihr / in meiner Gemeinde zu engagieren?

✓ Mit wem möchten Sie darüber sprechen?

12

## 1. Woche – Impuls 5

### Auf Christus hin wachsen

---

📖 „Wir aber wollen, von der Liebe geleitet, die Wahrheit bezeugen und in allem auf ihn, Christus, hin wachsen.“ (Eph 4,15)

❖ „Wachse, Jesus, wachse in mir.  
In meinem Geist, in meinem Herzen,  
in meiner Vorstellung, in meinen Sinnen.  
Wachse in mir in deiner Milde,  
in deiner Reinheit, in deiner Demut,  
deinem Eifer, deiner Liebe.  
Wachse in mir mit deiner Gnade,  
deinem Licht und deinem Frieden.  
Wachse in mir zur Verherrlichung  
deines Vaters, zur größeren Ehre Gottes.“  
Pierre Olivaint SJ

„Pierre Olivaint erbittet eine totale Umwandlung seiner Person in Jesus Christus hinein. Aber nicht nur für sich selbst, sozusagen als Besitz und Eigentum, sondern zum Weitergeben, als Ausstrahlung in seine Umgebung. Dorthin, wo er lebt und arbeitet.“

P. Pius Kirchgessner<sup>5</sup>

✓ Versuchen Sie, sich dieses Gebet zu eigen zu machen und es wiederholt zu beten.

13

## 1. Woche – Impuls 7

### Engagement und Gelassenheit

---

📖 „So wächst der Leib und baut sich selbst in Liebe auf.“ (Eph 4,16b)

❖ „Handle so, als ob alles von dir, nichts von Gott abhinge. Vertraue so auf Gott, als ob alles von Gott, nichts von dir abhinge.“ (Ignatius von Loyola)

⌚ Einerseits soll ich mich mit der mir zugemessenen Kraft für den Aufbau des Leibes Christi, die Kirche, einbringen – andererseits baut sich dieser Leib laut Epheserbrief selbst in Liebe auf? Wie passt das für mich zusammen?  
Was sagt mir in diesem Zusammenhang das Zitat von Ignatius?  
Wie erlebe ich mich am Ende dieser Woche in und mit „meiner“ Kirche?  
Bin ich motiviert für den weiteren Weg dieser Exerzitien im Alltag, eine Kirche des Teilens zu werden?

✓ Tauschen Sie sich darüber mit Ihren Weggefährtinnen und –gefährten aus.

15

## 1. Woche – Impuls 6

### Mich einbringen mit meiner Kraft

---

📖 „Er, Christus, ist das Haupt. Von ihm her wird der ganze Leib zusammengefügt und gefestigt durch jedes Gelenk. Jedes versorgt ihn mit der Kraft, die ihm zugemessen ist.“ (Eph 4,15b-16a)

❖ „Die eine Nachfolge muss viele Nachfolgende, das eine Zeugnis viele Zeugen, die eine Hoffnung viele Träger haben. Nur so kann schließlich aus einem Erneuerungsversuch für die Kirche eine Erneuerung unserer Kirche selbst werden. Nur so kann uns in unserer offensichtlichen Übergangssituation der Schritt gelingen von einer protektionistisch anmutenden Kirche für das Volk zu einer lebendigen Kirche des Volkes, in der alle auf ihre Art sich verantwortlich beteiligt wissen am Schicksal dieser Kirche und an ihrem öffentlichen Zeugnis der Hoffnung.“  
Würzburger Synode<sup>6</sup>

⌚ Welche Kraft zur Erneuerung der Kirche ist mir zugemessen / spüre ich in mir?  
Bin ich bereit, mich damit einzubringen und so den Leib Christi zu versorgen?

✓ Nutzen Sie dazu die nächste Gelegenheit!

14

## 2. Woche – Einführung

### Leben teilen

---

📖 Und siehe, am gleichen Tag waren zwei von den Jüngern auf dem Weg in ein Dorf namens Emmaus, das sechzig Stadien von Jerusalem entfernt ist. Sie sprachen miteinander über all das, was sich ereignet hatte. Und es geschah, während sie redeten und ihre Gedanken austauschten, kam Jesus selbst hinzu und ging mit ihnen. (Lk 24,13-15)

❖ „Leben teilen meint, Menschen zu sein, die ihre Beziehungen aus dem Geist des Evangeliums heraus gestalten, in Respekt, Interesse, Wertschätzung und Liebe allen Menschen gegenüber. Die Themen dieser Welt und ihrer Menschen werden so zu Themen in der Kirche. ... Wer Leben teilt, versucht zu verstehen, was für den anderen Menschen wichtig ist.“ (Bischof Peter Kohlgraf)<sup>7</sup>

16

## 2. Woche – Impuls 1

### Gottes Schöpfung er-leben

---

- 📖 Im Anfang erschuf Gott Himmel und Erde. ... Und Gott sah alles an, was er gemacht hatte: Und siehe, es war sehr gut. (Gen 1,1.31)
- ❖ Gott hat die Welt „sehr gut“ erschaffen, damit Menschen auf ihr leben, sie bebauen und gestalten. Sie ist – so gefährdet wie sie ist - unsere Lebensgrundlage.
- 🕒 Ich schaue auf die „sehr gute“ Schöpfung: Wasser und Land, Pflanzen und Tiere, Menschen – und alles, was im Verlauf der Jahrtausende entstanden ist. Ich stelle mir vor, wie Gott auf die Erde schaut und alles als sehr gut erkennt. Darüber kann ich mit Gott sprechen.
- ✓ Heute würde ein Spaziergang gut passen. Sehen, hören, riechen und erleben Sie die Natur!

