

Mittendrin



Olympische Spiele
Paralympics
Vancouver 2010

Liebe Teilnehmerinnen und Teilnehmer,

viele, die bereits einmal an Olympischen Spielen oder den Paralympics teilgenommen haben, berichten von einem einmaligen Erlebnis in ihrer Sportlerlaufbahn, das mit keiner anderen Meisterschaft vergleichbar ist. Bei keinem anderen Wintersportereignis treffen nicht nur Menschen aus so vielen Nationen und Kulturen, sondern auch unterschiedlicher Wintersportarten aufeinander. Hier begegnen sich Rodler und Biathleten, Eiskunstläuferinnen und Eishockeyspieler, Snowboarderinnen und Curler, alpine und nordische Skisportler und viele andere mehr.

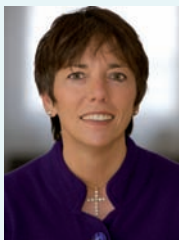
Nun stehen Sie – nach einer langen Vorbereitung und intensivem Training – vielleicht vor dem Höhepunkt Ihres Sportlerlebens: den XXI. Olympischen Winterspielen und den Paralympics Vancouver 2010. Sie bestreiten Wettkämpfe in einer wunderbaren Umgebung. Sie machen Erfahrungen, die Ihr Leben prägen. Sie feiern Erfolge und müssen Niederlagen hinnehmen. Deshalb möchten wir Ihnen dieses Heft an die Hand geben, das Sie durch die Tage der Olympischen Winterspiele und der Paralympics begleiten soll.

In der Bibel lesen wir von der Erschaffung des Menschen als Ebenbild Gottes. Mit dieser Ebenbildlichkeit zeichnet sich der Mensch durch eine Einmaligkeit und Würde aus, die ihm von niemandem genommen werden darf. Als Ebenbild Gottes ist der Mensch nicht das Maß aller Dinge, sondern er erkennt seine Grenzen – wie seine Verantwortung für den Mitmenschen und die Umwelt, in der er lebt.

Als Spitzensportlerinnen und Spitzensportler, aber auch als andere Teammitglieder sehen Sie sich immer wieder mit dieser Verantwortung konfrontiert. Verantwortung für die Teamkollegen oder die sportlichen Gegner, ohne die es keine Wettkämpfe – auch keine Olympischen Spiele und keine Paralympics – gäbe; Verantwortung und Sensibilität für die Umwelt, in der die sportlichen Wettbewerbe stattfinden; Verantwortung für sich selbst: in der Belastung des eignen Körpers wie der Wahl der Mittel. Der Hoch-

leistungssport beruht auf dem Prinzip der Leistung und des Leistungsvergleichs. Die Bibel erkennt den Wert der Arbeit, Mühe und Leistung ausdrücklich an. Aber sie erinnert uns auch an die Notwendigkeit von Auszeiten, die wir brauchen, um immer wieder aufs Neue Leistung erbringen zu können. Wer sich wie Sie in höchster Konzentration und Anspannung auf Wettkämpfe vorbereitet, braucht solche Sabbatzeiten – Augenblicke der Ruhe – um Kraft zu schöpfen.

Mit diesem Heft „Mittendrin“ zu den XXI. Olympischen Winterspielen und den Paralympics Vancouver 2010 möchten wir Sie zu kurzen täglichen Auszeiten einladen. In ihm finden Sie biblische Texte, Gebete und Meditationen. Sie bieten Impulse zum Innehalten, Besinnen und Verweilen. Ebenso steht das Team der evangelischen und katholischen Sportpfarrer als aufmerksame Gesprächspartner für Sie bereit. Im Namen der Deutschen Bischofskonferenz und der Evangelischen Kirche in Deutschland (EKD) grüßen wir Sie herzlich und erbitten für Sie Gottes Segen. Wir wünschen Ihnen ein unvergessliches Sportfest mit fairen Wettkämpfen, vielen guten Begegnungen und eine gesunde Rückkehr nach Hause.



Landesbischöfin Dr. Margot Käßmann
Vorsitzende des Rates der
Evangelischen Kirche in Deutschland

A handwritten signature in black ink that reads "Margot Käßmann".



Evangelische Kirche
in Deutschland



Erzbischof Dr. Robert Zollitsch
Vorsitzender der
Deutschen Bischofskonferenz

A handwritten signature in black ink that reads "Robert Zollitsch".



Euer Team



Claudia Rudolff, 46 Jahre alt, verheiratet, 2 Töchter. Seit 1990 Pfarrerin. Nach Gemeindepfarramt und Erziehungsurlaub als Pfarrerin und Studienleiterin in der Konfirmandenarbeit der kurhessischen Landeskirche tätig. Vorstandsmitglied im Arbeitskreis Kirche und Sport der EKD. Begleitung der Paralympics als evangelische Seelsorgerin seit 2002. Hobbies: Tennis und Marathon.

Kontakt: Claudia Rudolff • In den Tonwiesen 10 • 34587 Felsberg
Tel.: (0 56 62) 93 10 59
c.rudolff@t-online.de • www.kirche-und-sport.de



Hans-Gerd Schütt, Jahrg. 1958. Wohnhaft in Krefeld-Hüls. Dienst-sitz Düsseldorf. Nach dem Studium der katholischen Theologie und der Biologie Priesterweihe 1987. Neben der Tätigkeit als Kaplan, Schulseelsorger und Pfarrer in Viersen-Süchteln seit 1990 in versch. Funktionen im kath. Sportverband DJK tätig. Seit 1996 im Bundesbeirat der DJK und seit 2003 Sport-u. Olympiapfarrer der Deutschen Bischofskonferenz.

Kontakt: H.-G. Schütt • Carl-Mosterts-Platz 1 • 40477 Düsseldorf
Tel.: (02 11)94836-13
schuett@djk.de • www.olympiapfarrer.de



Thomas Weber, Jahrg. 1960, verheiratet, 2 Kinder, seit 1993 evangelischer Gemeindepfarrer in Gevelsberg, Vorstandsmitglied im Arbeitskreis Kirche und Sport der EKD, Sportpfarrer bei den Sommeruniversiaden seit 2003 sowie bei den Olympischen Spielen seit 2006, Hobbies: Tennis, Skilaufen, Kino.

Kontakt: Thomas Weber • Zum Berger See 120 • 58285 Gevelsberg
Tel.: (0 23 32) 69 08
weber.blanchet@t-online.de • www.kirche-und-sport.de

Am Morgen – „Hellwach“

Psalm

Ich stehe und strecke meine Hände zu dir, Gott.
Meine Seele hat genug geträumt
und dürstet nach dir wie dürres Land.
Herr, erhöre mich und wende deine Augen nicht
von mir,
denn du bist mein Licht.
Lass mich am Morgen hören deine Gnade,
denn ich hoffe auf dich.
Zeig mir heute den Weg, den ich gehen soll,
denn ich bin ziellos ohne dich.
Bewahre mich vor Feind und Gefahr,
denn du bist mein Schutz.
Lehre mich tun, was du segnest,
denn du bist mein Gott.
Dein Geist leite mich auf ebener Bahn.

