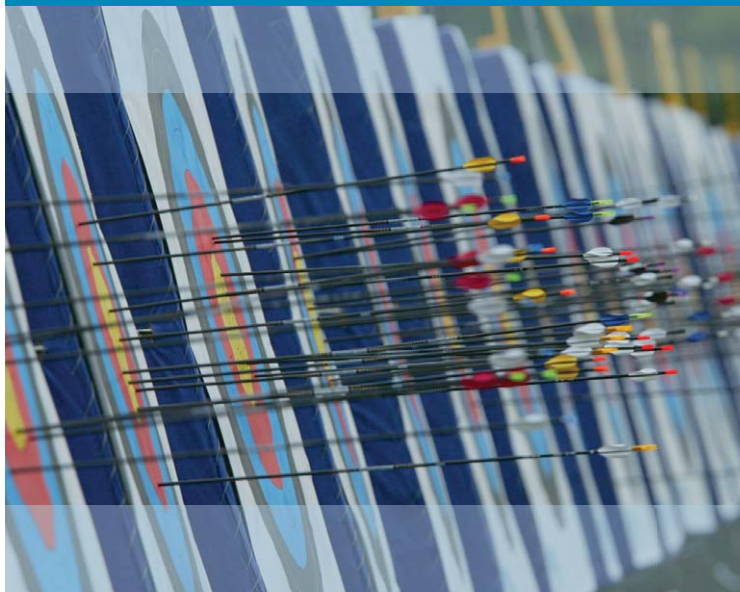


Mittendrin



Olympische Spiele
Paralympics
Peking 2008

Liebe Teilnehmerinnen und Teilnehmer,

Sie haben sich auf die Olympischen Spiele und auf die Paralympics lange und intensiv vorbereitet. Nun erleben Sie den Höhepunkt eines Sportlerlebens. Sie begegnen Menschen aus aller Welt, stehen im Wettkampf mit anderen und schließen neue Freundschaften. Sie machen Erfahrungen, die Ihr Leben prägen. Sie feiern Erfolge und müssen Niederlagen hinnehmen. Sie sind in einem großen Land zu Gast, das durch besondere Spannungen geprägt ist. Deshalb möchten wir Ihnen ein Begleitheft an die Hand geben, das Ihnen bei den Olympischen Spielen und den Paralympics eine Hilfe sein soll.

Wer sich wie Sie in höchster Anspannung und Konzentration auf die Wettkämpfe vorbereitet, braucht Augenblicke der Ruhe, um neue Kraft zu schöpfen. Dazu möchte dieses Heft beitragen. In ihm finden Sie biblische Texte, Gebete und Meditationen. Wir laden Sie ein zu Zeiten der Besinnung, zum Innehalten und Verweilen. Ebenso stehen der evangelische und der katholische Sportpfarrer als aufmerksame Gesprächspartner für Sie bereit.

Als Kirchen wissen wir um den Wert der biblischen Überzeugung, dass der Mensch Ebenbild Gottes ist. Der Mensch zeichnet sich durch eine Würde und eine Einmaligkeit aus, die ihm niemand nehmen kann. Als Ebenbild Gottes ist er nie selbst das Maß aller Dinge, sondern erkennt seine Grenzen. Er steht nicht allein, sondern weiß sich durch die liebende Zuwendung Gottes gehalten und bewahrt.

Sie haben, liebe Sportlerinnen und Sportler, viel Zeit und Energie in die Vorbereitung auf die Spiele investiert. Gerade der Sport führt uns vor Augen, welche Leistungskraft uns anvertraut ist. Aber auch, wo unsere eigenen Grenzen liegen – in der Belastung unseres Körpers wie in der Wahl der Mittel, um unsere Ziele zu erreichen.

Sport setzt Respekt vor sich selbst und dem sportlichen Gegner voraus, ohne den es keine Olympischen Spiele und keine Paralympics gäbe.

Im Namen der Deutschen Bischofskonferenz (DBK) und der Evangelischen Kirche in Deutschland (EKD) grüßen wir Sie herzlich und wünschen Ihnen, dass diese Spiele für Sie nicht nur zu einem wichtigen Wettkampf, sondern zu einem unvergesslichen Sportfest werden. Gottes Segen erbitten wir für Sie, damit Sie gesund wieder nach Hause kommen.