17

## 2. Woche – Impuls 3

### Was mir zum Leben fehlt

---

- 📖 Der ältere Sohn sagt zu seinem Vater: Mir hast du nie einen Ziegenbock geschenkt, damit ich mit meinen Freunden ein Fest feiern konnte. Kaum aber ist der hier gekommen, ... da hast du für ihn das Mastkalb geschlachtet. (Lk 15, 29–30)
- ❖ Manchmal empfinden wir wie der ältere Bruder: Andere haben es besser als ich! Manchmal ist das tatsächlich so. Manchmal kommt es uns nur so vor. Wie auch immer: Der Eindruck „Ich komme zu kurz!“ schmerzt.
- 🕒 Ich überlege: Was fehlt mir? Verständnis, Liebe, Materielles, Ruhe, ...? Ich bin ehrlich mit mir selbst. Sage Gott meinen Mangel. Ich darf beklagen, was ich schmerzlich vermisse.
- ✓ Seien Sie heute besonders freundlich zu sich selbst.

19

## 2. Woche – Impuls 2

### Leben aus der Fülle Gottes

---

- 📖 Das wahre Licht, das jeden Menschen erleuchtet, kam in die Welt. ... Aus seiner Fülle haben wir alle empfangen, Gnade über Gnade. (Joh 1,9.16)
- ❖ Am Anfang steht die Fülle Gottes – für jeden Menschen. Das ist ein großartiger Gedanke: Von Gott her ist jeder Mensch schon reich an Gnade, noch bevor wir irgendetwas tun müssten.
- 🕒 Ich überlege, was ich aus der Fülle Gottes an Gnade empfangen habe: mein Leben, meine Begabungen, meinen Glauben ...  
Was fällt mir noch ein, wenn ich eine Weile darüber nachsinne?  
Was empfinde ich dabei?  
Ich spreche mit Gott darüber.
- ✓ Erinnern Sie sich im Lauf des Tages immer wieder daran, was Sie aus der Fülle Gottes empfangen haben.

18

## 2. Woche – Impuls 4

### Ängstliche Sorge

---

- 📖 Eine Syrophönizierin bat Jesus, ihre Tochter zu heilen. Da sagte er: Lasst zuerst die Kinder satt werden; denn es ist nicht recht, das Brot den Kindern wegzunehmen und den kleinen Hunden vorzuwerfen. Sie erwiderte: Herr, aber auch die kleinen Hunde unter dem Tisch essen von den Brotkrumen der Kinder. Er antwortete: Geh nach Hause. Deine Tochter ist gesund. (vgl. Mk 7,24-36)
- ❖ Auch Jesus musste lernen, seine Gaben nicht ängstlich zu hüten, sondern großzügig auch an Fremde davon abzugeben. Und siehe da: es reichte.
- 🕒 Kenne ich dieses Gefühl – das „Meine“ festhalten zu wollen, weil es sonst nicht reichen könnte? Wann und wo bedrängt mich diese Sorge?  
Darüber kann ich mit Gott sprechen.
- ✓ Versuchen Sie heute, etwas loszulassen, was Sie bisher ängstlich bewahren wollten.

20

## 2. Woche – Impuls 5

### Lebenskraft, die von Jesus ausgeht

---

- 📖 Eine Frau, die schon zwölf Jahre an Blutfluss litt, ...drängte sich in der Menge von hinten heran und berührte sein Gewand. Und sofort versiegte die Quelle des Blutes. Im selben Augenblick fühlte Jesus, dass eine Kraft von ihm ausströmte. (Vgl. Mk 5, 27–30)
- ❖ Blut ist in der Bibel der „Sitz des Lebens“: Die Frau hat über Jahre immer mehr ihre Lebenskraft verloren. Sie erhofft sich Heilung von Jesus. Und es geschieht: Er teilt seine Lebenskraft mit ihr und allen, die sie nötig brauchen.
- 🕒 Ich spüre nach: was gibt mir Kraft – was heilt – baut mich auf?  
Ich stelle mir vor, wie ich Jesus berühre.
- ✓ Das können Sie im Lauf des Tages immer mal wiederholen: Stellen Sie sich vor, Jesus zu berühren. Seine Kraft endet nie!

21

## 2. Woche – Impuls 7

### Leben in Fülle

---

- 📖 Jesus sagte zu seinen Jüngern: Ich bin gekommen, damit sie das Leben haben, und es in Fülle haben. (Joh 10,10)
- ❖ Es geht nicht um Materielles, Reichtum und Überfluss, sondern um ein „erfülltes Leben trotz vieler unerfüllter Wünsche“, wie es D. Bonhoeffer ausdrückt. Dieses erfüllte Leben müssen wir nicht selbst herbeiführen, sondern Gott bietet es uns an. Weil er uns – jede und jeden einzelne(n) - liebt.
- 🕒 Ich sammle einmal, was mein Leben reich macht: Wasser, Luft, ein Dach über dem Kopf, genug zu essen, Freunde und Familie ... Ich kann es aufschreiben, darüber staunen und danken!
- ✓ Gehen Sie achtsam durch Ihren Tag: Danken Sie immer wieder für das, was Ihnen gerade begegnet.

