

The background is a dark purple color. On the left side, there are several thick, bright pink lines that form abstract, angular shapes. One line starts from the top left and curves downwards. Another line starts from the middle left and goes up and right. A third line starts from the bottom left and goes up and right. On the right side, there are two curved pink lines, one at the top and one at the bottom, resembling arcs or partial circles.

PAUSE FÜR DIE SEELE

Vierzig Tage, die gut tun.

EXERZITIENBEGLEITER

für die Woche 02.03. - 08.03.



BIBELTEXT FÜR DIE WOCHE

5 So kam er zu einer Stadt in Samarien, die Sychar hieß und nahe bei dem Grundstück lag, das Jakob seinem Sohn Josef vermacht hatte.

6 Dort befand sich der Jakobsbrunnen. Jesus war müde von der Reise und setzte sich daher an den Brunnen; es war um die sechste Stunde.

7 Da kam eine Frau aus Samarien, um Wasser zu schöpfen. Jesus sagte zu ihr:

Gib mir zu trinken!

8 Seine Jünger waren nämlich in die Stadt gegangen, um etwas zum Essen zu kaufen.

9 Die Samariterin sagte zu ihm: Wie kannst du als Jude mich, eine Samariterin, um etwas zu trinken bitten? Die Juden verkehren nämlich nicht mit den Samaritern.

10 Jesus antwortete ihr: Wenn du wüsstest, worin die Gabe Gottes besteht und wer es ist, der zu dir sagt: Gib mir zu trinken!, dann hättest du ihn gebeten und er hätte dir lebendiges Wasser gegeben.

11 Sie sagte zu ihm: Herr, du hast kein Schöpfgefäß und der Brunnen ist tief; woher hast du also das lebendige Wasser?

12 Bist du etwa größer als unser Vater Jakob, der uns den Brunnen gegeben und selbst daraus getrunken hat, wie seine Söhne und seine Herden?

13 Jesus antwortete ihr: Wer von diesem Wasser trinkt, wird wieder Durst bekommen;

14 wer aber von dem Wasser trinkt, das ich ihm geben werde, wird niemals mehr Durst haben; vielmehr wird das Wasser, das ich ihm gebe, in ihm zu einer Quelle werden, deren Wasser ins ewige Leben fließt.

15 Da sagte die Frau zu ihm: Herr, gib mir dieses Wasser, damit ich keinen Durst mehr habe und nicht mehr hierherkommen muss, um Wasser zu schöpfen!

16 Er sagte zu ihr: Geh, ruf deinen Mann und komm wieder her!

17 Die Frau antwortete: Ich habe keinen Mann. Jesus sagte zu ihr: Du hast richtig gesagt: Ich habe keinen Mann.

18 Denn fünf Männer hast du gehabt und der, den du jetzt hast, ist nicht dein Mann. Damit hast du die Wahrheit gesagt.

19 Die Frau sagte zu ihm: Herr, ich sehe, dass du ein Prophet bist.

20 Unsere Väter haben auf diesem Berg Gott angebetet; ihr aber sagt, in Jerusalem sei die Stätte, wo man anbeten muss.

21 Jesus sprach zu ihr: Glaube mir, Frau, die Stunde kommt, zu der ihr weder auf diesem Berg noch in Jerusalem den Vater anbeten werdet.

22 Ihr betet an, was ihr nicht kennt, wir beten an, was wir kennen; denn das Heil kommt von den Juden.

23 Aber die Stunde kommt und sie ist schon da, zu der die wahren Beter den Vater anbeten werden im Geist und in der Wahrheit; denn so will der Vater angebetet werden.

24 Gott ist Geist und alle, die ihn anbeten, müssen im Geist und in der Wahrheit anbeten.

25 Die Frau sagte zu ihm: Ich weiß, dass der Messias kommt, der Christus heißt. Wenn er kommt, wird er uns alles verkünden.

26 Da sagte Jesus zu ihr: Ich bin es, der mit dir spricht.

27 Inzwischen waren seine Jünger zurückgekommen. Sie wunderten sich, dass er mit einer Frau sprach, doch keiner sagte:

Was suchst du? oder: Was redest du mit ihr?

28 Die Frau ließ ihren Wasserkrug stehen, kehrte zurück in die Stadt und sagte zu den Leuten:

29 Kommt her, seht, da ist ein Mensch, der mir alles gesagt hat, was ich getan habe: Ist er vielleicht der Christus?

30 Da gingen sie aus der Stadt heraus und kamen zu ihm.

Joh 4, 5–30

MONTAG 02.03.