Peter Böhlemann nach Psalm 143

Der Fischfang des Petrus

Als Jesus am Ufer des Sees Gennesaret stand,
drängte sich das Volk um ihn und wollte das Wort
Gottes hören.

Da sah er zwei Boote am Ufer liegen. Die Fischer
waren ausgestiegen und wuschen ihre Netze.
Jesus stieg in das Boot, das dem Simon gehörte,
und bat ihn, ein Stück weit vom Land wegzufahren.
Dann setzte er sich und lehrte das Volk vom Boot aus.

Als er seine Rede beendet hatte, sagte er zu Simon:
Fahr hinaus auf den See! Dort werft eure Netze
zum Fang aus!

Simon antwortete ihm: Meister, wir haben die
ganze Nacht gearbeitet und nichts gefangen. Doch
wenn du es sagst, werde ich die Netze auswerfen.
Das taten sie, und sie fingen eine so große Menge
Fische, dass ihre Netze zu reißen drohten.

Lukas 5,1-6, Einheitsübersetzung

Auslegung

Morgenstimmung am See Genezareth. Da sitzt eine Handvoll müder, abgekämpfter Männer am Ufer. Es sind Fischer. Die ganze Nacht waren sie mit ihren Booten auf dem Wasser; einige Male haben sie die Netze ausgeworfen, aber ohne großen



Erfolg. Jetzt reinigen und flicken sie am Ufer ihre Netze. Die vergebliche Mühe einer ganzen Nacht hängt ihnen bleiern in den Knochen. Vielleicht wollen sie gerade nach Hause aufbrechen, um ein paar Stunden auszuschlafen.

Da tritt Jesus auf sie zu und fordert sie auf, noch einmal auf das Wasser hinauszufahren und die Netze auszuwerfen. Nach menschlichem Ermessen ist das völlig aussichtslos. Denn die Fischschwärme kommen nur in der Dunkelheit so weit an die Oberfläche, dass sie von den Netzen der Fischer eingefangen werden können. Am helllichten Tag noch einmal auf Fang zu gehen widerspricht eigentlich jeder langjährigen Berufserfahrung.

Doch Petrus vertraut den Worten Jesu mehr als seinem Verstand. „Auf dein Wort hin will ich die Netze auswerfen,“ entgegnet Petrus. Hier wird deutlich, was die Bibel unter Glaube versteht. Petrus unterdrückt seine Bedenken nicht, aber trotz der scheinbar unsinnigen Aufforderung befolgt er Jesu Befehl und gehorcht dessen Worten. Für sein Vertrauen wird Petrus reich belohnt. Er fährt noch einmal hinaus und macht einen sensationellen Fang.

„Auf dein Wort hin“ – durch die Bibel will Gott uns mit seinem Wort beegnen. Lassen wir uns ansprechen? „Wir werden in der Bibel immer gerade so viel finden, als wir suchen. Großes und Göttliches, wenn wir Großes und Göttliches suchen; Wichtiges und Historisches, wenn wir Wichtiges und Historisches suchen; überhaupt nichts, wenn wir überhaupt nichts suchen. Die Hungernden werden an ihr satt, und den Satten wird sie verleidet, bevor sie sie aufgeschlagen haben.“ (Karl Barth, Schweizer Theologe, 1886-1968)

Thomas Weber

Die Botschaft der Sicherheitsbindung

Im Sport geht es nicht ohne Vertrauen. Wenn Vertrauen fehlt, mangelt es ebenso an Selbstbewusstsein. Ohne Zutrauen sind auch bei den Olympischen und Paralympischen Spiele keine Höchstleistungen möglich. Die Athletinnen und Athleten vertrauen den Trainern, den Betreuenden, ihrem Material und der Ausrüstung.

Die Sportlerinnen und Sportler stehen zwar im Rampenlicht, doch im Hintergrund arbeiten viele andere Hand in Hand. So zum Beispiel die Serviceleute, die im alpinen und nordischen Bereich die Ski präparieren. Die Vorbereitung der Ski ist eine Wissenschaft für sich. Das kann man wohl nicht lernen. Die Erfahrung kommt mit der Zeit. Nicht nur, dass die Serviceleute schon früh morgens

mehrere Ski, die unterschiedlich gewachst worden sind, im Schnee testen. Welcher Ski wird unter den Bedingungen des Tages im Wettkampf am besten laufen? Es wird gemessen und getestet und anschließend in den Wachskabinen weiter präpariert.



Aber gerade in den Hochgeschwindigkeitswettbewerben geht es beim Stichwort „Vertrauen“ auch um handfeste Sicherheit. Die Bindungen müssen exakt den Verhältnissen entsprechend eingestellt sein. Sie dürfen selbst bei extremer Belastung nicht einfach auslösen, müssen sich beim Sturz aber öffnen, um Schlimmeres zu vermeiden.

Wenn die technische Vorbereitung und die sportliche Anstrengung später zum gemeinsamen Ziel und Erfolg geführt haben, dann jubeln alle und freuen sich miteinander. Das gegenseitige Vertrauen ineinander ist belohnt worden. Nur zusammen können Siege errungen werden. Einer muss für den anderen da sein. Das ist die Erfolgsdevise.

Sehr vertrauensselig ist eigentlich auch jeder Durchschnittsmensch! Morgens nach dem Aufstehen steckt er (oder sie) sich die Zahnbürste in den Mund. Nach dem Ankleiden geht er raus auf die Straße, wartet bei der Fußgängerampel auf Grün, schreitet dann an der Schlange Autos vorbei, die darauf lauert, wieder losbrausen zu können.

Schon bis zu diesem Zeitpunkt hat der Mensch einige Male sein Leben aufs Spiel gesetzt. Und zwar auf großes Vertrauen hin. Wieso denkt er nicht einen Moment darüber nach, ob die elektrische Zahnbürste ihm einen Stromschlag verpassen könnte? Und der Autoverkehr in den Städten? Es grenzt - gemessen an der Unfallstatistik - an Unvernunft, dass wir uns überhaupt noch auf die Straße trauen.

Aber wir vertrauen. Den Verkehrsregeln. Der Einsichtsfähigkeit anderer. Dem Rat der Experten. Oder haben Sie schon jemals gedacht, Sie müssten die Funktionsweise der Düsentriebwerke selbst studieren, bevor Sie in ein Flugzeug steigen?

Ohne zu vertrauen, könnten wir gar nicht leben. Der christliche Glaube ist im biblischen Sinne auch ein Vertrauen. Die lebendige Zuversicht auf Gottes Gnade. „Ich hebe meine Augen auf zu den Bergen! Woher kommt mir Hilfe? Meine Hilfe kommt von Gott, dem HERRN, der Himmel und Erde gemacht hat.“ (Psalm 121)

Thomas Weber

Gebet

Gott, ich danke dir für die Ruhe der Nacht und das Licht des Morgens, bevor mich der Tag zuschüttet mit allen Ereignissen, geplant oder ungeplant.

Ein neuer Tag hat begonnen.
Mein Wettkampftag. Heute bin ich gefordert.
Auf diesen Tag habe ich mich lange vorbereitet.