23

## 2. Woche – Impuls 6

### Anteil nehmen

---

- 📖 Ein Mann ging von Jerusalem nach Jericho hinab und wurde von Räubern überfallen. Sie plünderten ihn aus und schlugen ihn nieder; dann gingen sie weg und ließen ihn halbtot liegen. ... Ein Samariter aber, der auf der Reise war, kam zu ihm; er sah ihn und hatte Mitleid. (Lk 10,30.33)
- ❖ „Freude und Hoffnung, Trauer und Angst der Menschen von heute, besonders der Armen und Bedrängten aller Art, sind auch Freude und Hoffnung, Trauer und Angst der Jünger Christi. Und es gibt nichts wahrhaft Menschliches, das nicht in ihren Herzen seinen Widerhall fände.“  
(II. Vat. Konzil, Gaudium et spes 1 )
- 🕒 In einem Lied heißt es: „Da Du reichlich gibst, müssen wir nicht sparen.“  
Wer braucht zurzeit besonders mein Mitgefühl? Was kann ich tun: zuhören, trösten, beten, spenden, helfen ... ?
- ✓ Beten Sie heute einmal für Fremde, die in Not sind – von denen Sie z.B. in der Zeitung gelesen haben.

22

## 3. Woche – Einführung

### Glauben teilen

---

- 📖 Da sagte Jesus zu den Jüngern auf dem Weg nach Emmaus: Ihr Unverständigen, deren Herz zu träge ist, um alles zu glauben, was die Propheten gesagt haben. ... Und er legte ihnen dar, ausgehend von Mose und allen Propheten, was in der gesamten Schrift über ihn geschrieben steht. (Lk 24,25.27)
- ❖ „Im letzten wird der Glaube von Menschen weitergegeben, die selbst erfüllt und begeistert sind. Dabei geht es nicht darum, andere nur zu belehren. Selbstverständlich haben wir ein inhaltlich gefülltes Glaubensbekenntnis. Die Aussagen müssen wir aber zunächst für uns selbst mit Leben und geistlicher Erfahrung zu füllen versuchen. Das ist ein lebenslanges Suchen und Gehen. Es ist unser Anliegen, mit anderen Menschen auf Glaubenswege zu gehen, ihre Fragen wahrzunehmen, selbst sprachfähig zu werden „über die Hoffnung, die uns erfüllt“ (vgl. 1 Petr 3,15), die eigenen und fremden Zweifel anzunehmen, und auch von anderen zu lernen.“

Bischof Peter Kohlgraf<sup>8</sup>

24

### 3. Woche – Impuls 1

#### Unser Glaube – Gottes Geschenk

---

- 📖 Denn aus Gnade seid ihr durch den Glauben gerettet, nicht aus eigener Kraft – Gott hat es geschenkt. (Eph 2,8)
- ❖ „Glaube ist ein Geschenk Gottes in unserem Herzen.“ (Martin Luther)
- 🕒 Wem oder was verdanke ich meinen Glauben an Gott?  
Was sind meine frühesten Erinnerungen, wie ich Gott kennengelernt habe?  
Habe ich mich bewusst für meinen Glauben entschieden?  
Erlebe ich meinen Glauben eher als „Lust“ oder als „Last“?
- ✓ Versuchen Sie, in einem Satz zusammenzufassen, was Ihr Glaube heute für Sie bedeutet:

---

---

---

25

### 3. Woche – Impuls 3

#### Wenn Gott fern zu sein scheint

---

- 📖 Mein Gott, mein Gott, warum hast du mich verlassen, bleibst fern meiner Rettung, den Worten meines Schreiens? Mein Gott, ich rufe bei Tag, doch du gibst keine Antwort; und bei Nacht, doch ich finde keine Ruhe. (Ps 22,2-3)
- ❖ Auch Jesus am Kreuz, auch Heilige wie Johannes vom Kreuz oder Mutter Teresa haben solche Zeiten der Gottverlassenheit erlebt. Manchmal können solche „Ent-Täuschungen“ helfen, Gott mit neuen Augen zu sehen und ihn noch tiefer zu erfahren.
- 🕒 Kann ich mich an Situationen erinnern, in denen ich mich von Gott verlassen gefühlt habe? Wie habe ich innerlich und äußerlich darauf reagiert?  
Wer oder was hat mir schließlich wieder Halt und/oder Trost gegeben?
- ✓ Versuchen Sie, heute noch einmal gemeinsam mit Gott auf diese Erfahrungen zu schauen.

27

### 3. Woche – Impuls 2

#### Mein Glaube hat mich gerettet

---

- 📖 Jesus aber sagte zu ihr: Meine Tochter, dein Glaube hat dich gerettet. Geh in Frieden! Du sollst von deinem Leiden geheilt sein. (Mk 5,34)
- Da sagte Jesus zu ihm: Geh! Dein Glaube hat dich gerettet. Im gleichen Augenblick konnte er sehen und er folgte Jesus auf seinem Weg nach. (Mk 10,52)
- ❖ Wenn Gottvertrauen und Selbstvertrauen sich miteinander verbinden, haben sie die Kraft „Berge zu versetzen“. (Vgl. Mt 17,20)
- 🕒 Ich erinnere mich an schwere Situationen und Erfahrungen in meinem Leben: Habe ich in solchen Situationen durch meinen Glauben Halt, Trost, Stärkung, Ermutigung ... erfahren können?
- ✓ Danken Sie Gott noch einmal für diese Erfahrung(en). Wenn Sie sich aber eher von Gott verlassen gefühlt haben, schauen Sie auf den nächsten Impuls.

