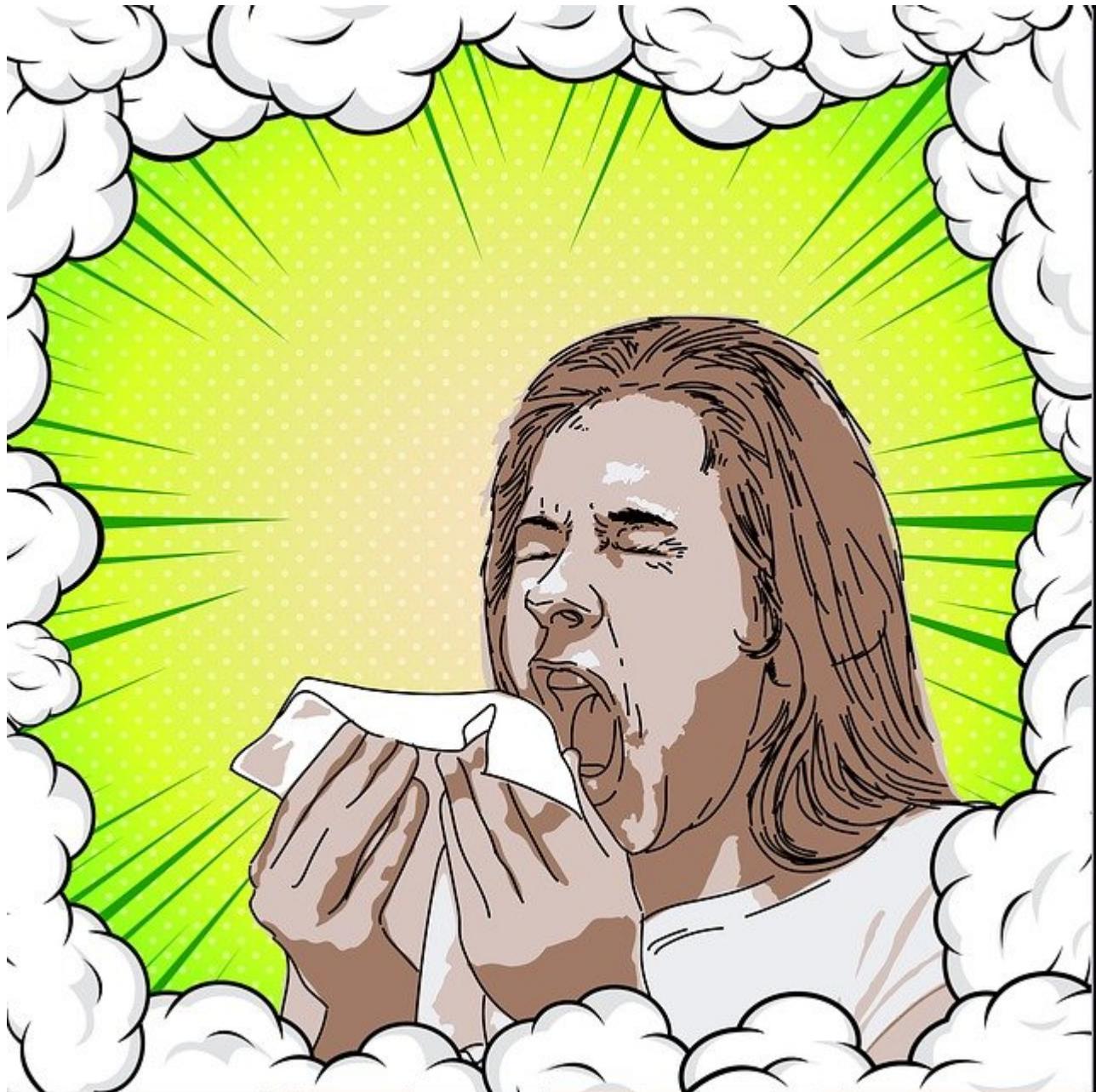


„Gesundheit!“

Menschen sitzen beieinander; eine Person niest, eine andere wünscht: „**Gesundheit!**“. Sagt eine weitere: „*Das macht man heute nicht mehr; man geht einfach darüber hinweg.*“

Hast du das auch schon erlebt? Ich ja.

