

## **Texte der Andacht Anders „Raststätte für die Seele“**

### **Gebet**

Ich möchte meine innere Unruhe zur Seite legen,  
ohne den dauernden Blick auf die Uhr auskommen.  
Doch meine Uhr im Bauch tickt unaufhörlich,  
treibt mich immer neu zur Eile an.  
Ich spüre die Sehnsucht in mir,  
anhalten zu können, dem ständigen Treiben zu entfliehen.  
Doch schneller und schneller dreht sich mein Leben im Kreis  
und entreißt mich immer wieder der Gegenwart.  
Ich will mich im Augenblick spüren,  
will mir Zeit nehmen für das, was zählt.  
Darum mache mich ruhig Gott, damit ich empfangen und wahrnehme,  
was du mir schenkst. Amen.

### **Francois Lelord „Hector´s Entdeckung der Zeit“ (Kapitel „Hector arbeitet sogar am Meeresstrand, S. 143/ sehr nett zu lesen!)**

#### **Gedanken zum Text:**

Die Begegnung von Paul, dem Manager, und Hector, dem Psychiater, erscheint als Phänomen unserer Zeit. Da hat einer nie Zeit, letztlich, weil er gelernt hat nicht zu trödeln, und wenn er dann wirklich Zeit hat, bringt ihn genau das in die größte Stresssituation: Schweißausbrüche, Herzrasen, Angst vor der Leere. Die Vorstellung eines Liegestuhls am Meeresstrand, eigentlich das Bild für Erholung, verursacht plötzlich Panik und Fluchtgefühle. Paul hat allerdings das Glück in Hector einen guten Zuhörer gefunden zu haben. Er kann sein Herz ausschütten, seine Ängste zugeben und Versäumnisse wahrnehmen. Schließlich bekommt er noch ein paar weise Anregungen mit auf seinem Lebensweg, um sich Stück für Stück in der Zeit einzuüben. Die Beschreibungen Pauls bringen uns zum Schmunzeln, vielleicht weil wir uns auch ein Stück darin ertappt fühlen. In unseren Hoffnungen und Träumen, in unserem Ehrgeiz und unserer Leistungsbereitschaft, in unserem Wunsch noch so lange wie möglich jung zu wirken!

Dabei war es doch eigentlich gar nicht so schwierig mit der Zeit. Sie zu erleben, sie auszukosten, anzunehmen, dass sie wieder vergeht, auch meine Zeit. Alles hat eben seine Zeit. Doch irgendwie gelang uns das im Kindesalter leichter: zeitvergessen zu spielen, Dinge zu beobachten, in Zeitlupe einen Weg zu erspüren, einfach zu machen, was gerade dran ist. War es auch das, was Jesus meint, als er einlud zu werden wie die Kinder, zu leben, zu erfahren, zu vertrauen wie sie...? Getreu dem: alles hat seine Zeit, weinen und lachen, pflanzen und ausreißen, arbeiten und ausruhen; alles hat Gott schön gemacht je zu seiner Zeit. Ja, es war wohl so gemeint. So, dass ich nicht die Zeit mit Aktivität ausfüllen muss, sondern dass die Zeit eine Fülle von Erfahrungen mitbringt, die mich reich machen um: Schönes und Schweres, Ärgerliches und Erfreuliches, Steiniges und Ebenes. Wenn ich so meines Weges ziehe, mag mir das immer einmal wieder bewußt werden, vielleicht gerade auch im Hören der Worte aus Prediger 3 ...

#### **Reisesegen**

Geh mit Gottes Segen. Er halte schützend seine Hand über dir, bewahre deine Gesundheit und dein Leben und öffne dir Augen und Ohren für die Wunder der Welt. Er schenke dir Zeit, zu verweilen, wo es deiner Seele bekommt. Er schenke dir Muße zu schauen, was deinen Augen wohl tut. Er schenke dir Brücken, wo der Weg zu enden scheint und Menschen, die dir in Frieden Herberge gewähren. Der Herr segne, die dich begleiten und dir begegnen. Er halte

Streit und Übles fern von dir. Er mache dein Herz froh, deinen Blick weit und deine Füße stark. Der Herr bewahre dich und uns. Amen.