26

### 3. Woche – Impuls 4

#### Einander ermutigen im Glauben

---

- 📖 Lasst uns aufeinander achten und uns zur Liebe und zu guten Taten anspornen! Lasst uns nicht unseren Zusammenkünften fernbleiben, wie es einigen zur Gewohnheit geworden ist, sondern ermuntert einander ... (Hebr 10,24-25)
- ❖ „Die Gemeinde in Jerusalem wäre nicht zu denken ohne das gemeinsame Gebet, den Glauben an den auferstandenen Christus, der im Wort und im Sakrament in der Gemeinde und der Kirche lebt.“  
Bischof Peter Kohlgraf<sup>9</sup>
- 🕒 Wie erlebe ich die Zusammenkünfte (Gottesdienste, Glaubensgespräche, geselliges Beisammensein) in meiner Gemeinde? Erfahre ich dort etwas über den Glauben der anderen? Kann ich mich mit meinem Glauben einbringen?  
Was stärkt und ermutigt mich?  
Was vermisse ich?
- ✓ Wem möchten Sie konkret Mut zusprechen? Bei wem Ermutigung suchen?

28

### 3. Woche – Impuls 5

#### Aus der Hoffnung leben

---

- 📖 Der Gott Jesu Christi, unseres Herrn, der Vater der Herrlichkeit, gebe euch den Geist der Weisheit und Offenbarung, damit ihr ihn erkennt. Er erleuchte die Augen eures Herzens, damit ihr versteht, zu welcher Hoffnung ihr durch ihn berufen seid, welchen Reichtum die Herrlichkeit seines Erbes den Heiligen schenkt und wie übertragend groß seine Macht sich an uns, den Gläubigen, erweist durch das Wirken seiner Kraft und Stärke. (Eph 1,17-19)
- ❖ „Lebe das, was du vom Evangelium verstanden hast. Und wenn es noch so wenig ist. Aber lebe es.“ (Frère Roger)
- ⌚ Was erhoffe ich mir von der „Herrlichkeit seines Erbes“, das mir geschenkt ist? Was von der Frohen Botschaft ist mir besonders wichtig? Wie kann ich es konkret leben?
- ✓ Beten Sie mit den Wünschen aus dem Epheserbrief: Gott gebe mir / uns ...

29

### 3. Woche – Impuls 7

#### Damit Gemeinde wachsen kann

---

- 📖 Tag für Tag verharrten sie einmütig im Tempel, brachen in ihren Häusern das Brot und hielten miteinander Mahl in Freude und Lauterkeit des Herzens. Sie lobten Gott und fanden Gunst beim ganzen Volk. Und der Herr fügte täglich ihrer Gemeinschaft die hinzu, die gerettet werden sollten. (Apg 2,46-47)
- ❖ „Glauben teilen bedeutet, die Sendung, also die ‚Mission‘ neu schätzen zu lernen, die sich jedoch nur in Begegnung und Beziehung verwirklichen kann.“  
Bischof Peter Kohlgraf<sup>11</sup>
- ⌚ Wie erlebe ich unser Miteinander? Leben wir in unserer Gemeinde / Gemeinschaft so, dass es für andere einladend, ja anziehend ist? Was könnten wir verbessern? Was sollten wir bleiben lassen?
- ✓ Welche Möglichkeiten sehen Sie, Ihre Ideen einzubringen? Wann werden Sie es tun?

31

### 3. Woche – Impuls 6

#### Zeugnis geben von der Hoffnung

---

- 📖 Seid stets bereit, jedem Rede und Antwort zu stehen, der von euch Rechenschaft fordert über die Hoffnung, die euch erfüllt; antwortet aber bescheiden und ehrfürchtig, denn ihr habt ein reines Gewissen ... (1 Petr 3,15-16)
- ❖ „Der Gott unseres Glaubens ist der Grund unserer Hoffnung, nicht der Lückenbüßer für unsere Enttäuschungen. ... Denn in dieser Hoffnung drückt sich eine Sehnsucht aus, die alle unsere Bedürfnisse übersteigt.“  
Würzburger Synode<sup>10</sup>
- ⌚ Welche Hoffnung ist mir durch meinen Glauben geschenkt? Mit wem möchte ich diese Hoffnung teilen?
- ✓ Gestalten Sie einige Kärtchen mit Ihrem persönlichen Hoffnungswort. Wem könnten Sie so ein Kärtchen schenken?

30

### 4. Woche – Einführung

#### Ressourcen teilen

---

- 📖 So erreichten sie das Dorf, zu dem sie unterwegs waren. Jesus tat, als wolle er weitergehen, aber sie drängten ihn und sagten: Bleibe bei uns; denn es wird Abend, der Tag hat sich schon geneigt! Da ging er mit hinein, um bei ihnen zu bleiben. Und es geschah, als er mit ihnen bei Tisch war, nahm er das Brot, sprach den Lobpreis, brach es und gab es ihnen. Da wurden ihre Augen aufgetan und sie erkannten ihn; und er entschwand ihren Blicken. Und sie sagten zueinander: Brannte nicht unser Herz in uns, als er unterwegs mit uns redete und uns den Sinn der Schriften eröffnete? (Lk 24,28-32)
- ❖ „Die wichtigsten Ressourcen unserer Kirche sind die Sakramente, das Wort Gottes, die Glaubensbekenntnisse und -erfahrungen der Tradition sowie die vielen Menschen und ihre Gemeinschaft. ... Alle weiteren Ressourcen wie Geld, Gebäude und Personal dienen der Verwirklichung des kirchlichen Auftrags und den der Kirche anvertrauten Menschen.“  
Bischof Peter Kohlgraf<sup>12</sup>

32



## 4. Woche – Impuls 1

### Gottes Wort wirkt

---

- 📖 So spricht der Herr: Wie der Regen und der Schnee vom Himmel fällt und nicht dorthin zurückkehrt, sondern die Erde trinkt und sie zum Keimen und Sprossen bringt, wie er dem Sämann Samen gibt und Brot zum Essen, so ist es auch mit dem Wort, das meinen Mund verlässt: Es kehrt nicht leer zu mir zurück, sondern bewirkt, was ich will, und erreicht all das, wozu ich es ausgesandt habe. (Jes 55,10-11)
- ❖ Seit Generationen lesen Menschen in der Bibel das Wort Gottes: Lehre, Trost und Ermutigung.
- 🕒 Was ist meine Lieblings-Bibelstelle?  
Ein biblisches Wort, das einmal besonders bedeutsam für mich geworden ist:
- 
- ✓ Heute ist ein guter Tag, um (wieder einmal?) in der Bibel zu lesen.