Herr, lass diesen Tag zu einem guten Tag für mich werden. Gib mir Kraft und Vertrauen in meine eigenen Fähigkeiten und Möglichkeiten.

Steh mir und allen bei,
die mit mir diesen Wettkampf bestreiten,
damit es ein guter und fairer Wettkampf werde.

Amen.

Thomas Weber

Segen

Der Herr mache hell deinen Tag.

Er lenke einen Sonnenstrahl in dein Herz, wenn das Dunkel dich ängstigt.

Er lenke einen Sonnenstrahl in deine Seele, wenn die Unsicherheit dich umfängt.

Er lasse dich alles Neue aufmerksam aufnehmen, die Chancen zur Begegnung und zur Freundschaft nutzen.

Überall und auf allen Wegen möge dich sein strahlendes Licht führen und begleiten.

Thomas Weber

Am Mittag – „Atem holen“

Mittagspause

Die Mittagszeit ist im Olympischen Dorf eine eigenartige Mischung aus Betriebsamkeit und Ruhe. Es ist die Zeit der Nachbereitung der Wettkämpfe vom Morgen, und bald beginnt die Vorbereitung auf eben dieselben am Nachmittag oder am Abend. Da sollte man sich noch etwas Ruhe gönnen.

Oder es ist die Zeit, mal eben beim Arzt und den Physiotherapeuten vorbeizuschauen oder Dinge im Mannschaftsbüro zu erledigen, für die man sonst kaum Zeit hat. Und es ist natürlich die Zeit des Mittagessens, in der sich die Mensa im Dorf füllt und Zeit für Gespräche und Kontakte ist. Und wo wir gerade bei Kontakten sind, beginnt ja so langsam zeitzonebedingt der Gedanke aufzukommen, einmal zuhause anzurufen, bevor man die Adressaten aus dem ersten Schlaf wirft. Manche werden aber auch ganz einfach die Füße für eine Zeit hochlegen, etwas lesen oder sich anderweitig einfach etwas Ruhe gönnen. Und das ist wichtig und gut so.

Umso verwunderlicher ist es, wenn bei den alten Mönchsvätern der Begriff des Mittagsdämons begegnet. Seine Bedeutung lässt sich nur schwer fassen. Man sollte ihn aber auch nicht so leicht abtun als aus einer Zeit stammend, die weit zurückliegt und zudem noch aus Wüstenregionen.

Manche versuchen das Phänomen mit der Erfahrung des Überdresses zu umschreiben. Und das wiederum kennen wir alle – die Erfahrung, dass einem alles zu viel wird, dass einem Dinge über den Kopf zu wachsen beginnen, dass Lebensenttäuschungen uns am liebsten alles hinschmeißen lassen würden. Dieser Mittagsdämon ist auch nicht auf den Mittag beschränkt, sondern er hat auch einen Vetter – nämlich den des Abends und der Stille.

Wer kennt dieses Gefühl nicht in seinem Leben! Hier in Vancouver, vielleicht aber gewiss schon irgendwann einmal in der sportlichen Laufbahn. Dann flüstert uns dieser Dämon sehr schnell ein, doch besser alles hinzuschmeißen und ein ganz anderes Leben zu führen. Kurzschlusshandlungen sind seine oft fatale Therapie.



Da an der sportlichen Laufbahn neben vielem auch sehr viel Herzblut und Überzeugung hängt, ja man könnte sogar von einer Berufung auf den Weg als Sportler oder Sportlerin sprechen, sollte man sich der Gefahr dieses gefährlichen Dämons bewusst sein und sich am besten die Mittagspause nicht stören lassen.

Die Bibel möchte uns Mut und Gelassenheit aus der Glaubenszuversicht zusprechen.

„Wer im Schutz des Höchsten wohnt und ruht im Schatten des Allmächtigen, der sagt zum Herrn: „Du bist für mich Zuflucht und Burg, mein Gott, dem ich vertraue.“

Er rettet dich aus der Schlinge des Jägers
und aus allem Verderben.
Er beschirmt dich mit seinen Flügeln,
unter seinen Schwingen findest du Zuflucht,
Schild und Schutz ist dir seine Treue.
Du brauchst dich vor dem Schrecken der Nacht
nicht zu fürchten,
noch vor dem Pfeil, der am Tag dahinfliegt,
nicht vor der Pest, die im Finstern schleicht,
vor der Seuche, die wütet am Mittag.“

(Psalm 91,1-6, Einheitsübersetzung)

Hans-Gerd Schütt

Brot – mehr als Nahrung

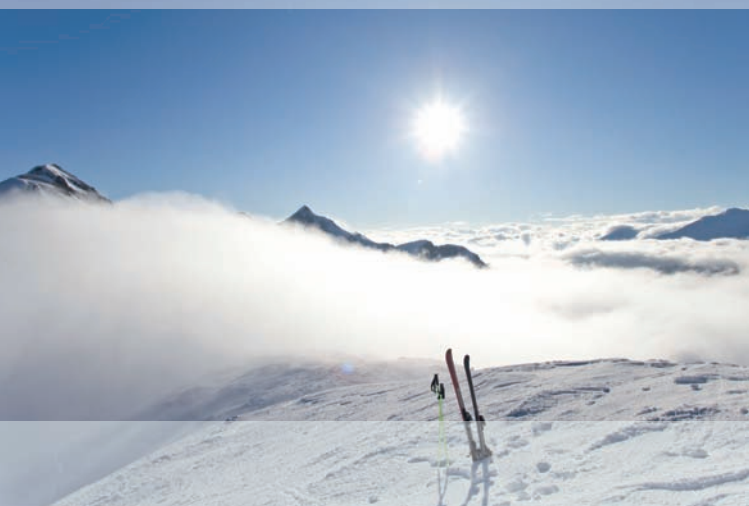
Es fehlt nicht beim Frühstück und erst recht nicht bei einem festlichen Buffet, es ist Grundnahrungsmittel und oftmals auch nur Dekoration. „Bring mir bitte eine Scheibe oder ein Stück Brot mit, ich habe es vergessen“, sagen wir und machen uns meist kaum noch Gedanken über das Brot – so selbstverständlich ist es uns geworden. Es lohnt sich jedoch, bei diesem stillen Lebens- und Nahrungsbegleiter einen Moment innezuhalten und ihm einige Gedanken zu schenken, denn Brot hat eine wechselvolle Geschichte.

Wie lang ist der Weg, bevor aus dem Korn des Feldes und vielen Zutaten der Brotteig und schließlich das gebackene Brot geworden ist. Da wird gesät und geerntet, gemahlen und zusammengesetzt, es wird der Hitze des Backofens ausgesetzt und das Brot weiß nicht, wem es letztlich in die Hände fällt. Im Grunde ist es ein Bild unseres Lebens. Denn haben wir alle das im übertragenen Sinne nicht auch selbst schon erlebt? Im Privaten wie im Sport?

Brot stirbt viele Tode.