Es sei eine 'neue' Konvention, da die Person, die niest, vielleicht unangenehm davon berührt ist, dass sie so unbewollt Aufmerksamkeit auf sich gezogen hat und das dann auch noch durch den Wunsch „Gesundheit“ offensichtlich wird.



„Gesundheit!“ – Quelle: www.pixabay.com

Ich weiß ja nicht, wie es dir damit geht. Ich jedenfalls gewöhne mich immer noch nicht an diese 'neue Konvention'. Vielleicht auch deshalb, weil ich mich nicht daran gewöhnen will? Vielleicht deshalb, weil ich gerne Menschen eine „gute Gesundheit“ wünschen möchte?

Am Beginn der Corona-Pandemie konnte man es noch häufiger erleben, dass Kund*innen an der Kasse der/dem Kassierer*in vor dem Weggehen zusagten: „Bleiben Sie gesund!“ oder umgekehrt. Auch jetzt passiert es noch hin und wieder, dass Menschen sich ausdrücklich sagen: „**Bleiben Sie gesund!**“ oder „**Passen Sie auf sich auf!**“



www.pixabay.com

Gerade in dieser Pandemie merken wir, wie unsere Gesundheit urplötzlich bedroht sein kann; eigentlich ist das immer so, aber die Pandemie holt es uns so brutal deutlich tagtäglich in Erinnerung.

Sollten wir – wie in diesen Zeiten – nicht wieder mehr darauf achten, uns gegenseitig etwas Gutes zu wünschen?

Mich berührt es jedenfalls sehr angenehm, wenn Menschen mir in diesen Tagen sagen oder schreiben: „**Bleiben Sie gesund!**“

Ein lieber Kollege von mir schrieb in einer Mail am Anfang der Pandemie als seinen Gruß: „**Bleiben Sie positiv gestimmt und negativ getestet!**“

Er fasst es mit diesem konkreten Gruß zusammen, was vielen in dieser Zeit so wichtig ist.

Ich werde – mehr noch in diesen Corona-Zeiten – nicht die 'neue Konvention' anwenden. Wenn jemand in meiner Gegenwart niest oder ich sonst meine, es würde ihm gut tun dann sage ich auch weiterhin:

„**Gesundheit!**“ oder „**Gute Besserung!**“

Und bei Menschen, die einem besonders wichtig sind oder nahestehen, kann man es auch „durch die Blume sagen“



www.pixabay.com

Auf-brechen

Kommt, lasst uns auf-brechen ...

Die ‚Dänische Methode‘

Jetzt mal was Kulinarisches...



© Gerd Wittka, 2021

So, das wird lecker... und so einfach.

Alles klein schnibbeln, etwas Gemüsebrühe dazu für die Feuchtigkeit, Rapsöl für die fettlöslichen Vitamine und noch ein paar Flocken Kräuterbutter. Bis hier fast alles vegetarisch, bis auf die Butter. Wer noch Fleisch dazu mag, Biofleisch nach Wunsch schnetzen und als erstes in die Auflaufform geben, dann das Gemüse drüber.

Sehr lecker und auch für so manche Diät geeignet, gerade auch für Magen oder Darm!



© Gerd Wittka, 2021

Deckel drauf und ab in den Ofen bei 160 – 180 Grad 45 Minuten garen lassen.

Andere Gewürze dann natürlich nach persönlichem Geschmack. Gut gehen Pfeffer und Salz, viele mediterrane Gewürze und Kräuter,...

Wir probieren und experimentieren immer wieder. Bislang keinen Reinfall erlebt.

Das ist die ‚**dänische Methode**‘, die wir im Dänemark-Urlaub entwickelt haben, um nicht so lange am Herd zu stehen.

Warum wir darauf nicht schon eher gekommen sind?!

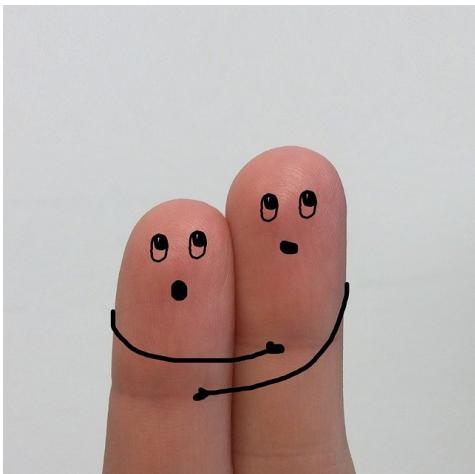
Regeln oder Hl. Geist

Manchen scheinen die Regeln (in) der Kirche wichtiger zu sein, als das Wirken des Heiligen Geistes!