33

## 4. Woche – Impuls 3

### Versiegte Quellen

---

- 📖 Niemand füllt jungen Wein in alte Schläuche. Sonst würde ja der junge Wein die Schläuche zerreißen; er läuft aus und die Schläuche sind unbrauchbar. Jungen Wein muss man in neue Schläuche füllen ... (Lk 5,37.38)
- ❖ Manche der Zeichen, Traditionen und Bräuche in den Gemeinden haben sich überlebt. Sie halten den aktuellen Glaubensfragen nicht mehr stand und sind leer geworden. Das tut vielen sehr weh.
- 🕒 Um welche Traditionen ist es schade – welche vermisse ich schmerzlich? Welche Traditionen und Bräuche sind nicht mehr zeitgemäß und brauchen dringend neue Formen?  
Wo spüre / vermisse ich das Prickeln von neuem Wein in unserer Kirche?
- ✓ Sprechen Sie mit Gott / Jesus Christus über alle Gedanken und Gefühle, die Sie in dem Zusammenhang bewegen.

35

## 4. Woche – Impuls 2

### Zeichen der Nähe Gottes

---

- 📖 Und es geschah, als er mit ihnen bei Tisch war, nahm er das Brot, sprach den Lobpreis, brach es und gab es ihnen. Da wurden ihre Augen aufgetan und sie erkannten ihn; und er entschwand ihren Blicken. (Lk 24,30-31)
- ❖ „In jedem Sakrament empfangen wir den Heiligen Geist, der das göttliche Leben, die Gotteskindschaft, in uns begründet, erneuert und kräftigt. So wird dem Reich Gottes in den konkreten Situationen unseres Lebens Raum gegeben. In der Feier der Sakramente ehren wir Gott, der uns diese Zeichen seiner hilfreichen Nähe schenkt.“  
Würzburger Synode<sup>13</sup>
- 🕒 Wo/wie habe ich in der Feier der Sakramente die Nähe Gottes erfahren, der unseren leiblichen Sinnen verborgen ist?
- ✓ Sprechen Sie in der Exerzitien-Gruppe über die Bedeutung der Sakramente für Ihr Leben.

34

## 4. Woche – Impuls 4

### Innere Quellen entdecken

---

- 📖 Wer von dem Wasser trinkt, das ich ihm geben werde, wird niemals mehr Durst haben; vielmehr wird das Wasser, das ich ihm gebe, in ihm zu einer Quelle werden, deren Wasser ins ewige Leben fließt. (Joh 4,14)
- ❖ „In uns selbst strömen die Quellen des Heiles und der Heilung. Gott ist als ein Brunnen in uns, zu dem wir zu Gast und Einkehr geladen sind.“  
(P. Alfred Delp SJ)<sup>14</sup>
- 🕒 Woraus speisen sich meine inneren „Quellen des Heiles“? Beten, Gottesdienste besuchen, Bibel lesen, Nächstenliebe üben, Stille...  
Vielleicht habe ich auch schon Heilung erlebt durch den Glauben?
- ✓ Betrachten und spüren Sie heute einmal ganz aufmerksam frisches Wasser in Ihren Händen. Sprechen Sie in Ihrem Herzen dazu noch einmal die Worte von Alfred Delp.

36

#### 4. Woche – Impuls 5

### Was ist das für so viele?

---

- 📖 Als Jesus aufblickte und sah, dass so viele Menschen zu ihm kamen, fragte er Philippus: Wo sollen wir Brot kaufen, damit diese Leute zu essen haben? Philippus antwortete ihm: Brot für zweihundert Denare reicht nicht aus, wenn jeder von ihnen auch nur ein kleines Stück bekommen soll. Einer seiner Jünger, Andreas, der Bruder des Simon Petrus, sagte zu ihm: Hier ist ein kleiner Junge, der hat fünf Gerstenbrote und zwei Fische; doch was ist das für so viele? (Joh 6,5.7-9)
- ❖ „Was ist das für so viele?“ – eine bange Frage für ein ur-menschliches Problem. Sie stellt sich auch im Blick auf die begrenzten Ressourcen in unserer Kirche.
- ⌚ Wo erlebe ich Hunger oder Mangel in meinem Leben, unserer Gemeinde ...?  
Bin ich auch hungrig in Glaubensdingen?  
Was brauche ich, um „satt“ zu werden?  
Vertraue ich darauf, dass Gott auch heute aus wenig viel machen kann?
- ✓ Vertrauen Sie Gott Ihre Sorgen und Ihre Möglichkeiten an.