BITTE

Ich bitte um einen inneren Dialog mit Jesus, bei dem ich zu meiner ganzen Wahrheit stehen kann.

MADELEINE DELBRËL

Das Evangelium ist kein Buch unter anderen. Es ist eine Begegnung, die Christus jedem und jeder von uns schenkt, bis ans Ende der Zeiten; eine Begegnung von Person zu Person, ein wahres, intimes, konkretes Herz-zu-Herz (Deine Augen 89).

KOMMENTAR

Schon bald nach ihrer Bekehrung hat Madeleine Delbr el erfahren, dass es möglich ist, über alle Grenzen von Raum und Zeit mit Jesus Christus so zu sprechen, wie man mit einem geliebten Menschen spricht. In dieser Herzensbegegnung fühlte sie sich im Innersten erkannt mit ihren St arkeiten und mit dem, was in ihr der Heilung bedurfte, mit ihren Grenzen und mit ihren Möglichkeiten.

FRAGE

Ich stelle mir vor, dass Jesus mich anschaut, mit mir spricht und mir zuhört.
Was möchte ich ihm sagen?

DIENSTAG 03.03.

BITTE

Ich bitte um einen inneren Dialog mit Jesus, bei dem ich zu meiner ganzen Wahrheit stehen kann.

TEXT

5 So kam er zu einer Stadt in Samarien, die Sychar hieß und nahe bei dem Grundstück lag, das Jakob seinem Sohn Josef vermacht hatte.

6 Dort befand sich der Jakobsbrunnen. Jesus war müde von der Reise und setzte sich daher an den Brunnen; es war um die sechste Stunde.

7 Da kam eine Frau aus Samarien, um Wasser zu schöpfen. Jesus sagte zu ihr: Gib mir zu trinken!

8 Seine Jünger waren nämlich in die Stadt gegangen, um etwas zum Essen zu kaufen.

9 Die Samariterin sagte zu ihm: Wie kannst du als Jude mich, eine Samariterin, um etwas zu trinken bitten? Die Juden verkehren nämlich nicht mit den Samaritern.

KOMMENTAR

Zur Zeit der größten Mittagshitze setzt sich Jesus erschöpft an den Brunnenrand. Der Text zeichnet ihn ganz menschlich, in einem Moment, wo er am Ende seiner Kraft ist.

Die Begegnung, die hier stattfindet, ist mehrfach ungewöhnlich:

Am Mittag schöpfen Frauen normalerweise kein Wasser. Ein Mann darf eine Frau nicht einfach so ansprechen und schon gar nicht ein Jude eine Samariterin. Das verstößt gegen die Umgangsformen.

FRAGE

Ich stelle mir vor, wie Jesus auch zu mir sagt: Gib mir zu trinken!

Welcher Dialog entwickelt sich zwischen Jesus und mir?

MITTWOCH 04.03.

BITTE

Ich bitte um einen inneren Dialog mit Jesus, bei dem ich zu meiner ganzen Wahrheit stehen kann.

TEXT

10 Jesus antwortete ihr: Wenn du wüsstest, worin die Gabe Gottes besteht und wer es ist, der zu dir sagt: Gib mir zu trinken!, dann hättest du ihn gebeten und er hätte dir lebendiges Wasser gegeben.

11 Sie sagte zu ihm: Herr, du hast kein Schöpfgefäß und der Brunnen ist tief; woher hast du also das lebendige Wasser?

12 Bist du etwa größer als unser Vater Jakob, der uns den Brunnen gegeben und selbst daraus getrunken hat, wie seine Söhne und seine Herden?

13 Jesus antwortete ihr: Wer von diesem Wasser trinkt, wird wieder Durst bekommen;

14 wer aber von dem Wasser trinkt, das ich ihm geben werde, wird niemals mehr Durst haben; vielmehr wird das Wasser, das ich ihm gebe, in ihm zu einer Quelle werden, deren Wasser ins ewige Leben fließt.

KOMMENTAR

Im Gespräch am Brunnen zwischen Jesus und der Samariterin geht es um die Quelle, ums Wasserschöpfen, um das Stillen des Durstes. Die Frau denkt vom Praktischen her. Sie kennt sich aus mit den Abläufen an einem Brunnen. Jesus spricht von Gott als Lebensprinzip, als Quelle, die unaufhörlich in jedem Menschen fließt und zur Verfügung stehen will. Jesus will sich dieser Frau mit seiner Gabe zeigen, Gott als Lebensquelle im Menschen zu wecken.