Erzbischof
Dr. Robert Zollitsch
Vorsitzender der Deutschen
Bischofskonferenz

Robert Zollitsch



Bischof
Dr. Wolfgang Huber
Vorsitzender des Rates
der Evangelischen Kirche
in Deutschland

Wolfgang Huber



Euer Team in Peking

Hans-Gerd Schütt



Jahrgang 1958, derzeit wohnhaft in Krefeld-Hüls, Dienstsitz in Düsseldorf. Nach dem Studium der katholischen Theologie und der Biologie Priesterweihe 1987. Neben seiner Tätigkeit als Kaplan Schulseelsorger und Pfarrer in Viersen-Süchteln seit 1990 in verschiedenen Funktionen im katholischen Sportverband DJK tätig.

Seit 1996 Bundesbeirat der DJK und seit Januar 2003 Sport- und Olympiapfarrer (Athen 2004, Turin 2006, Sommeruniversiade 2007).

Kontakt: Hans-Gerd Schütt
Carl-Mosterts-Platz 1 • 40477 Düsseldorf
Tel.: (02 11)94836-13 • Fax: (02 11)94836-36
schuett@djk.de • www.olympiapfarrer.de

Thomas Weber



Jahrgang 1960, verheiratet, zwei Kinder, evangelischer Gemeindepfarrer in Gevelsberg (liegt zwischen Wuppertal und Hagen), Vorstandsmitglied im Arbeitskreis Kirche und Sport in der Evangelischen Kirche in Deutschland (EKD), Sportpfarrer im deutschen Team bei den

drei Sommeruniversiaden 2003, 2005 und 2007 (Weltspiele der Studierenden) sowie den Olympischen Winterspielen in Turin 2006, Hobbies: Tennis und Skilaufen.

Kontakt: Thomas Weber
Zum Berger See 120 • 58285 Gevelsberg
Tel.: (0 23 32) 69 08 • Fax: (0 23 32) 60 97 43
weber.blanchet@t-online.de • www.ekd.de/sport

Der Morgen

Psalm

Wer von uns kennt den Weg, der vor ihm liegt?
Wer weiß schon, was ihn erwartet an der nächsten
Biegung?

Wie viel Kraft und Ausdauer nötig sein werden,
um weiterzugehen – auf dem Weg des Lebens?
Es ist schon nicht wenig, was wir an Gepäck mit
uns herumtragen. Jeder für sich, jeder allein.

Und dann die Angst, banges Fragen, auf wen kann
ich mich verlassen, wem kann ich trauen?
Jede Entscheidung hat Folgen, ist der eingeschla-
gene Weg der richtige?

Wohl dem, der gerüstet ist, der an der Quelle des
Lebens schöpfen kann. Der ist gut dran, der auch
die dicksten Steine, die man ihm in den Weg gelegt
hat, noch zum Bau seiner Brücken verwenden kann.

Der dich kennt, Gott, ist gut dran,
der wird dein Lob vermehren ewiglich. Amen.

Günter Törner nach Psalm 84 aus: H.M. Lübking/ G.Törner,
Beim Wort genommen, Ein Andachtsbuch,
Gütersloh 2002, S. 67.

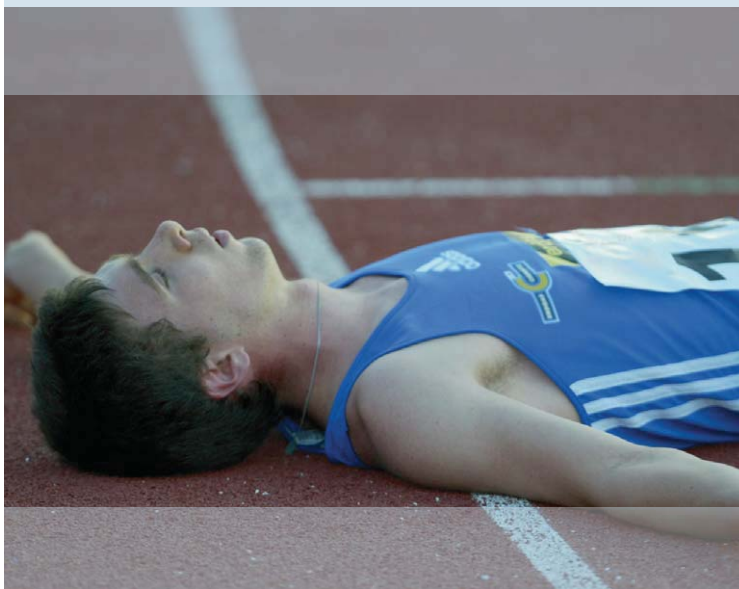
Elia unter dem Strauch

Und Ahab sagte Isebel alles, was Elia getan hatte
und wie er alle Propheten Baals mit dem Schwert
umgebracht hatte. Da sandte Isebel einen Boten
zu Elia und ließ ihm sagen: „Die Götter sollen mir
dies und das tun, wenn ich dir nicht morgen um
diese Zeit tue, wie du diesen getan hast!“