Freiheit – trotz Reduktion

In Krisenzeiten Möglichkeiten und Freiheiten zu entdecken, die trotz allem (noch) vorhanden sind, erscheint mir eine wichtige Strategie zu sein ...

ER.MACHT.MUT



Quelle: www.pixabay.com

Tages-Evangelium vom 30.01.2021

Mk 4, 35-40

35 Am Abend dieses Tages sagte er zu ihnen: Wir wollen ans andere Ufer hinüberfahren.

36 Sie schickten die Leute fort und fuhren mit ihm in dem Boot, in dem er saß, weg; und andere Boote begleiteten ihn.

37 Plötzlich erhob sich ein heftiger Wirbelsturm und die Wellen schlugen in das Boot, sodass es sich mit Wasser zu füllen begann.

38 Er aber lag hinten im Boot auf einem Kissen und schlief. Sie weckten ihn und riefen: Meister, kümmert es dich nicht, dass wir zugrunde gehen?

39 Da stand er auf, drohte dem Wind und sagte zu dem See: Schweig, sei still! Und der Wind legte sich und es trat völlige Stille ein.

40 Er sagte zu ihnen: Warum habt ihr solche **Angst**? Habt ihr noch keinen Glauben?

Quelle: <https://www.bibleserver.com/EU/Markus4%2C35-40>

Zurechtweisung oder Ermutigung? ...

Was hörst du zuerst heraus?

Je nachdem, wie wir persönlich gestrickt sind, werden wir dieses Tagesevangelium ‚anders‘ hören.

Manche berichten davon, dass sie in erster Linie die **Zurechtweisung** heraushören, die Jesus gegenüber seinen Jüngern vornimmt. Andere wiederum hören mehr die **Ermutigung** heraus?

Zu welchem Schlag gehörst du?

Was wir am stärksten heraushören, kann auch viel über uns selber aussagen.

Sehe ich mich eher als Menschen, der sich eher abhängig davon macht, was andere über mich denken? Oder gehöre ich eher zu den Menschen, die sich weniger darum scheren, was andere über mich denken?

Ich bin ziemlich überzeugt davon, dass wir – je nachdem zu welchem Menschenschlag wir gehören – dieses oder jenes deutlicher heraushören können.

Das will ich hier nicht weiter vertiefen, aber es lohnt sich, auch einmal darüber nach zu denken. Und vielleicht wird es auch eine spannende Ent-deckungs-reise, wenn wir uns fragen,

worin der Grund liegen kann, dass wir das Evangelium eher so oder so lesen und hören?



„Jede Leistung beginnt mit der Entscheidung, es zu versuchen.“
Quelle: www.pixabay.com

[*Exkurs: Ich gestehe, dass ich wohl eher zu den Menschen gehöre, die als erstes die Zurechtweisung heraus hören. Das mag vielleicht auch daran liegen, dass ich mich immer wieder zu sehr darum kümmere, was andere von mir denken. Das mag darin liegen, dass ich wohl eher darauf bedacht bin, dass andere nicht über mich urteilen und ich mich darum sorge, dass sie mir nicht gerecht werden.*

Dabei versuche ich zu lernen, mich immer weniger davon abhängig zu machen. Denn: wie kann ich mir wünschen, von anderen „verstanden“ zu werden, wenn es in meinem Leben nur eine Person, maximal zwei Personen gibt, die MICH KENNEN?

Meine erste geistliche Begleiterin hat mich mal auf die Spur gesetzt, mir bewusst zu werden, dass nur Gott allein mich kennt und um meine Wahrheit weiß. Und: dass, je mehr ich mich meiner Wahrheit öffnen kann, ich auch mehr und mehr zur Selbst-Erkenntnis komme. Was also, fragte sie mich, scherst du dich immer wieder darum, von anderen verstanden zu werden? Was scherst du dich darum, von anderen im richtigen Licht gesehen zu werden? – Und ja, sie hat ja so Recht! GOTT allein kennt mich so, wie ich bin. Und ER liebt mich so wie ich bin.