Tod und Verwandlung, aus dem Korn das Mehl
und aus dem Brotteig das gebackene Brot, das

zur Nahrung wird. Aber bis es soweit ist, geht es durch viele Hände, feinfühlig und grobe. Und kaum ist es in einer Hand geborgen, wechselt es den Besitzer und weiß nicht, in welche Hände es hineingerät. Und schließlich wird es zerschnitten oder gebrochen, denn nur so kann es vielen zur Nahrung dienen. In ihm steckt das Geheimnis



von Leben und Tod, von Leben und Vergänglichkeit.

Brot überschreitet viele Grenzen.

Kaum ein Nahrungsmittel wird in so vielen Variationen hergestellt wie das Brot. Ob als Schwarzbrot am Niederrhein oder Toast im angelsächsischen Raum, ob als duftendes Baguette bei unseren Nachbarn in Frankreich oder als Fladen im Orient. Ob einfach oder Körnerbrot, ob gesalzen oder nicht wie zum Beispiel als Matzen. Es ist international und tolerant, denn es nimmt auf Kulturen und Religionen Rücksicht. Durch seine Einfühlsamkeit verbindet es mehr als das es trennt.

Vom Brot geht so viel Gutes aus.

Brot spricht unsere Sinne an. Da ist sein Aussehen - sei es schlicht oder kunstvoll. Seine Farbpalette spiegelt die Buntheit des Lebens. Sein Geschmack lässt uns empfindsamer werden für all das, was nicht nur in ihm sondern in den Dingen steckt. Und sein Duft lässt uns richtig durchatmen und macht neugierig.

Brot ist somit Leben und Gemeinschaft.

Daran denken wir wohl zuletzt wenn wir an das Brot denken. Und doch steckt diese Botschaft ganz tief in ihm drin und wir spüren es auch öfter als wir vielleicht hat oberflächlich denken. Darum hat wohl Jesus das Brot als Zeichen seiner Liebe und Nähe zu uns ausgesucht. Es gab und gibt wohl kaum ein besseres Zeichen. Dieses Geheimnis in unserem Leben immer wieder zu feiern, sollten wir nicht vergessen. Und wir sollten im Brot mehr sehen als nur das Nahrungsmittel und es entsprechend behandeln. Denn es geht auch um Leben und Gemeinschaft - das brauchen wir und darum wird es uns in die Hände gelegt, damit wir das Beste daraus machen.

Hans-Gerd Schütt

Der Mittag

Die Zeiten des Tages haben ihre Botschaft.
Der Mittag sagt: Die Welt ist groß.

Geh deinen Weg mit kräftigen Schritten.
Weite dich. Dehne dich aus.
Sei zufrieden mit dem,
was du bist und was du kannst.

Aber dein Heil ist nicht außen allein.
Nimm auch den anderen Weg unter die Füße:
den nach innen.
Suche mit aller Klarheit deines Geistes
nach Wahrheit.

Es geht um deine Seele und Gott.
Um Gott und deine Seele.
Und wenn du ein Liebender bist
an der Seite eines Geliebten,
dann geh beide Wege
gemeinsam mit ihm. (...)

Der Mittag sagt: Die Welt ist groß,
und du bist berufen, ein Mensch zu werden,
deutlich und wesenhaft.

Aber der Mittag sagt auch:
In der Stunde des Pan ist die Stille.
Die Ausdehnung hält
der Einziehung die Waage.

Wer wirken will,
muss sich sammeln können,
und gerade, wenn wir viel Raum suchen,
werden wir uns zuzeiten zurückziehen
aus allen Aufgaben, allen Rollen,
allen Beziehungen,
und das eine suchen,
das uns nicht fehlen darf.

Jörg Zink, aus:

Was bleibt, stiften die Liebenden, Kreuz Verlag, 1979

Am Abend – „Der Tag vergeht“

Nach Psalm 127

Wenn Gott im Haus keinen Platz mehr hat,
dann bleiben die Rituale hohl und leer.
Wenn sich alles rechnen muss,
dann geht der Glaube verloren.

Umsonst,
dass ihr wach liegt bis zum Morgen
das Hirn zermartert
und euch sorgt ohne Ende:
Denen, die er liebt, gibt Gott im Schlaf,
was sie brauchen.

Umsonst,
dass ihr jedem Schnäppchen nachjagt,
euch gegen alle Risiken versichert
und Überstunden macht ohne Ende:
An Gottes Segen ist alles gelegen.

Hans Martin Lübking nach Psalm 127 aus: H. M. Lübking /G. Törner,
Beim Wort genommen, Ein Andachtsbuch, Gütersloh 2002, S. 179

Segen

Der Herr segne dich
in allen Tagen, Wochen und Monaten
dieses Jahres, die vor dir liegen.

Der Herr behüte dich
bei allem, was du vorhast.

Der Herr lasse sein Angesicht leuchten über dir,
über deinen Wegen, auf Gratwanderungen,
auf Umwegen und in Sackgassen.

Der Herr sei dir gnädig
bei allem, was du planst, tust und lässt.

Der Herr erhebe sein Angesicht auf dich,
auf deine Erwartungen, Wünsche und Hoffnungen.

Der Herr gebe dir Frieden,
in deinem Herzen, in der Begegnung mit anderen
Menschen, heute und für immer.
Amen.

Udo Hahn nach 4. Mose 6,24-26



Auslegung

Auch wenn heute viele Menschen sagen: „Mein Glauben ist meine Sache“ oder „ich kann auch glauben ohne Kirche“, so beobachte ich: Vielen Menschen ist eins dennoch wichtig: Immer wieder kommen sie und fragen nach dem Segen. Sie kommen selten in den Gottesdienst, wo es ja immer einen Segen am Ende gibt. Aber sie kommen zu den besonderen Situationen ihres Lebens, dann wenn sie an der Schwelle zu etwas Neuem stehen: Am Beginn ihrer Ehe, wenn ihre Partnerschaft eine feste Form annimmt. Bei der Geburt ihres Kindes. Dann auch zur Einschulung eines Kindes und natürlich auch zur Konfirmation oder vor einer wichtigen Aufgabe, vielleicht einem Wettkampf?