Da fürchtete er sich, machte sich auf und lief um
sein Leben und kam nach Beerscheba in Juda und
ließ seinen Diener dort. Er aber ging hin in die Wüs-
te eine Tagesreise weit und kam und setzte sich un-

ter einen Wacholder und wünschte sich zu sterben und sprach: „Es ist genug, so nimm nun, Herr, meine Seele; ich bin nicht besser als meine Väter.“

Und er legte sich hin und schlief unter dem Wacholder. Und siehe, ein Engel rührte ihn an und sprach zu ihm: „Steh auf und iss!“ Und er sah sich



um und siehe, zu seinen Häupten lag ein geröstetes Brot und ein Krug mit Wasser. Und als er gegessen und getrunken hatte, legte er sich wieder schlafen.

Und der Engel des Herrn kam zum zweiten Mal wieder und rührte ihn an und sprach: „Steh auf und iss! Denn du hast einen langen Weg vor dir. Und er stand auf und aß und trank und ging durch die Kraft der Speise vierzig Tage und vierzig Nächte bis zum Berg Gottes, dem Horeb.

1. Könige 19,1-8 (LUT)

Auslegung

Aus – Schluss – Vorbei. Elia ist am Ende seiner Kräfte. Genug der Auseinandersetzungen mit den Priestern einer anderen Religion und genug von Gott. Er flüchtet in die Wüste und hat nur noch den Wunsch, zu sterben. Unter einem dürftigen Strauch legt er sich nieder und schläft. Manchmal scheint das die einzige Lösung zu sein: Schlafen, um alles zu vergessen. Auch viele von uns kennen das: wenn in der Familie manches schief läuft, wenn einem bei der Arbeit die Probleme über den Kopf wachsen, wenn alles Trainieren vergeblich erscheint.

Elia schläft und nun beginnt das Wunder. Einer schüttelt ihn und sagt: „Steh auf und iss! Denn du hast einen weiten Weg vor dir.“ Elia sieht niemanden, aber er findet frisches Brot und Wasser. Er stärkt sich, schläft wieder ein und das Gleiche passiert erneut. Allmählich spürt Elia, dass er neue Kraft bekommt und sein Lebensmut wächst. Durch diese Hilfe kann Elia aufstehen und seinen Weg fortsetzen.

Für ihn ist es ein Engel, der ihm dazu Kraft gegeben hat. Wäre es nicht schön, wenn es auch bei uns so einfach wäre – dass da einer kommt und uns stärkt, wenn wir vor lauter Problemen am liebsten liegen bleiben würden? Wasser und Brot brauchen es meist nicht zu sein, manchmal reicht das Gefühl, dass jemand uns zuhört, für uns da ist und neuen Mut zuspricht. Ich glaube, die Erzählung von Elia ist nicht nur eine Geschichte der Vergangenheit. Gott schickt seine Engel auch zu uns. Nicht einen Mann im weißen Gewand und Flügeln, eher einen Menschen aus Fleisch und Blut. Einen, der unerwartet Hilfe bringt.

Natürlich müssen wir es uns gefallen lassen, wenn uns einer unter die Arme greift. Überall, wo Menschen wieder aufstehen und Kraft finden, wenn vieles quer läuft, da wirkt Gottes Geist in Gestalt seiner Engel. Und selbstverständlich auch da, wo wir anderen helfen, wieder auf die Beine zu kommen.

Claudia Rudolff

Gebet

Herr, es ist nicht immer leicht, Christ zu sein, manchmal komme ich mir ganz seltsam vor, wenn andere über mich lachen. Dann wird mein Glaube oft klein.

Es ist nicht immer leicht, Christ zu sein, leichter ist es, den breiten Weg zu gehen, mitzumachen, was alle tun. Man braucht ganz schön viel Mut, um zu widersprechen.

Es ist nicht immer leicht, Christ zu sein, ich kann mich nicht mehr heraushalten. Krieg, Hunger, Tierquälerei alles geht mich an, das ruhige Leben ist vorbei.

Es ist nicht immer leicht, Christ zu sein. Es sind nicht so viele, die sich zu erkennen geben. Hauptsache, ich bleibe in deiner Spur. Amen.