37

#### 4. Woche – Impuls 7

### Gottes Zusage

---

- 📖 Sucht zuerst Gottes Reich und seine Gerechtigkeit; dann wird euch alles andere dazugegeben. (vgl. Mt 6,33)
- ❖ „Wenn wir als Kirche das Reich Gottes heute finden wollen, muss unser Platz mitten in unserer Welt, unter unseren Zeitgenossen, sein. Jedes Mitglied der Kirche ist berufen, sich einzumischen in politische Debatten, mitzumachen, wo Hilfe gebraucht wird, den Mund aufzumachen, wo andere schweigen, eine respektvolle Sprache zu sprechen, wo andere Hass säen. Und hinzuschauen und zu hören, was der andere Mensch braucht. Unsere Welt ist ein Buch, in dem wir lesen können, was Gott heute von uns will.“  
Bischof Peter Kohlgraf<sup>15</sup>
- ⌚ Was kann ich tun für das Reich Gottes?  
Ich bitte darum zu erkennen, was mir/uns von Gott „dazugegeben“ wird.
- ✓ Schauen Sie auf die ganze Woche. Bringen Sie Ihre Sorgen um die endlichen Ressourcen vor Gott - und Ihren Dank für die nie versiegenden Quellen des Heiles.

39

#### 4. Woche – Impuls 6

### Gottes Überfluss

---

- 📖 Wer kärglich sät, wird auch kärglich ernten; wer mit Segen sät, wird mit Segen ernten. ... In seiner Macht kann Gott alle Gaben über euch ausschütten, so dass euch allezeit in allem alles Nötige ausreichend zur Verfügung steht und ihr noch genug habt, um allen Gutes zu tun. (vgl. 2 Kor 9,6-8)
- ❖ Auch wenn äußere Ressourcen knapp sind: Wir dürfen darauf vertrauen, dass Gott uns alles wirklich Nötige zur Verfügung stellt.
- ⌚ Ich stelle mir bildlich vor, wie Gott seinen Segen „über mich ausschüttet“ und verweile eine Zeitlang dabei.  
Wächst dadurch in mir das Vertrauen, genug zu haben, um anderen Gutes zu tun?
- ✓ Wem kann und möchte ich heute etwas Gutes tun?

38

#### 5. Woche – Einführung

### Verantwortung teilen

---

- 📖 Noch in derselben Stunde brachen sie auf und kehrten nach Jerusalem zurück, und sie fanden die Elf und die mit ihnen versammelt waren. Diese sagten: Der Herr ist wirklich auferstanden und ist dem Simon erschienen. Da erzählten auch sie, was sie unterwegs erlebt und wie sie ihn erkannt hatten, als er das Brot brach. (Lk 24,33-35)
- ❖ „Verantwortung teilen bedeutet, dass wir neu die Würde der Taufe sehen lernen. In jedem und jeder Getauften lebt Christus in dieser Welt, alle haben teil an seinem priesterlichen, königlichen und prophetischen Amt. ... Ich bin davon überzeugt, dass viel Gutes bewirkt werden kann, wenn sich alle in ihrer Vielfalt in diesem gemeinsamen Dienst verstehen und sich bereichern durch die unterschiedlichen Begabungen und Aufträge.“

Bischof Peter Kohlgraf<sup>16</sup>

40

## 5. Woche – Impuls 1 Mit Geist getränkt

---

📖 Wie der Leib einer ist, der viele Glieder hat, alle Glieder des Leibes aber einen einzigen Leib bilden: So ist es auch mit Christus. Durch den einen Geist wurden wir in der Taufe alle in einen einzigen Leib aufgenommen...und alle wurden wir mit dem einen Geist getränkt.

(vgl. 1 Kor 12,12-13)

❖ „Durch die Taufe werden alle, die an Christus glauben, in den Leib der Kirche eingegliedert und gewinnen Anteil an der Lebensfülle Christi, an seinem Geist. So wird das Volk Gottes durch die Taufe mit Wasser und durch die Gabe des Geistes immer erneuert, lebendig gemacht und zugleich befähigt, Jesus Christus in der Welt zu bezeugen und nach seinem Geist und Willen zu leben.“

Würzburger Synode<sup>17</sup>

⌚ Was bedeutet es mir, getauft zu sein? Kann ich aus dem Bewusstsein leben, die „Lebensfülle Christi“ in mir zu tragen?

41

## 5. Woche – Impuls 2 Für die Freude geschaffen

---

📖 Und alle, die glaubten, waren an demselben Ort und hatten alles gemeinsam. Tag für Tag verharrten sie einmütig im Tempel, brachen in ihren Häusern das Brot und hielten miteinander Mahl in Freude und Lauterkeit des Herzens. Sie lobten Gott und fanden Gunst beim ganzen Volk.

(Apg 2,44.46-47a)

❖ „Der Mensch soll seine Freude so ernst nehmen, wie er sich selbst nimmt. Und er soll es sich und seinem Herzen und seinem Herrgott glauben, auch in der Nacht und in der Not, dass er für die Freude geschaffen ist. Das heißt aber: für ein erfülltes Leben, das um seinen Sinn weiß, das seiner Fähigkeiten sicher ist, das sich auf dem rechten Weg weiß zu seiner Vollendung und im Bündnis mit allen guten Geistern und Kräften Gottes, das sich gesegnet weiß und gesendet und zu innerst angerührt von Gott selbst.“ A. Delp<sup>18</sup>

⌚ Kann ich mich an meinem Leben, meinem Glauben, meinen Begabungen, meiner Gemeinde ... freuen?

Wer oder was trübt diese Freude?