Deshalb nutzt es nicht viel, sich von der Sichtweise anderer auf mich oder gar von ihr Urteil über mich abhängig zu machen! Das raubt nur die Energie, die ich sinnvoller woanders einsetzen kann!

Lebe im Einklang mit Gott! – Das ist der Impuls, den ich für mich persönlich daraus ziehe.]

Kommen wir aber zurück auf das Evangelium.

Ich sagte es bereits: je nachdem, wie wir gestrickt sind, werden wir als erstes Zurechtweisung oder Ermutigung in diesem Text sehen.

Wenn wir unseren Blick aber darauf trainieren wollen, das Evangelium als „frohe Botschaft“ zu lesen, dann wäre es doch logisch, auch diesen Text eher als Ermutigungstext zu verstehen, oder?

Vertrauen in Jesus – Vertrauen in Gott



Ohne Vertrauen – unmöglich! Quelle: Bild von [Ulf Berner](#) auf [Pixabay](#)

Also lasst uns diesen Aspekt in den Blick nehmen.

Jesus bekümmern die Naturgewalten nicht. Er lebt in einem Gottvertrauen, dass seine Jünger offenbar in dieser Weise noch nicht besitzen.

Wir sollten nicht glauben, sie hätten überhaupt kein Gottvertrauen! Denn: hätten sie keines, wie konnten sie sich dann so radikal in die Nachfolge Jesu Christi begeben.

Wer Christus nachfolgt, der hat auch Gottvertrauen mit im Gepäck.

Wie bei vielen anderen Dingen gibt es aber auch vom Gottvertrauen manchmal etwas weniger oder manchmal ganz viel.

Ich meine, Jesus hatte ganz viel Gottvertrauen, seine Jünger*innen aber wohl eher weniger. Deshalb werden sie auch nervös, als Wind und Wellen am Boot rüttelten.

Zumindest zeigt sich aber auch in dieser Situation ihr „Gott“-Vertrauen, in dem sie sich an Jesus wenden, ihn aus seinem Schlaf reißen und von IHM Hilfe erwarten.

Ihr Gott-Vertrauen geht den Weg über das Vertrauen in ihren Meister (Rabbi). Sie spüren intuitiv, dass er in einer direkten Verbindung zu Gott steht.

Jesus erkennt das und enttäuscht die Seinen nicht; er gebietet dem Sturm und der Sturm gehorcht ihm.

Ja, das ist die Stelle, die die Macht Jesu offenbart als den einzigen Sohn des Vaters.

Ermutigung zuerst ...

Ich möchte diesen Text immer mehr und zuerst als Ermutigung an mich lesen und verstehen.

Jesus zeigt uns, dass er aus einem unmittelbaren Gottvertrauen lebt. Und er hilft auch mir auf die Sprünge. ER enttäuscht mich nicht in meiner Hoffnung IHM gegenüber, aber er ermutigt mich, zu einem gleichen direkten Gottvertrauen, wie er es hat.

Jesus ist in diesem Evangelium für mich nicht nur der Retter,

sondern auch der Ermutiger.

Auch ich kann ruhiger schlafen, wenn die Stürme des Lebens über mich hereinbrechen. Auch ich kann gelassener durchs Leben gehen, wenn ich lerne, mehr und mehr Gott in meinem Leben zu vertrauen, IHM mehr zu zu muten, als bisher.

Und natürlich – das weiß ich aus meiner über fünfzigjährigen Lebensgeschichte – wird es immer wieder Situationen und Gelegenheiten geben, wo mein Gottvertrauen Risse bekommt, wo Zweifel subtil ihren Einfluß auf mich ausüben.

Aber wenn diese Zweifel und Mutlosigkeiten mich dazu bringen, den Herrn um Hilfe zu bitten, dann zeigt sich – erstaunlicherweise – darin auch etwas von meinem Gottvertrauen.

Denn: hätte ich überhaupt kein Gottvertrauen, dann würde ich von ihm auch keine Rettung und kein Heil erwarten.

Wie denkst du darüber?