

Du in mir, ich in Dir

Liebe Studierende und Freunde der KHG!

Jesus hat aus einer ganz innigen Beziehung zu seinem Vater gelebt. Immer wieder hat er sich allein zum Gebet zurückgezogen. Besonders im Johannesevangelium spricht er diese Nähe besonders deutlich aus. Heute nur als Beispiel ein paar Sätze aus dem Johannesevangelium:

„Wer mich gesehen hat, hat den Vater gesehen“ (Joh 14, 9)

„Glaubt mir doch, dass ich im Vater bin und dass der Vater in mir ist (Joh 14,11)

Immer wieder dieses „in mir“. Diese Worte tauchen im Johannesevangelium öfters auf.

Als ich diese Worte betrachtet habe, kam ich selbst in das persönliche Gebet.

Im Vertrauen auf die Zusage, dass der Heilige Geist in meinem Inneren wohnt, habe ich ganz einfach gebetet: „Du in mir, ich in Dir“.

Vielleicht möchtest du dich diesem einfachen Gebet anschließen?

Nimm dir einen Stuhl oder einen Knieschemel/ Gebetskissen, wo du aufrecht und bequem sitzen kannst.



Schließe die Augen und horche in dich hinein.

Achte zunächst auf deinen Leib, dann auf deinen Atem. Wie nimmst du das Strömen der Luft durch deinen Leib wahr? Lass dir Zeit, um „anzukommen“!

Und dann sprich diese Worte „Du in mir, ich in Dir“, du kannst dies im Wechsel von Ein- und Ausatmen tun.

Die Kraft liegt dabei aber gar nicht in den Worten, sondern im achtsam werden für die Gegenwart Gottes in dir, im Augenblick, an diesem Tag. Diese wenigen Worte können dafür eine Hilfe sein: „Du in mir, ich in Dir“

Ich wünsche euch eine gesegnete Zeit, bleibt behütet

Mario