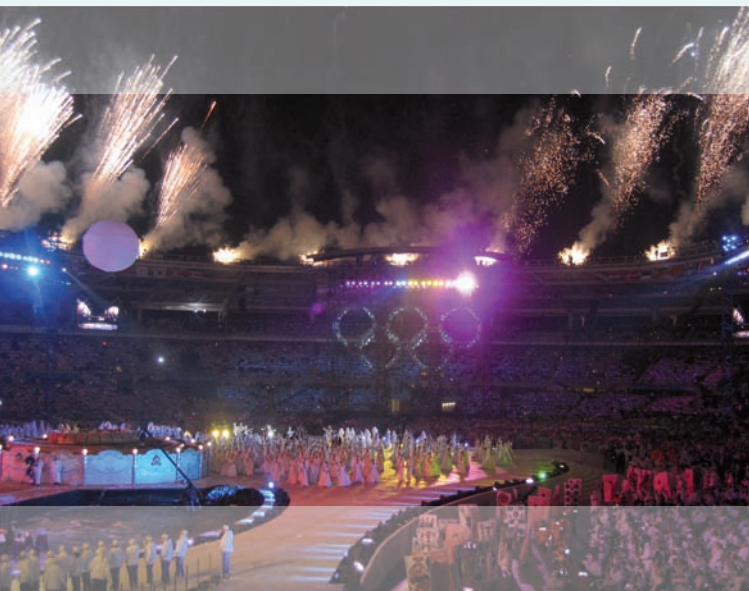
Dabei ist es keineswegs so, dass hier nur etwas abgesegnet werden soll. Nein, der Segen soll gerade kein „Ja“ und „Amen“ zu allem und jedem sein. Natürlich drückt der Segen unseren Wunsch aus, dass gelingt, was jetzt beginnt - die Ehe, das Leben mit dem Kind, die Schule oder das Erwachsenwerden, unsere Aufgaben. Aber um den Segen zu bitten ist vielmehr ein Vertrauen zu Gott, weil Menschen wissen: Unser Vermögen und unsere Kräfte sind begrenzt. Dass unser Leben gelingt, liegt nicht allein in unserer Hand. Darum eben auch mit der Bitte um Halt in Tagen einer möglichen Krise, damit man sie besteht, wenn sie denn kommen sollte. Das gehört zur Bitte um den Segen ja dazu, auch wenn es im Moment des Glücks selbst manchmal schnell in Vergessenheit gerät. Ich glaube, dass die Bitte um Segen ein Wunsch nach Bewahrung und Begleitung Gottes ist.

Und wir sollten Menschen auch den Segen zusprechen. Bei Geburtstagskarten zum Beispiel können wir neben Glückwünschen auch schreiben: „Ich wünsche dir Gottes Segen für das kommende Lebensjahr“. Oder manchmal einem Menschen vor einer schweren Aufgabe oder beim Abschied sagen: „Gehe hin im Segen des Herrn.“ Wir befehlen so Menschen Gott an und verweisen darauf: Unser Leben liegt auch in Gottes Hand.

Claudia Rudolff

Gebet

Dir danke ich mein Gott,
für alles, was mir gelungen ist,
für den Segen,
den du auf mein Tun und Wirken gelegt hast.



Dich bitte ich um Vergebung
für alles, was dir an mir nicht gefällt,
für meine Schwächen
und mein Versagen.
Dir vertraue ich mich an
mit allen, die mein Leben teilen
und mit mir zusammen Sport treiben
und Umgang haben.

Schenke mir Ruhe diese Nacht
und lass mich fröhlich morgen den Tag
in deinem Namen beginnen.

Nach Gebet 878 aus: Evangelisches Gesangbuch,
Ausgabe für die Ev. Kirche von Kurhessen-Waldeck, Kassel 1994

Mensch, gib doch ab!

Ich schaue mir gerne ein Eishockeyspiel an. Nicht nur die Zuschauer in den Stadien verfolgen und kommentieren alles, was auf dem Spielfeld passiert. Das tun auch engagierte Eltern und Großeltern, wenn ihre Sprösslinge auf dem Eis auflaufen. Beispielsweise wenn einer den Puck hat und mit ihm nach vorn stürmt, immer Richtung gegnerisches Tor. Dann kann es manchmal brenzlig werden. Die Gegenspieler kommen immer näher und versuchen den Puck zu bekommen.

In solchen Situationen rufen die Fans dem Stürmer zu: „Abgeben, abgeben, Mensch, gib doch ab!“ Mancher Spieler stellt sich taub und versucht weiter allein das Tor zu erreichen. Doch meist sind solche Versuche zum Scheitern verurteilt. Eishockey ist nicht umsonst ein Mannschaftsspiel und „Abgeben“ gehört zu einem guten Spiel eben dazu.

„Abgeben, Mensch, gib doch ab!“ Ein toller Satz. Nicht nur beim Eishockey, sondern auch im Leben. Wie gut, wenn ich andere einbeziehen kann oder erst meinen Teil erledige, aber es dann auch gut lassen und an andere abgeben.

Aber manchmal schaffe ich es nicht, loszulassen, will das Spiel selbstbestimmen, aus Sorge, dass andere es nicht so gut machen wie ich.

So versuche ich mit den Herausforderungen allein fertig zu werden. Allein aus eigener Kraft. Bis ich irgendwann merke: es wird zu viel. Da spüre ich auch: ich muss meine Strategie überdenken.

Abgeben - zusammenspielen.

Das gilt nicht nur auf dem Eishockeyfeld, sondern auch auf dem Spielfeld des Lebens, von Mensch zu Mensch. Ich glaube, dass gilt auch im Zusammenspiel von Gott und Mensch. „Abgeben, Mensch gib doch ab!“ Das gilt wie eine moderne Übertragung des alten Psalmverses: „Wirf dein Anliegen auf den Herrn, der wird dich versorgen“ (Psalm 55,23).

Ich stelle mir vor, Gott steht manchmal auf dem Spielfeld des Lebens und ruft mir zu:

„Abgeben, Mensch, gib doch ab! Für deine Sorgen habe ich ein offenes Ohr und da, wo du müde bist und keinen Mut mehr hast zum Weitergehen, will ich deine Lebensgeister wieder wachrufen.“



So kann ich Kraft schöpfen und mich mit frischer Energie wieder ins Spiel einbringen. Dabei will ich den Zuruf nicht überhören: „Abgeben, Mensch, gib doch ab.“

Claudia Rudolff nach einer Idee von Dorothea Frank

Segen

Der Herr segne Dich und mache Dich frei,
von allen inneren und äußeren Zwängen,
von allem „Du musst“; „Du sollst“;
von allen Erwartungshaltungen anderer,
„man tut“, „es wäre gut wenn“.

Er gebe Dir Mut und Kraft,
Deinen eigenen Weg zu gehen,
den für Dich bestimmten Weg zu suchen
und zu finden.

Er behüte Dich
– und schütze Dich vor allem Unheil!
Er lasse sein Antlitz über Dir leuchten, sei Dir gnädig
und schenke Dir reichlich sein Erbarmen.

Er schenke Dir offene Augen und Ohren,
auf dass Du allezeit seine Taten und Wunder
erkennst in den unscheinbaren Dingen des Alltags.

Er schenke Dir Frieden und Heil.
Lob und Tadel anderer sollen Dich weder beirren,
noch verwirren.

Er schenke Dir innere Sicherheit und Zuversicht.
In dunklen Stunden sende er Dir einen Stern,
der Dich leitet,
in Traurigkeit einen Menschen der Dich tröstet!

Mit seinem Segen sei er Dir alle Zeit nahe,
umgebe Dich mit seinem Beistand,
auf dass Du wachsen und reifen kannst
und Deinen Weg findest!

So bewahre Dich der Herr, dein Gott,
der Dich ins Leben rief und will,
dass Du lebst und glücklich bist!

Amen.

