



# Zeit für Gebet

Jesus kommt als Gast in das Haus der Freunde. Ihn in seinem Wort aufnehmen, es im Glauben hören und in der Tat befolgen, darauf kommt es an. Maria hat schneller als ihre Schwester Marta verstanden, dass der Glaube und die Tat des Glaubens, die Liebe, erst möglich werden durch die Begegnung mit Jesus und das Hören auf sein Wort.

## Lukas 10, 38–42

In jener Zeit kam Jesus in ein Dorf. Eine Frau namens Marta nahm ihn gastlich auf.

Sie hatte eine Schwester, die Maria hieß. Maria setzte sich dem Herrn zu Füßen und hörte seinen Worten zu.

Marta aber war ganz davon in Anspruch genommen zu dienen.

Sie kam zu ihm und sagte: Herr, kümmerst es dich nicht, dass meine Schwester die Arbeit mir allein überlässt? Sag ihr doch, sie soll mir helfen!

Der Herr antwortete: Marta, Marta, du machst dir viele Sorgen und Mühen. Aber nur eines ist notwendig.

Maria hat den guten Teil gewählt, der wird ihr nicht genommen werden.

21. Juli | 16. Sonntag im Jahreskreis

Stundenbuch C I, IV . Woche

Buch Génesis 18, 1–10a

Kolosser-Brief des Apostels Paulus 1, 24–28

Lukas 10, 38–42

DIE FROHE BOTSCHAFT

## MEINE GEDANKEN ZUM EVANGELIUM

# Das Notwendige oder das Gute?

Marta und Maria – das Schwesternpaar aus der Bibel – ist sprichwörtlich geworden für den Gegensatz zwischen geschäftiger Umtriebigkeit und dem scheinbar untätigen Hören auf das Wort Jesu, zwischen Tätigkeit und Frömmigkeit, zwischen Aktion und Kontemplation. Was ist wichtiger? Die Antwort Jesu scheint eindeutig.

Jeden Tag gibt es Dinge, die dringlich sind und die unseren Tagesablauf bestimmen. Manchmal wird das so viel, dass ich vor lauter Dringlichkeiten kaum mehr dazu komme, durchzuatmen. Zeit zum Ruhig-Werden wird zur seltenen Ausnahme. Auch die Zeit, die für das Gebet bleibt, wird immer weniger. Das geht übrigens auch uns Priestern so. Da tut es gut, im heutigen Evangelium zu hören: Nicht das dauernde Beschäftigt-Sein ist das Gute, sondern das ruhige Zuhören „zu Füßen des Herrn“.

Ein geistlicher Begleiter hat mir einmal den zunächst seltsam erscheinenden Ratschlag mitgegeben: „Nimm dir jeden Tag eine Stunde Zeit für das Gebet. Außer an Tagen, an denen du wirklich viel zu tun hast: Dann nimm dir

zwei Stunden für das Gebet“. Und tatsächlich: Die Zeit, die ich für das Lesen der Bibel oder für das Gebet verwende, fehlt mir nicht bei den vielen Aufgaben, die es sonst zu tun gibt.

Auf den heiligen Benedikt von Nursia wird die Kurzformel seiner Ordensregel zurückgeführt: „Ora et labora (et lege)“ – „Bete und arbeite (und lies/studiere)“. Auch wenn der Satz so in seiner Ordensregel nicht vorkommt, bringt er doch etwas Wesentliches zum Ausdruck: Es braucht die Balance zwischen Aktivität und Ruhe, zwischen geschäftigem Tun und hörender Stille. Wobei Benedikt seine Mitbrüder ermahnt: „Nichts soll dem Gebet (dem Gottesdienst) vorgezogen werden“. Wenn die Frage also lautet: „Marta oder Maria?“ – „Aktivität oder Gebet?“ – dann

wäre die richtige Antwort: Beides – und jedes zu seiner Zeit.

Der Dienst der Marta, die für ihre Gäste sorgt, ist wichtig und gut. Aber er braucht die Balance der Kontemplation, des „zweckfreien“ Seins vor Gott. Vielleicht fällt es uns in den Wochen des Sommers leichter, solche unverplanten Zeiten der Stille und Einkehr zu finden. Auch als Übung für den folgenden Alltag mit all seinen Notwendigkeiten. ☺



Dr. Gregor Jansen

ist Dechant des Dekanats 8/9 und Moderator der Pfarre Breitenfeld

## Texte zum Sonntag

### 1. LESUNG

Buch Génesis 18, 1–10a

In jenen Tagen

erschien der HERR Abraham bei den Eichen von Mamre, während er bei der Hitze des Tages am Eingang des Zeltes saß.