42

## 5. Woche – Impuls 3 Angst oder Mut, sich zu riskieren?

---

📖 Der Diener, der das eine Talent erhalten hatte, sagte: Herr, ich wusste, dass du ein strenger Mensch bist; weil ich Angst hatte, habe ich dein Geld in der Erde versteckt. (vgl. Mt 25,24-25)

❖ „Wer seine Talente ängstlich vergräbt, wird am Ende getadelt, nicht wer Fehler riskiert, wer anpackt, wer zu gestalten versucht. Das Vergraben der Talente zeigt die Angst, die Mutlosigkeit, die sich und Gott am Ende nichts zutraut. ... Und meine Erfahrung zeigt mir, dass sich im Laufe des Lebens noch ganz andere Talente zeigen können, die wir heute noch gar nicht sehen, die wir feststellen oder die andere an uns bemerken und fördern.“ Bischof Peter Kohlgraf<sup>19</sup>

⌚ Stehe ich (manchmal) in der Gefahr, „Angst vor der eigenen Courage“ zu haben und meine Talente zu vergraben? Wer oder was kann mich ermutigen, meinen Fähigkeiten zu trauen und immer wieder neue zu entdecken?

43

## 5. Woche – Impuls 4 Kraft der Taufe und Firmung

---

📖 Gott hat uns nicht einen Geist der Verzagtheit gegeben, sondern den Geist der Kraft, der Liebe und der Besonnenheit. Er hat uns gerettet; mit einem heiligen Ruf hat er uns gerufen, nicht aufgrund unserer Taten, sondern aus eigenem Entschluss und aus Gnade ... (1 Tim 7.9)

❖ „An der Aufgabe der Kirche, Träger der Heilssendung Christi zu sein, haben die ganze Gemeinde und jedes ihrer Glieder Anteil. Von der gemeinsamen Verantwortung kann niemand sich ausschließen oder ausgeschlossen werden. Kraft der Taufe und Firmung wirken alle in ihrer Weise mit am Auftrag Christi, seine Botschaft zu verkünden, seine Gemeinde aufzuerbauen und sein Heil in der liturgischen Feier zu vergegenwärtigen und im Leben zu bezeugen.“ Würzburger Synode<sup>20</sup>

⌚ Bin ich mir bewusst, „Träger/in der Heilssendung Christi“ zu sein?

Bin ich bereit, diese Verantwortung anzunehmen und mit anderen zu teilen?

44

- 📖 Es gibt verschiedene Gnadengaben, aber nur den einen Geist. Es gibt verschiedene Dienste, aber nur den einen Herrn. Es gibt verschiedene Kräfte, die wirken, aber nur den einen Gott: Er bewirkt alles in allen. Jedem aber wird die Offenbarung des Geistes geschenkt, damit sie anderen nützt. (1 Kor 12,4-7)
- ❖ „Damit alle an der Sendung der Kirche teilhaben können, schenkt der Geist Gottes die Gaben oder Charismen, die zum Aufbau der Kirche und zur Erfüllung ihrer Heilssendung erforderlich sind. Jeder Christ hat ein ihm eigenes Charisma, das im Allgemeinen mit seinen natürlichen Fähigkeiten, mit seinem Beruf und seinen Lebensumständen im Zusammenhang steht. Dazu gehört die selbstlose Bereitschaft, Kirche als lebendige brüderliche Gemeinschaft zu verwirklichen und Dienste in ihr zu übernehmen.“ W. Synode<sup>21</sup>
- 🕒 Welche Charismen sind mir gegeben? Mit welchen „natürlichen Fähigkeiten“ stehen sie im Zusammenhang? Wo und wie kann ich sie einsetzen?

45

- 📖 Durch den Glauben wohne Christus in euren Herzen, in der Liebe verwurzelt und auf sie gegründet. So sollt ihr mit allen Heiligen dazu fähig sein, die Länge und Breite, die Höhe und Tiefe zu ermessen und die Liebe Christi zu erkennen, die alle Erkenntnis übersteigt. So werdet ihr erfüllt werden in die ganze Fülle Gottes hinein. (Eph 3,17-19)
- ❖ Die Emmausjünger erkannten Christus im Teilen des Brotes.
- In den vergangenen Wochen der Exerzitien sind Sie einen Weg mitgegangen, der verschiedene Aspekte des Teilens erschlossen hat – als Hilfe, darin immer wieder neu Christus zu begegnen und IHN zu erkennen.
- „Erfüllt in die ganze Fülle Gottes hinein“ sind wir reich beschenkt und können es uns leisten, miteinander zu teilen und immer mehr eine Kirche des Teilens zu werden.

47

- 📖 Da rief Jesus seine Jünger zu sich und sagte: Ihr wisst, dass die, die als Herrscher gelten, ihre Völker unterdrücken und ihre Großen ihre Macht gegen sie gebrauchen. Bei euch aber soll es nicht so sein, sondern wer bei euch groß sein will, der soll euer Diener sein, und wer bei euch der Erste sein will, soll der Sklave aller sein. Denn auch der Menschensohn ist nicht gekommen, um sich dienen zu lassen, sondern um zu dienen und sein Leben hinzugeben als Lösegeld für viele. (Mk 10,42-45)
- ❖ „Der Christ muss sich in das Lebensschicksal Jesu hineinziehen lassen, er muss das Hauptgebot der Gottes- und Nächstenliebe verwirklichen, er muss dem Nächsten dienen und sich in der Welt einsetzen, wie Jesus sich den Armen und Schwachen zugewandt hat.“ Würzburger Synode<sup>22</sup>
- 🕒 Wo habe ich persönlich Machtmissbrauch in der Kirche erlebt oder erlitten? Wo bin ich selbst herausgefordert, auf Macht oder Einfluss zu verzichten? Bin ich bereit, Verantwortung zu teilen?