Verfasser unbekannt

Fundstücke

Psalm 23 für Sportler

Der Herr ist mein Schiedsrichter.
Er fällt kein falsches Urteil über mich.
Er kennt mich,
besser als ich mich selbst.
Er durchschaut mich
und weiß, wie ich es wirklich meine.
Wenn ich enttäuscht bin
richtet er mich auf.
Wenn ein Sieg mich überschäumen lässt,
zeigt er mir das rechte Maß.
In Dunkelheit ist er mir Licht.
In der Hitze ein kühlender Schatten.
Vor dem Spiel ist er meine Gelassenheit.
Nach dem Wettkampf meine Ruhe.
Es fehlt mir an nichts,
weil ich ihm vertrauen darf.
Mein Leben ist in seiner Hand,
was immer auch geschieht.
Der Herr ist mein Trainer,
ich werde nicht versagen.
Er bleibt an meiner Seite,
wenn alle mich verlassen.
Er ist mein Halt,
wenn alle Sicherheiten wegbrechen.
Seine Zuwendung ist mir gewiss
für alle Zeit.

Roland Breitenbach aus: Marcus C. Leitschuh, Paulus Terwitte,
Klaus Vellguth (Hrsg), Bei Gott bist Du Champion, Verlag Butzon
& Bercker, www.dsg.or.at

Im Stangenwald des Lebens

Hochkonzentriert stehen die Slalomläuferinnen und Slalomläufer im Servicebereich vor dem Starthaus und bereiten sich auf ihren Lauf vor. Die Piste ist präpariert, die Torkombinationen sind gesteckt.

Für einen Laien wirkt die Vielzahl der Torstangen verwirrend. Gerade darum ist es für die Akteure wichtig, noch einmal in Gedanken die Herausforderungen durchzugehen, die sie erwarten. Sie prägen sich die Geländeübergänge ein, die Tücken des Hangs. Gleich geht's los. Der Countdown läuft. 3-2-1-Start!

Dann gilt es, schnell in den Lauf hineinzukommen und den Rhythmus zu finden. Nicht alle Passagen oder Teilabschnitte dürfen mit dem gleichen Schwung angegangen werden. Wer zu viel will, wird leicht aus der Bahn geworfen. Immer nur volles Tempo ist nicht gesund. Da heißt es schon mal, Geschwindigkeit wegnehmen.

Oft ist auch Geduld notwendig, um den Schwung nicht zu früh anzusetzen, damit anschließend im richtigen Augenblick wieder beschleunigt werden kann. Nicht immer ist die Ideallinie der kürzeste Weg.

Manchmal erfordern die sehr kurzen Torabstände beim Slalom extrem kurze Richtungswechsel. Dabei spielen Körperbeherrschung und Skiführung eine entscheidende Rolle. Die richtige Balance muss gefunden werden. Es gilt, die Ski zum richtigen Zeitpunkt zu belasten. Wer hofft, keine Schläge erleiden zu müssen, macht sich was vor.

Manchmal denke ich, dass das Leben einem Slalomkurs ähnelt. Rhythmus, Balance, Gewichtsvlagerung, ..., alles dies sind Begriffe, die sich auch auf unseren Alltag übertragen lassen.

Wer der Fixierung auf einen isolierten Lebensbereich verfällt, sei es dem Beruf, dem Sport, wird irgendwann einmal feststellen müssen, dass ihm

vieles entgangen ist. Eine solche Fixierung kann zu überspannten Erwartungen, Überhöhungen und schließlich zu Einsamkeit und tiefem Fall führen.

Gibt es in meinem Leben neben all den Zeiten der Anspannung und Betätigung auch Ruhephasen, in denen ich regenerieren und darüber nachdenken



kann, was wirklich zählt im Leben? Finde ich Zeit, persönliche Beziehungen zu pflegen?

Was gibt mir eine innere Balance?

Gerade im Stangenwald des Lebens muss ich so manches Tor durchqueren, das alles andere als flüssig gesteckt ist. Es kann immer wieder zu Unachtsamkeiten kommen. Wer hilft mir auf, wenn ich einfädele?

„Weise mir HERR deinen Weg, dass ich wandle in deiner Wahrheit; erhalte mein Herz bei dem einen, dass ich deinen Namen fürchte!“ (Psalm 86,11)

Thomas Weber

... in allen Kurvenlagen

Rennrodeln oder Bob sind für mich der Hundertmeterlauf des Wintersports. Kaum ist der Start vorbei - man verfolgt einen winzigen Punkt auf der Bahn oder mediengerecht auf dem Bildschirm - und schon ist das Ziel erreicht.

Eine Winzigkeit entscheidet oftmals über Sieg und Platzierung. „Die jahrelange Vorbereitung hat sich gelohnt und ausgezahlt“, wird dann den einen zugejubelt. Bei den weniger Erfolgreichen scheint sie für die Katz gewesen zu sein. Es ist eine Tragik der Vorbereitung, dass ohne sie der Erfolg nicht möglich wäre und dass sie immer schlechter wegkommt, als das in oft wenigen Sekunden geborene Endergebnis. Ich könnte die Vorbereitung gut verstehen, wenn sie sich in den Schmollwinkel zurückziehen würde. Stellen wir daher den Erfolg einmal etwas hinten an und lassen der Vorbereitung den Vortritt.

Es könnte die Vorbereitung etwas gnädiger stimmen, wenn sie entdecken würde, dass auch ihr etwas vorausgeht, ohne das sie nicht existieren würde. Es ist die Begeisterung des Menschen für eine bestimmte Sportart. Im Rodeln die Freude an der Geschwindigkeit, das Erleben der Schwerkraft in den Kurven oder das Austesten der Bahneigenschaften. Erst dann beginnt ja die Vorbereitung.

Wie optimiere ich mein Sportgerät? Wie viele „Bastelstunden“ stecken alleine hierin! Welches Material wähle ich aus? Und das beste Material nützt nichts, wenn ich nicht zum Beispiel beim Doppelrodler mit meinem Partner harmoniere und wir uns nicht hundertprozentig aufeinander verlassen können. Aus den Kurven würden wir fliegen. All dies zu erleben und zu optimieren, kann und will sogar bei aller Mühe Freude bereiten. Ich bin sicher, dass alle Sportlerinnen und Sportler auch die Freude an der Vorbereitung erlebt haben. Sonst würde man die lange Laufbahn wohl nicht durchstehen.

Die Vorbereitung hat auch einen inneren Selbstwert. Man könnte auch sagen, sie schenkt Erfahrung und stärkt auf langen Wegen und solchen durch Höhen und Tiefen. Und was für den Sport gilt, das gilt auch für das Leben. In der Ausbildung, in der Freundschaft und Partnerschaft, in Familie und Beruf. Wenn ich ein Ziel und damit einen



Erfolg anstrebe, braucht es also eine gute Vorbereitung und den Willen dazu. So müssen eben der Vorbereitung noch andere Grundvoraussetzungen vorangehen: Freude und Begeisterung, Ansporn und Phantasie. Die Faszination beim Rennrodeln ist Geschwindigkeit und Schwerkraft. In der Freundschaft und Partnerschaft könnte dies das Gefühl der Liebe und des gegenseitigen Angenommenseins bedeuten.

Das Ergebnis des Wirkens Jesu ist sein Tod und seine Auferstehung und die Zusage an uns, dass unser Leben bei Gott über den Tod hinaus angenommen und erlöst ist. Die Evangelien berichten von den Vorbereitungen auf dieses Glaubensgeheimnis.

Damit diese beginnen konnten, bedurfte es der Begeisterung Gottes zu uns in seiner Menschwerdung.

