



KEEP CLEAR

Zuhören

statt zutexten

# Zuhören statt zutexten

## DER ERSTE SCHRITT

➤ Ich lasse Bild und Text dieser Impulskarte eine Weile auf mich wirken und nehme wahr, welche Gedanken, Erinnerungen, Gefühle die Karte ganz unmittelbar bei mir auslösen. - Ich öffne mich bewusst für die vor mir liegende Zeit, diesen Tag und die anstehenden Begegnungen. Dafür kann ich eine Weile meine Ohren auf das einstellen, was ich in der Ferne, in der Nähe oder in mir selbst höre.

## WEGBEGLEITER TO GO

➤ „Keep clear“: absichtslos, vorurteilsfrei, zugewandt, selbstlos zuhören. Ganz Ohr sein für die Anliegen und Themen des Nächsten ist keine ausgefeilte Redetechnik, sondern das Einüben in ehrliches Hinhören. Ich kann mich an ein Gespräch erinnern oder heute ein Gespräch führen: absichtslos, ohne Eigeninteresse und ohne gleich parallel eine eigene Antwort zu suchen. Anderen Zuhören und auch mir selbst.

## BIBLISCHE UNTERBRECHUNG

➤ „Öffne dich!“ Durch Berührung und Zuwendung heilt Jesus einen gehörlosen Menschen. Es heißt dann weiter, dass seine Ohren sich öffnen und auch die Zunge „von einer Fessel befreit“ wurde. Jesus handelt ohne Eigeninteresse. Er will, dass ich gut höre, damit ich auch gut reden kann. Dazu muss ich mich öffnen... auch für mein Gegenüber. - Der Text steht im Markus-Evangelium (Kapitel 7, Verse 31 – 37).

## EIN BLICK ZURÜCK

➤ Am Ende des Tages oder nach einer Gebetszeit frage ich mich: Wo habe ich heute absichtslos zuhören können? Wo wurde mir in solcher Weise zugehört? Habe ich im Trubel des Alltags die leise Stimme Gottes gehört, die mich ermutigt: „Öffne dich!“? Ich nehme wahr, was ich gerade spüre und kann dies mit meinen eigenen Worten mit Gott ins Gespräch bringen oder verweile einige Augenblicke in der Stille.

## AUSTAUSCH & NACHTGEBET

➤ Die Erfahrungen des Tages können im Austausch mit anderen geteilt werden oder in ein persönliches Nachtgebet münden.



# Biblische Unterbrechung

## Markus 7, 31 – 37

31 | Jesus verließ das Gebiet von Tyrus wieder und kam über Sidon an den See von Galiläa, mitten in das Gebiet der Dekapolis.

32 | Da brachten sie zu ihm einen, der taub war und stammelte, und baten ihn, er möge ihm die Hand auflegen.

33 | Er nahm ihn beiseite, von der Menge weg, legte ihm die Finger in die Ohren und berührte dann die Zunge des Mannes mit Speichel; 34 | danach blickte er zum Himmel auf, seufzte und sagte zu ihm: Effata!, das heißt: Öffne dich!

35 | Sogleich öffneten sich seine Ohren, seine Zunge wurde von ihrer Fessel befreit und er konnte richtig reden.

36 | Jesus verbot ihnen, jemandem davon zu erzählen. Doch je mehr er es ihnen verbot, desto mehr verkündeten sie es.

37 | Sie staunten über alle Maßen und sagten: Er hat alles gut gemacht; er macht, dass die Tauben hören und die Stummen sprechen.



## Anregung für die Gestaltung der biblischen Unterbrechung

### VORBEREITUNG

➤ Ich suche mir einen passenden Ort und komme dort an. Es kann eine Hilfe sein, einige Momente auf den eigenen Atem zu achten oder ein vertrautes Gebet zu sprechen.

### BETRACHTUNG DES BIBLISCHEN TEXTES

➤ Ich lese mir den Text durch. Vielleicht stelle ich mir die Szene des ausgewählten Bibeltextes bildlich vor: wie auf einer Bühne baue ich mir die Handlung vor dem inneren Auge auf. Auch kann ich mir einen Platz in diesem Geschehen suchen.

➤ Ich achte darauf, wie es mir in diesem Moment geht und was der Text in mir auslöst oder wonach ich mich sehne. Vielleicht kann ich Gott das sagen oder mit ihm ins Gespräch kommen. Es ist das wichtig, was mich gerade beschäftigt, was mich berührt oder bewegt.

### ABSCHLUSS

➤ Gegen Ende der Gebetszeit nehme ich mir noch einmal einige Momente der Stille. Ich kann diese Zeit mit einigen bewussten Atemzügen oder einem Kreuzzeichen beenden. Vielleicht notiere ich mir mit einigen Stichworten, was mir gerade wichtig ist.

---

---

---

---