Claudia Rudolff

Wach werden

„Aufwachen und aufstehen“ – dass wir diesen Appell von Zeit zu Zeit brauchen, mochte uns der indische Jesuit Anthony de Mello eindringlich und humorvoll zugleich erklären: Vor einiger Zeit hörte ich im Radio ... von einem Mann, der an die Zimmertür seines Sohnes klopft und ruft: „Jim, wach auf!“ Und Jim ruft zurück: „Ich mag nicht aufstehen, Papa.“

Darauf der Vater noch lauter: „Steh auf, du musst in die Schule!“ „Ich will nicht zur Schule gehen.“ „Warum denn nicht?“, fragt der Vater. „Aus drei Gründen“, sagt Jim. „Erstens ist es so langweilig, zweitens ärgern mich die Kinder, und drittens kann ich die Schule nicht ausstehen.“ Der Vater erwidert: „So, dann sag ich dir drei Gründe, wieso du in die Schule musst: Erstens ist es deine Pflicht, zweitens bist du 45 Jahre alt, und drittens bist du der Klassenlehrer.“

„Aufwachen und aufstehen“ – de Mello weiß, dass wir alle mit diesem Jim verwandt sind und vor dem Schlaf der Bequemlichkeit, der Interesselosigkeit nicht gefeit sind; und dass wir hellwach sein müssen, wenn wir das Anklopfen Gottes hören möchten und entdecken wollen, was Leben im Sinn Jesu für uns persönlich bedeutet. Mit Anthony de Mello möchte ich für ein waches und aufgewecktes Christsein und Leben werben und drei Vorschläge machen.

Der erste: Weck den Träumer in dir! Finde dich nicht ab mit einer Welt, in der es so viele Ungerechtigkeiten gibt! Mal' die Zukunft aus, die du für dich und für uns alle wünschst! So paradox es klingt: Wir brauchen unsere Träume zu einem bewussten Leben, und wenn Jesus nicht seine Vision vom Reich Gottes in Geschichten und Gleichnissen weitererzählt hätte, wären viele nicht aufgestanden zu einem neuen Leben.

Ein zweiter Vorschlag: Weck den Detektiv in dir! Beobachte genau, was in deiner Umgebung vor sich geht! Entwickle einen Spürsinn für Wege, die dich weiterbringen! Wache Christen sind so etwas wie Glaubens-Detektive. Sie sind neugierig: Sie suchen die Bibel ab nach Worten, die Orientierung geben, die trösten und ermutigen. Sie recherchieren und kombinieren: Sie nehmen die Spur Jesu auf und bringen seine Ideen mit ihrem Leben in Verbindung. Sie versuchen herauszufinden, wo und wie Gott ihnen begegnen will und ihnen Wege aus Sackgassen heraus zeigt.

Und der dritte Vorschlag: Weck den Spieler in dir! Setze einen Akzent gegen die Hektik und Geschäftigkeit in deiner Umgebung! Bring gegen alle Verkrampftheit und Verbissenheit deine Heiterkeit und Gelassenheit ins Spiel! Spiel' deine Fähigkeiten aus, um die Welt ein wenig menschlicher zu machen! Aufwachen und aufstehen, „Wachmeister“ werden und nicht wie unser Jim aus der de Mello-Geschichte liegen bleiben, die Decke über den Kopf ziehen und die Lebensreise im Schlafwagen verbringen.

Claudia Rudolff nach einer Idee von Wolfgang Raible

Segen

Jesus Christus öffne dir deine Ohren und dein Herz, dass du sein gutes Wort in den neuen Tag trägst.

Er öffne dir deine geballte Faust,
dass du deine Hand reichen kannst.

Er öffne dir deinen Mund und löse deine Zunge,
dass du sein Lob singen kannst und dass dir
freundliche Worte über die Lippen kommen,
die anderen gut tun.

Jesus Christus öffne dir Türen und Wege in deine
Zukunft, dass du neu ins Leben gehen kannst.

So segne dich Gott, der Vater,
durch seinen Sohn Jesus Christus in der Kraft des
Heiligen Geistes. Amen.

Claudia Rudolff

Der Mittag

Die Herrlichkeit des Schöpfers – die Würde des Menschen

Herr, unser Herrscher,
wie gewaltig ist dein Name auf der ganzen Erde;
über den Himmel breitest du deine Hoheit aus.

Aus dem Mund der Kinder und Säuglinge
schaffst du dir Lob,
deinen Gegnern zum Trotz;
deine Feinde und Widersacher müssen verstummen.
Seh ich den Himmel, das Werk deiner Finger,
Mond und Sterne, die du befestigt:

Was ist der Mensch, dass du an ihn denkst,
des Menschen Kind, dass du dich seiner annimmst?