Hans-Gerd Schütt

Spuren im Neuschnee

Wenn es die ganze Nacht geschneit hat und am nächsten Morgen die Sonne scheint, zieht es jeden Skiläufer oder Snowboarder hinaus in die Natur. Die weiße Pracht liegt noch ganz unberührt da. So mancher steht oben, blickt den Hang hinunter und sucht eine Möglichkeit, dort eine Spur in den Tiefschnee zu ziehen, wo noch kein anderer zuvor hergefahren ist. Niemand käme auf die Idee, eine andere Spur zu kopieren.

Ein Glücksgefühl stellt sich bei der Abfahrt ein. Scheinbar mühelos werden die Schwünge in den frischen Schnee gezogen. Und dann der Blick zurück auf die eigene Spur. Faszinierend. „Diese Spur stammt von mir.“

So kann das Tiefschneefahren ein Vergleich für das Leben sein. Jeder Mensch gräbt mit seinem Leben eine Lebensspur in den Neuschnee dieser Welt, die nur er allein einzugraben vermag. Es ist seine Spur, die seinem Wesen entspricht. Reif ist der Mensch, mündig ist der Athlet, der sich nicht nur nach den Spuren der anderen richtet, sondern der klar und deutlich seine Spur in den Neuschnee zieht.

Thomas Weber

Glück oder Unglück

Einem Bauern lief eines Tages ein Pferd davon und kam nicht mehr zurück. Da hatten die Nachbarn Mitleid mit dem Bauern und sagten: „Du Armer! Dein Pferd ist weggelaufen, welch ein Unglück!“ Der Bauer antwortete: „Wer sagt denn, dass dies



ein Unglück ist?“ Und tatsächlich kehrte nach einigen Tagen das Pferd zurück – und brachte ein Wildpferd mit!

Da sagten die Nachbarn: „Erst läuft dir das Pferd davon – und dann bringt es noch ein zweites mit. Was hast du bloß für ein Glück!“ Der Bauer schüttelte den Kopf und entgegnete mit einer Frage: „Wer weiß, ob das Glück bedeutet?“ Das Wildpferd wurde von seinem ältesten Sohn ingeritten. Dabei stürzte er und brach sich ein Bein.

Die Nachbarn eilten herbei und sagten: „Welch ein Unglück!“ Der Bauer gab zur Antwort: „Wer will wissen, ob das ein Unglück ist?“ Kurz darauf kamen

die Soldaten des Königs ins Dorf und zogen alle jungen Männer für den Kriegsdienst ein. Den ältesten Sohn des Bauern ließen sie zurück wegen des gebrochenen Beins. Da riefen die Nachbarn: „Was für ein Glück! Dein Sohn wurde nicht eingezogen!“ Der Bauer fragte wieder: „Wer sagt denn, dass dies ein Glück ist?“

Diese Geschichte könnte noch lange weiter erzählt werden. Glück oder Unglück – wer weiß das wirklich zu unterscheiden? Oftmals erfahren wir erst später, dass ein vermeintliches Glück gar keins war und dass ein vordergründiges Unglück am Ende Glück bedeutet hat.

Wir können dabei sicher sein: Unser Leben steht nicht in den Händen eines blinden Schicksals, sondern in der Hand des lebendigen Gottes. „Und der HERR, dein Gott, wird dir Glück geben zu allen Werken deiner Hände, ..., weil du der Stimme des HERRN, deines Gottes, gehorchst und hältst seine Gebote und Rechte.“ (5. Mose 30,9+10)

Thomas Weber

Na und?

Ein Herr geht durch eine stille Straße eines besseren Stadtviertels. Am Eingang einer kleinen Villa sieht er, wie ein Mann sich bemüht, ein Pferd in den Hauseingang zu schieben. Er bleibt stehen und beobachtet die Szene eine Weile. Aus der Türe ruft ihm der Mann zu: „Wissen Sie, wenn Sie ein bisschen Zeit haben, können Sie mir ein wenig helfen.“ „Aber gern!“ Gemeinsam bugsieren sie also das Pferd die Treppe hinauf. Als sie im ersten Stock angekommen sind, will sich der Herr verabschieden. „Ach nein,“ sagt der andere, „entschuldigen sie vielmals. Das Pferd muss nämlich noch in die Badewanne.“ Nach einer weiteren halben Stunde haben die Beiden das Pferd in der Badewanne verstaут. Es legt den Kopf auf den Rand und bleckt mit den Zähnen.

Als sich der Herr verabschiedet, fragt er höflich:
„Verzeihen Sie, ich möchte nicht indiskret sein,
aber können sie mir nicht verraten, warum das
Pferd in die Badewanne muss?“

„Ja,“ sagt der Gefragte. „Ich habe nämlich eine
Freundin, die die Gewohnheit hat, immer nur ‚Na



und?’ zu sagen. Schenke ich ihr eine Konzertkarte,
sagt sie ‚Na und?‘. Schenke ich ihr eine Reise, sagt
sie ‚Na und?‘. Schenke ich ihr einen Brillantring,
sagt sie ‚Na und?‘ „.

„Schon recht, aber was hat das mit dem Pferd in
der Badewanne zu tun?“ „Nun, in einer Stunde
wird meine Freundin nach Hause kommen. Sie
wird ins Badezimmer gehen, um sich die Hände
zu waschen. Sie wird aufgeregt zu mir gestürzt
kommen: ‚Um Himmels willen! In der Badewanne
ist ein Pferd!‘ Und ich werde sagen: ‚Na und?‘“

Ist es selbstverständlich, dass mein Herz an
einem normalen Werktag mehr als 103 000 mal

schlägt, das Blut einen Weg von mehreren tausend Kilometern durch meinen Körper zurücklegt? Ist es selbstverständlich, dass ich täglich im Schnitt 23040 mal atme und sieben Millionen Gehirnzellen in Tätigkeit setze? Ist es selbstverständlich, dass vieles, was ich tue, gelingt, schön ist und gut? Selbstverständlich, dass es Menschen gibt, die mich brauchen und die brauche? Dass ich mich entwickeln und mich verändern kann? Alles selbstverständlich?

Thomas Weber

Sich im Frieden trennen

Was passiert, wenn zwei starke Persönlichkeiten dicht nebeneinander leben? Sie sind schon reich, wollen ihren Besitz aber noch vermehren – beide auf demselben Gebiet. – Es kracht eines Tages. „Es war immer Zank zwischen den Hirten von Abrahams Vieh und den Hirten von Lots Vieh“, heißt es in der biblischen Geschichte. „Das Land konnte es nicht ertragen, dass sie beieinander wohnten, denn ihre Habe war sehr groß“. – Was meinen Sie, welche Lösung die beiden finden? Abraham, der Vater des Glaubens und sein erwachsener Neffe Lot, zusammen mit ihren Großfamilien als Nomaden in der Steppe unterwegs.

Man denkt, sie raufen sich zusammen. Fromme Menschen sollten sich doch verstehen, die Harmonie über alles stellen. Vielleicht wird einer der Chef und der andere ordnet sich unter.– Ich denke, viele kennen solche Ansprüche an sich selbst: Sei friedlich und versöhnlich. Der Klügere gibt nach. Jeder muss mal Abstriche machen, um des Friedens willen.