46

- 🕒 Ich schaue noch einmal auf die ganze Zeit der Exerzitien zurück:
- Was hat mich besonders angesprochen?
  - Was hat mich motiviert, mich (gemeinsam mit anderen) auf den Weg einzulassen, eine Kirche des Teilens zu werden?
  - Habe ich meine Ängste und Sorgen wiedergefunden – und eventuell eine Antwort darauf entdecken können?
  - Welche Gedanken und Impulse waren neu für mich?
  - Was ist mir sonst noch wichtig geworden?
  - Habe ich IHN mehr erkennen können?
  - Was bedeutet das für mein Leben und meine Zugehörigkeit zu meiner Gemeinde?

48

Gewöhnungsbedürftig ist er für manche – der Christus im Mainzer Dom. Das schwere Metall, die raue Oberfläche wie aufgerissen, ein dicker senkrechter Kreuzesbalken: viel Schwere auf den ersten Eindruck, verstärkt durch eine erschreckend riesige Dornenkrone: Christus am Kreuz.

Doch dazu der Kontrast: Das Gesicht ohne Anzeichen von Leid und Schmerz, ganz ruhig, gesammelt. ER blickt auf die Betrachtenden wie aus einer anderen Wirklichkeit. Der Körper nicht mehr gehalten von Nägeln. Er streckt sich weit aus zum Himmel nach oben, federleicht, in einer eleganten, fast tänzerischen Bewegung: Christus der Auferstandene.

Das ist ER für uns: der Leidende, in dessen Leid all unser Leiden und Sorgen immer wieder aufgehoben ist. Und zugleich der Auferstandene, durch den wir von einer Hoffnung erfahren, die größer ist als alle menschlichen Gedanken. Indem wir IHN erkennen, erkennen wir in ihm das Geheimnis Gottes, nach dem auch wir uns ausstrecken dürfen.

Martina Patenge

49

<sup>1</sup> Predigt von Bischof Peter Kohlgraf beim Pontifikalamt am Hochfest Allerheiligen 2018. Quelle: <https://bistummainz.de/organisation/bischof-kohlgraf/aktuell/nachrichten/nachricht/Wir-sind-heilige-Kirche-allumfassend-fuer-alle-00001/>

<sup>2</sup> Quelle: [www.livenet.de/themen/glaube/bibel/neutestamentliches\\_woerterbuch/146174-erkennen.html](http://www.livenet.de/themen/glaube/bibel/neutestamentliches_woerterbuch/146174-erkennen.html)

<sup>3</sup> Ignatius von Loyola, Geistliche Übungen (GÜ). Übertragung und Erklärung von Adolf Haas; Herder-Verlag; hier: GÜ 15

<sup>4</sup> Hermann Kardinal Volk, Erneuert euren Geist und Sinn. Exerzitien nach dem Epheserbrief. Freiburg 1988. Seite 253

<sup>5</sup> Quelle: [www.pius-kirchgessner.de/05\\_Predigten/G\\_Bes.\\_Anlaesse/Wachse.htm](http://www.pius-kirchgessner.de/05_Predigten/G_Bes._Anlaesse/Wachse.htm)

<sup>6</sup> Gemeinsame Synode der Bistümer in der Bundesrepublik Deutschland. Offizielle Gesamtausgabe. Freiburg 1976 (im Folgenden: Synode). Beschluss „Unsere Hoffnung“. Seite 102f

<sup>7</sup> Eine Kirche, die teilt. Hirtenwort des Bischofs von Mainz, Peter Kohlgraf, zur Österlichen Bußzeit 2019 (im Folgenden „Hirtenwort“). Hrsg. von der Bischöflichen Kanzlei Mainz. Seite 4

<sup>8</sup> Hirtenwort, Seite 6

<sup>9</sup> Hirtenwort, Seite 5

<sup>10</sup> Synode, Beschluss: „Unsere Hoffnung“. Seite 87

<sup>11</sup> Hirtenwort, Seite 7

<sup>12</sup> Hirtenwort, Seite 7

<sup>13</sup> Synode, Beschluss: „Sakramentenpastoral“. Seite 242

50

<sup>14</sup> Alfred Delp, Gesammelte Schriften, hrsgg. von Roman Bleistein, Frankfurt 1984. Band IV, Seite 273

<sup>15</sup> Aus dem Schlusswort am Ende des Weihegottesdienstes am 27. August 2017 im Mainzer Dom. Quelle: <https://bistummainz.de/pressemedien/pressestelle/nachrichten/nachricht/Zitatesammlung-zum-ersten-Jahrestag-der-Bischofsweihe/>

<sup>16</sup> Hirtenwort, Seite 9

<sup>17</sup> Synode, Beschluss: „Sakramentenpastoral“. Seite 243

<sup>18</sup> Alfred Delp, a.a.O. Seite 162

<sup>19</sup> Predigt von Bischof Peter Kohlgraf bei der Diakonienweihe 2018. Quelle: <https://bistummainz.de/organisation/bischof-kohlgraf/aktuell/nachrichten/nachricht/Gott-ist-jung/>

<sup>20</sup> Synode, Beschluss: „Räte und Verbände“. Seite 653

<sup>21</sup> ebd.

<sup>22</sup> Synode, Beschluss „Jugendarbeit“. S. 295

Alle Bibeltexte sind der Einheitsübersetzung der Heiligen Schrift von 2016 entnommen.

Herrn Karlheinz Oswald danken wir für die Genehmigung, das Foto seiner Christusfigur für die Titelseite zu verwenden. Foto: Guthier Frankfurt 1998

51