FRAGE

Jesus bietet mir sein «Wasser», seinen Zugang zu Gott an, damit ich niemals mehr Durst haben muss.

Kann ich bei diesem Angebot von Jesus verweilen?

Was erlebe ich dabei?

DONNERSTAG 05.03.

BITTE

Ich bitte um einen inneren Dialog mit Jesus,
bei dem ich zu meiner ganzen Wahrheit stehen kann.

TEXT

15 Da sagte die Frau zu ihm: Herr, gib mir dieses Wasser, damit ich keinen Durst mehr habe und nicht mehr hierherkommen muss, um Wasser zu schöpfen!

16 Er sagte zu ihr: Geh, ruf deinen Mann und komm wieder her!

17 Die Frau antwortete: Ich habe keinen Mann. Jesus sagte zu ihr: Du hast richtig gesagt: Ich habe keinen Mann.

18 Denn fünf Männer hast du gehabt und der, den du jetzt hast, ist nicht dein Mann. Damit hast du die Wahrheit gesagt.

19 Die Frau sagte zu ihm: Herr, ich sehe, dass du ein Prophet bist.

20 Unsere Väter haben auf diesem Berg Gott angebetet; ihr aber sagt, in Jerusalem sei die Stätte, wo man anbeten muss.

21 Jesus sprach zu ihr: Glaube mir, Frau, die Stunde kommt, zu der ihr weder auf diesem Berg noch in Jerusalem den Vater anbeten werdet.

22 Ihr betet an, was ihr nicht kennt, wir beten an, was wir kennen; denn das Heil kommt von den Juden.

23 Aber die Stunde kommt und sie ist schon da, zu der die wahren Beter den Vater anbeten werden im Geist und in der Wahrheit; denn so will der Vater angebetet werden.

24 Gott ist Geist und alle, die ihn anbeten, müssen im Geist und in der Wahrheit anbeten.

KOMMENTAR

Das Gespräch nimmt jetzt noch einen anderen Verlauf. Unvermutet bringt Jesus die Liebesbeziehungen der Frau ins Gespräch. Erstaunt über das Wissen um ihre Lebenssituation vermutet die Frau in Jesus einen Propheten. Ebenso plötzlich bringt sie die Gebetstradition ihres Volkes ins Gespräch. Jesus hält die Streitfrage zwischen Juden und Samaritern um den richtigen Kult-Ort für belanglos. Wichtig ist für ihn, dass Gott im Geist und in der Wahrheit angebetet wird. Jesus weitet den Blick der Frau in diesem Konflikt und weckt in ihr die Sehnsucht nach dem lebendigen Gott.

FRAGE

Wo möchte ich heute verweilen:

Beim Ansprechen meiner Wahrheit vor Jesus?

Bei der Anbetung Gottes im Geist und in der Wahrheit?

FREITAG 06.03. UND SAMSTAG 07.03.

BITTE

Ich bitte um einen inneren Dialog mit Jesus,
bei dem ich zu meiner ganzen Wahrheit stehen kann.

TEXT

25 Die Frau sagte zu ihm: Ich weiß, dass der Messias kommt, der Christus heißt. Wenn er kommt, wird er uns alles verkünden.

26 Da sagte Jesus zu ihr: Ich bin es, der mit dir spricht.

27 Inzwischen waren seine Jünger zurückgekommen. Sie wunderten sich, dass er mit einer Frau sprach, doch keiner sagte:

Was suchst du? oder: Was redest du mit ihr?

28 Die Frau ließ ihren Wasserkrug stehen, kehrte zurück in die Stadt und sagte zu den Leuten:

29 Kommt her, seht, da ist ein Mensch, der mir alles gesagt hat, was ich getan habe: Ist er vielleicht der Christus?

30 Da gingen sie aus der Stadt heraus und kamen zu ihm.

KOMMENTAR

Im Blick und im Gespräch mit Jesus erkennt die Frau wie im klaren Wasser des Brunnens ihre Wahrheit. Gleichzeitig kann Jesus dieser Frau gegenüber zu seiner Wahrheit stehen:

Er ist der Messias, den Juden und Samariterinnen erwarten.

FRAGE

Da, wo es mir geschenkt wird, zu meiner Wahrheit zu stehen, kann auch Gott mit seiner Wahrheit aufscheinen.

Kann ich diesen Zusammenhang nachvollziehen oder ihn einfach mal mit auf meinen Weg nehmen?

SONNTAG 08.03.

RÜCKSCHAU AUF DIE WOCHE

Ich schaue auf die vergangene Woche zurück.

Wovon wurde ich angesprochen?

Was hat mich bewegt?