Ich erinnere mich daran, wenn wir früher zu Hause in der Familie am Tisch anfangen zu streiten, warf die Mutter uns scharfe Blicke zu. Das war die erste Mahnungsstufe. Und wenn die nichts half, gab es unterm Tisch kleine Tritte ans Schienbein.

Mahnstufe zwei mit der stillen Botschaft: Christen streiten nicht.

Doch wir wissen, bei solcher Art Waffenruhe, können im Stillen die Wände wackeln. Dicke Luft. Der Druck wächst nach innen.

Abraham und Lot wollen beide voran kommen. Wenn nicht offen, dann wird der Konflikt heimlich ausgetragen. Wessen Schafherde wächst schneller? Wer hat die besseren Weideplätze? Neid entsteht nur da, wo man sich sehen und vergleichen kann. Und der bitterste Streit schwelt häufig unter der Käseglocke verordneter Harmonie.

Abraham schlägt eine Lösung vor: „Lass doch nicht Zank sein zwischen meinen und deinen Hirten. Denn wir sind Brüder. Trenne dich doch von mir. Willst du links, so gehe ich nach rechts. Willst du rechts, so gehe ich nach links.“ Eine kluge Lösung. Wir trennen uns. Und überraschend die Begründung: Wir sind Brüder. Offenbar kann man eine Beziehung auch erhalten, indem man auf Distanz geht. Sich gegenseitig frei gibt. Du brauchst deinen Raum und ich meinen. Ich will mich entwickeln und du willst dich entwickeln. Und diese Lösung kommt auf elegante Weise zu Stande. Der Ältere ergreift die Initiative, sagt offen sein Interesse. Der Streit wird nicht unter den Teppich gekehrt. Abraham lässt dem Jüngeren die Wahl: rechts oder links. Nicht etwa, du kannst dort oben in die trockenen Berge gehen und ich bleibe hier im fruchtbaren Tal. Nein, Lot als der Schwächere soll wählen.

Ich träume davon, dass wir so auf der Erde leben könnten: Faire und offene Auseinandersetzungen führen, aber ohne den dicken Knüppel zu schwingen. Was wir haben, teilen. Gerecht teilen. Im Privaten. Im Beruf. Und am allerwichtigsten ist das wohl unter den Völkern und Nationen. Zu beachten: Das ist mein und das ist dein. Das euer Land, das unser Land. Das sind eure Rohstoffe, euer Öl, und das sind unsere Fähigkeiten, etwas daraus

zu machen. Das ist eure Religion und das unsere. Wir müssen uns nicht alle lieben. Christen und Moslems. Araber, Juden und Menschen der westlichen Welt. Wir müssen nicht Harmonie spielen. Aber gerecht muss es zugehen, wenn wir wirklich Frieden haben wollen.

Pfarrer Helmut Wöllenstein, Bad Wildungen

Mein Schutzengel

Wenn man ihn sehen könnte, wäre mein Schutzengel ein Mensch wie du und ich. Ich glaube, er ist ein fröhlicher Engel, der gerne lacht und dem es gefällt, mir hin und wieder ein Bein zu stellen.

Ich bin sicher, er ist gar nicht zu meinem Schutze da – eher hat er die Aufgabe, mich zu behüten. Er nimmt mir nichts ab, was mir passiert; ich kann mich nicht in ihn oder zu ihm flüchten, damit er mir Schutz gewährt. Auch wenn er mein ständiger persönlicher Begleiter ist, hat er wohl eher die Aufgabe eines Schiedsrichters, der die Einhaltung der Regeln zu überwachen hat, die vom Schicksal vorgegeben sind.

Mein Schutzengel kann mich also nicht schützen vor etwas, das mir bestimmt ist. Um das Sterben beispielsweise komme ich nicht herum – aber auch um das Leben nicht. Müßig, sich mit der Frage nach dem „Wie“, „Wann“ oder „Warum“ zu beschäftigen. Mein Schutzengel würde auf die Frage nach den Unbillen des Lebens antworten: „That’s life ...“

Darüber hinaus hat er eine recht ungewöhnliche Art, mich zu behüten. Ich meine diese ewige Beinstellerei. Oft schon hat er mich straucheln lassen, damit der Schreck mich aufmerksamer durch das Leben gehen lässt. Regelmäßig sorgt er dafür, dass ich verliere, damit ich mich wieder des Gewinns entsinne. Er lässt es zu, dass ich mich verletze, damit ich mich meiner Verletzlichkeit erinnere. Und

er sorgt für den einen oder anderen Verlust, damit ich nie vergesse, was „Wert“ ist.

Es ist kein einfaches Leben mit einem solchen Schutzengel in mir, aber ein schönes. Das, was er mir gibt und bietet, ist viel mehr, als es das Wort „Schutz“ auszudrücken vermag. Denn auch wenn



er mich hin und wieder straucheln lässt, so wird er mich nie fallen lassen. Da bin ich sicher! Und dieses Gefühl der Sicherheit ist es, das mir die Kraft gibt, mich selbst zu schützen.

Robert Kuehl,

<http://www.e-stories.de/view-kurzgeschichten.phtml?11466>

Inhalt

Geleitwort	3
Euer Team	5

Am Morgen – „Hellwach“ 6

Psalm	6
Der Fischfang des Petrus	6
Auslegung	7
Die Botschaft der Sicherheitsbindung	8
Gebet	11
Segen	11

Am Mittag – „Atem holen“ 12

Mittagspause	12
Brot – mehr als Nahrung	14
Der Mittag	17

Am Abend – „Der Tag vergeht“ 18

Nach Psalm 127	18
Segen	18
Auslegung	19
Gebet	21
Mensch, gib doch ab	22
Segen	24

Fundstücke 25

Psalm 23 für Sportler	25
Im Stangenwald des Lebens	26
... in allen Kurvenlagen	28
Spuren im Neuschnee	30
Glück oder Unglück	31
Na und?	32
Sich im Frieden trennen	34
Mein Schutzengel	36

Impressum

Herausgeber

Sekretariat der
Deutschen Bischofskonferenz
Kaiserstr. 161 • 53113 Bonn
www.dbk.de
und
Kirchenamt der
Evangelischen Kirche in Deutschland (EKD)
Herrenhäuser Str. 12 • 30419 Hannover
www.ekd.de

Layout

CI-IT Consulting & Design, Wiebelsheim
www.ci-it.de

Bildquellennachweis

Titel: picture alliance/Rolf Kosecki
S. 7: privat
S. 9: privat
S. 13: privat
S. 15: picture alliance
S. 19: picture alliance/augenblick
S. 21: privat
S. 23: privat
S. 27: privat
S. 29: privat
S. 31: privat
S. 33 : (c) dpa-Report
S. 37: privat

Auflage
1.000



Für die Sportlerinnen und Sportler

DEUTSCHER OLYMPISCHER SPORTBUND



NATIONALER DEUTSCHER
PARALYMPISCHER SPORTVERBAND
GERMANY A.K.

