

# Impuls am 2. Tag:

## Ankommen

Suche Dir einen Platz, an dem Du Dich wohlfühlst. Wenn Du willst, zünde eine Kerze an und mache das Kreuzzeichen:

Im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes. Amen.

Genieße einen Moment der Stille und mach Dir bewusst, dass Gott jetzt da ist. Dann kannst Du folgendes Gebet sprechen.

## Gebet

Menschennaher Gott,  
die Welt ist Deiner so voll.  
Im Gebet, aber auch im Alltag, sogar in Filmen  
bist Du zu finden.  
Schenke mir nun Zeit der Begegnung mit Dir,  
damit ich begreife,  
was Du mir jetzt sagen willst  
und wie Du mich beschenken möchtest  
Darum bitte ich durch Christus, unseren Herrn.  
Amen.

## Schriftwort

An einem Sabbat ging Jesus durch die Kornfelder und unterwegs rissen seine Jünger Ähren ab. Da sagten die Pharisäer zu ihm: Sieh dir an, was sie tun! Das ist doch am Sabbat nicht erlaubt. Er antwortete: Habt ihr nie gelesen, was David getan hat, als er und seine Begleiter hungrig waren und nichts zu essen hatten, wie er zur Zeit des Hohepriesters Abjatar in das Haus Gottes ging und die Schaubrote aß, die außer den Priestern niemand essen darf, und auch seinen Begleitern davon gab? Und Jesus sagte zu ihnen: Der Sabbat wurde für den Menschen gemacht, nicht der Mensch für den Sabbat. Deshalb ist der Menschensohn Herr auch über den Sabbat.

(Mk 2,23-28)

## Impuls

Erfolgsorientierung kann uns helfen, über uns selbst hinauszuwachsen. Sie kann aber auch Druck und Überforderung bedeuten. Perfektionismus ist in der Gefahr Kälte und Unbarmherzigkeit in die Welt zu bringen. So wird der Schüler Wladim aufgrund seiner

mangelnden Fitness einfach zurückgelassen. Bernard bringt sich sogar in Lebensgefahr. Im Streben unbedingt den Fluss überqueren zu wollen, schaltet er seinen Verstand aus und stürzt sich ins Verderben. Nadeshs Denken kreist so sehr um das Stipendium, dass sie moralische Grenzen, wie das Lesen in Zachs Tagebuch, überschreitet.

Jesus kritisiert den Perfektionismusanspruch der Gesetzeslehrer und Schriftgelehrten, den diese in der Umsetzung der biblischen Gebote haben. Er erkennt, dass die wortwörtliche aber nicht durchdachte Umsetzung des Gesetzes das Leben nicht fördert und bereichert, sondern im Gegenteil eng und unmenschlich macht.

Auch in unserem Leben merken wir, dass uns gesetzte Aufgaben und Situationen überfordern, lähmen und unsere Kraft aus uns herausaugen.

## **Impulsfragen**

In welchen Bereichen neige ich zu einem übertriebenen Perfektionismus?

Habe ich Strategien entwickelt, die mich aus solchen Hamsterrädern wieder herausholen?

Bei welchen Gelegenheiten fordere ich von anderen Menschen zu viel ein?

## **Stille**

### **Vater unser**

Vater unser im Himmel,  
geheiligt werde dein Name.

Dein Reich komme, dein Wille geschehe,  
wie im Himmel so auf Erden.

Unser tägliches Brot gib uns heute  
und vergib uns unsere Schuld  
wie auch wir vergeben unseren Schuldigern.

Und führe uns nicht in Versuchung,  
sondern erlöse uns von dem Bösen.

Denn dein ist das Reich und die Kraft  
und die Herrlichkeit, in Ewigkeit. Amen.

## **Abschluss**

Mache erneut das Kreuzzeichen und sprich dieses Segensgebet:

Gott, der Allmächtige, segne mich, beschütze mich vor allem Unheil und führe mich zum ewigen Leben. Amen.