Er erhob seine Augen und schaute auf, siehe, da standen drei Männer vor ihm. Als er sie sah, lief er ihnen vom Eingang des Zeltes aus entgegen, warf sich zur Erde nieder und sagte: Mein Herr, wenn ich Gnade in deinen Augen gefunden habe, geh doch nicht an deinem Knecht vorüber!

Man wird etwas Wasser holen; dann könnt ihr euch die Füße waschen und euch unter dem Baum ausruhen.

Ich will einen Bissen Brot holen, dann könnt ihr euer Herz stärken, danach mögt ihr weiterziehen; denn deshalb seid ihr doch bei eurem Knecht vorbeigekommen.

Sie erwiderten: Tu, wie du gesagt hast! Da lief Abraham eiligst ins Zelt zu Sara und rief: Schnell drei Sea feines Mehl! Knete es und backe Brotfladen! Er lief weiter zum Vieh, nahm ein zartes, prächtiges Kalb und übergab es dem Knecht, der es schnell zubereitete.

Dann nahm Abraham Butter, Milch und das Kalb, das er hatte zubereiten lassen, und setzte es ihnen vor. Er selbst wartete ihnen unter dem Baum auf, während sie aßen.

Sie fragten ihn: Wo ist deine Frau Sara? Dort im Zelt, sagte er. Da sprach er: In einem Jahr komme ich wieder zu dir. Siehe, dann wird deine Frau Sara einen Sohn haben.

### 2. LESUNG

Brief des Apostels Paulus an die Gemeinde in Kolóssa 1, 24–28.

Schwestern und Brüder! Ich freue mich in den Leiden, die ich für euch ertrage. Ich ergänze in meinem irdischen Leben, was an

den Bedrängnissen Christi noch fehlt an seinem Leib, der die Kirche ist. Ihr Diener bin ich geworden gemäß dem Heilsplan Gottes, um an euch das Wort Gottes zu erfüllen.

Er ist jenes Geheimnis, das seit ewigen Zeiten und Generationen verborgen war – jetzt aber seinen Heiligen offenbart wurde. Ihnen wollte Gott kundtun, was der Reichtum der Herrlichkeit dieses Geheimnisses unter den Völkern ist:

Christus ist unter euch, die Hoffnung auf Herrlichkeit. Ihn verkünden wir; wir ermahnen jeden Menschen und belehren jeden Menschen in aller Weisheit, damit wir jeden Menschen vollkommen darstellen in Christus.

### ANTWORTPSALM

Psalm 15 (14), 2–3.4.5

HERR, wer darf Gast sein in deinem Zelt, wer darf weilen auf deinem heiligen Berg?

## LESUNGEN

### Tag für Tag

#### 21. Juli - 16. Sonntag im Jahreskreis

Genesis 18,1–10a; Kol 1,24–28; Lukas 10,38–42

#### 22. 7. Montag

hl. Maria Magdalena Hld 3,1–4a od. 2 Kor 5,14–17; Johannes 20,1–2.11–18.

#### 23. 7. Dienstag

hl. Birgitta von Schweden; Gal 2,19–20; Joh 15,1–8.

#### 24. 7. Mittwoch

hl. Christophorus; hl. Scharbel Mahluf; Ex 16,1–5.9–15; Mt 13,1–9.

#### 25. 7. Donnerstag

hl. Apostel Jakobus; 2 Kor 4,7–15; Mt 20,20–28.

#### 26. 7. Freitag

hl. Joachim und hl. Anna; Sir 44,1.10–15 oder Spr 31,10–13.19–20.30–31; Matthäus 13,16–17.

#### 27. 7. Samstag

Ex 24,3–8; Mt 13,24–30.

#### 28. Juli - 17. Sonntag im Jahreskreis

Gen 18,20–32; Kol 2,12–14;

## IMPULS

### Inspiziert vom Evangelium

#### Was steht in meinem Terminkalender?

Nur das Dringende und (scheinbar) Unaufschiebbare?

Gibt es regelmäßige Zeiten der Ruhe, der Erholung, des Gebets?

#### Ein Vorschlag für die Wochen des Sommers:

Gönne dir „zweckfreie“ Zeiten! Wähle „das Gute“!