

Beschütze mich, o Herr

Beschütze mich, o Herr!

Beim Aufstehen ...
Zur Mittagszeit ...
Am Abend ...

Mitten im Straßenverkehr ...
Bei entscheidenden Gesprächen ...
In Stunden der Einsamkeit ...
In Stunden des Jubels ...

Wenn ich allein bin ...
Wenn ich mit Freunden unterwegs bin ...
Wenn ich für andere Verantwortung habe ...
Wenn ich mit meiner Weisheit am Ende bin ...
Wenn ich bete ...
Wenn ich schlafe ...

In dieser Stunde ...
Am Abend meines Lebens:

Beschütze mich, o Herr!

Franz Troyer

Mit den Schrifttexten durch die Woche ...

- Ich nehme mir für diese Woche vor, zu bestimmten fixen Zeiten des Tages (am Beginn, in der Mitte des Tages, am Abend) jeweils für ein bis zwei Minuten innezuhalten, durchzuatmen und den konkreten Augenblick zu bedenken. Was bewegt mich gerade? Was ist jetzt im Moment wichtig?
- Ich übe mich in Wachsamkeit gegenüber einem bestimmten Menschen (Partner/in, Arbeitskolleg/in, Eltern oder Kinder, Nachbar/in, ...): Ich gehe auf sie/ihn zu und frage nach ihrem/seinem Befinden; ich nehme sie/ihn in ihrer/seiner Gestimmtheit wahr; ich höre bewusst zu; ...

1. Lesung: Jes 63,16b–17.19b; 64,3–7 | **Antwortpsalm:** Ps 80,2f.15f.18f

2. Lesung: 1 Kor 1,3–9

Evangelium: Mk 13,33–37



Seid wachsam



Mit Advent beginnt ein neues Kirchenjahr. Für die einen ist die Adventzeit eine Zeit voll von Hektik und Stress, für die anderen eine besondere Zeit, erfüllt von Kindheitsträumen, wieder für andere eine Zeit des Wartens.

Die Texte des 1. Adventssonntags rufen zur Wachsamkeit. Wer wach ist, hat Augen und Ohren offen; wer wachsam ist, ist darüber hinaus hellhörig, vorausschauend und handlungsbereit für den richtigen Zeitpunkt – wie ein Kind, das beim Heimkommen von Vater oder Mutter aufspringt und dem Elternteil entgegenläuft ...

Kommentar zum Evangelium

Am Beginn der Adventzeit steht der Ruf zur Wachsamkeit. Menschen können ängstlich wachsam sein, weil sie immer mit dem Schlimmsten rechnen. Oder sie sind wachsam, weil sie sich einer besonderen Verantwortung bewusst sind.

Wachsamkeit in meiner konkreten Aufgabe

Das Evangelium vom 1. Adventsonntag beschreibt zwei Beispiele, wie Menschen in ihren je verschiedenen Situationen wachsam handeln: Ein Mann, der auf Reisen geht, überträgt seine Verantwortung an seine Diener. So kann er beruhigt wegziehen und die Diener haben einen klaren Auftrag. Die Wachsamkeit der Diener besteht darin, ihre neu gestellten Aufgaben zu erfüllen. Unter den Dienern wird der Türhüter ausdrücklich genannt.

Wachsamkeit gelingt wohl deswegen oft nicht, weil nicht klar definiert wird, worüber jemand „wachen“ soll, was seine/ihre konkrete Zuständigkeit ist. Leicht fühlen sich dann alle für alles und nichts zuständig – und damit übernimmt niemand wirklich die Verantwortung.

Wachsamkeit durch Gebet

Für die Bibel ist klar: Richtiges Gebet schult unsere Wachsamkeit und hilft, die Hellhörigkeit Gott und den Menschen gegenüber zu stärken: „Hört nicht auf, zu beten und zu flehen! Betet jederzeit im Geist; seid wachsam, harrt aus und bittet für alle Heiligen ...“ (Eph 6,18) „Lasst nicht nach im Beten; seid dabei wachsam und dankbar!“ (Kol 4,2)

Es gibt viele Gebete, in denen Gott um Wachsamkeit und offene Sinne gebeten wird. Ein wachsamer Start in den Tag, eine regelmäßige aufmerksame Nachdenkminute tagsüber, ein realistischer Tagesrückblick am Abend und die Bitte, dass Gott in der Nacht über mich wachen möge, sind heilsam.

Wachsamkeit gegenüber dem Bösen

Die stete Mahnung, sich vor dem Bösen und vor gefährlichen Situationen zu hüten, klingt für moderne Ohren ängstlich oder einseitig fanatisch. „Seid nüchtern, seid wachsam! Euer Widersacher, der Teufel, geht wie ein brüllender Löwe umher und sucht, wen er verschlingen kann. Leistet ihm Widerstand in der Kraft des Glaubens! Wisst, dass eure Brüder und Schwestern in der Welt die gleichen Leiden ertragen.“ (1 Petr 5,8f)

Die Texte der liturgischen Leseordnung am 1. Adventsonntag stammen aus den so genannten „eschatologischen Abschiedsreden Jesu“ und setzen den Schwerpunkt auf Ermahnung. Sie haben nicht nur kritische Lebenssituationen im Blick, sondern auch den Abschlussblick auf mein Leben: Wie möchte ich mein Leben auf dieser Welt beenden? Welche Spuren möchte ich hinterlassen? Wie möchte ich am Ende des irdischen Lebens vor Gott hintreten?

Franz Troyer

Aus dem Evangelium nach Markus:

In jener Zeit sprach Jesus zu seinen Jüngern:

- ³³ Gebt Acht
und bleibt wach!
Denn ihr wisst nicht, wann die Zeit da ist.
- ³⁴ Es ist wie mit einem Mann,
der sein Haus verließ, um auf Reisen zu gehen:
Er übertrug die Vollmacht seinen Knechten,
jedem eine bestimmte Aufgabe;
dem Türhüter befahl er, wachsam zu sein.
- ³⁵ Seid also wachsam!
Denn ihr wisst nicht, wann der Hausherr kommt,
ob am Abend oder um Mitternacht,
ob beim Hahnenschrei oder erst am Morgen.
- ³⁶ Er soll euch, wenn er plötzlich kommt,
nicht schlafend antreffen.
- ³⁷ Was ich aber euch sage,
das sage ich allen:
Seid wachsam!

Zum Nachdenken ...

- Für welche Aufgaben fühle ich die Verantwortung, wachsam zu sein?
- Welche Strategien habe ich, um wachsam zu bleiben?

Zum Titelbild

Wachsamkeit hat auch mit Achtsamkeit zu tun. Von der orientalischen Kultur kann man vor allem lernen, dass sie sich meist viel intensiver genau jener Sache widmen, die gerade zu tun ist. Zeit ist dort vor allem die Gegenwart – und dieser wird die volle Aufmerksamkeit geschenkt. Ganz wach sein für das, was jetzt im Moment wichtig ist ...

Foto: Irene Friedl