Du hast ihn nur wenig geringer gemacht als Gott,
hast ihn mit Herrlichkeit und Ehre gekrönt.
Du hast ihn als Herrscher eingesetzt
über das Werk deiner Hände,
hast ihm alles zu Füßen gelegt:
All die Schafe, Ziegen und Rinder und auch die
wilden Tiere, die Vögel des Himmels und
die Fische im Meer, alles, was auf den Pfaden der
Meere dahinzieht.

Herr, unser Herrscher,
wie gewaltig ist dein Name auf der ganzen Erde!

Psalm 8 (EU)

Das Gespräch am Jakobsbrunnen

So kam Jesus zu einem Ort in Samarien, der Sychar hieß und nahe bei dem Grundstück lag, das Jakob seinem Sohn Josef vermacht hatte. Dort befand sich der Jakobsbrunnen. Jesus war müde von der Reise und setzte sich daher an den Brunnen; es war um die sechste Stunde. Da kam eine samaritanische Frau, um Wasser zu schöpfen. Jesus sagte zu ihr:

„Gib mir zu trinken!“ Seine Jünger waren nämlich in den Ort gegangen, um etwas zum Essen zu kaufen. Die samaritanische Frau sagte zu ihm: „Wie kannst du als Jude mich, eine Samaritanerin, um Wasser bitten?“ Die Juden verkehren nämlich nicht mit den Samaritanern. 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.“ Sie sagte zu ihm: „Herr, du hast kein Schöpfgefäß, und der Brunnen ist tief; woher hast du also das lebendige Wasser? Bist du etwa größer als unser Vater Jakob, der uns den Brunnen gegeben und selbst daraus getrunken hat, wie seine Söhne und seine Herden? Jesus antwortete ihr: „Wer von diesem Wasser trinkt, wird wieder Durst bekommen; 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 zur sprudelnden Quelle werden, deren Wasser ewiges Leben schenkt.“

Johannes 4,5-14 (EU)

Auslegung

Der Bibeltext berichtet von einem Zusammentreffen im Niemandsland. Wenn zwei Menschen sich begegnen, ist nicht gesagt, dass ein Gespräch zustande kommt. Wie oft wird aneinander vorbeigeredet: Männer an Frauen, die Jungen an den Alten, die Chefs an den Untergebenen, die Funktionäre an den Sportlern. Doch hier kommt es zu einer wirklichen Begegnung.

Dabei sind die äußeren Voraussetzungen für das Gelingen des Gesprächs alles andere als günstig. Es ist heiß um die Mittagszeit. Aber mit dem Ruhen und Rasten fängt es an. Zu einer guten Begegnung gehört Zeit. Das Gegenteil davon ist chronischer Zeitmangel. Zeitnot ist ein gutes Alibi, aber dann pflege ich nur noch Kontakte und keine Beziehungen.

Jesus sitzt erschöpft am Brunnen, als die Frau erscheint. Das folgende Gespräch führt nicht einfach nur voran, sondern – wie eine Spirale – immer tiefer. Zunächst spricht Jesus die Frau an und bittet sie um Wasser. Damit durchbricht er gleich mehrere Schranken, denn es gehörte sich nicht für einen jüdischen Mann, mit einer Frau zu sprechen – noch dazu mit einer Frau aus Samarien! Jahrhunderte alt waren die Mauern, die Juden und Samariter trennten. Der Grund lag in unterschiedlichen religiösen Vorstellungen. Jesus kümmert sich nicht darum. So hoch auch die Barrieren sein mögen, wenn sie das Leben behindern, setzt sich Jesus über sie hinweg.

An der Bitte Jesu wird deutlich, dass es beim Trinken eigentlich auch immer um das Geben und Nehmen geht, nicht nur um das Getränk als solches. Ich kenne die Hemmungen, zu geben oder etwa zu nehmen. Oft ist es falsche Bescheidenheit. „Ich möchte nicht aufdringlich sein.“ Jesus hat keine Hemmungen, zu nehmen.

Das Gespräch kreist nun um das Stichwort: „lebendiges Wasser“. Es ist eine uralte Weisheit: Wo es an Wasser mangelt, ist Leben bedroht. Ein Brun-

nen gilt von alters her als Lebensspender. Quellen sind meistens verborgen und empfindlich, leicht zu verunreinigen und zu verstopfen.

Das Interesse der Frau besteht auf den ersten Blick darin, ihren momentanen Durst zu stillen. Jesus hat aber den darunter liegenden tieferen Durst wahrgenommen. Über die Gegenüberstellung von lebendigem und totem Wasser wird deutlich, dass sich die Frau momentan in ihrem Leben auf einer Durststrecke befindet. Jesus bietet der Frau an: Sie soll das wahre Leben finden. Statt aus den selbstgemachten Zisternen trinken zu müssen, die brüchig sind und das frische Wasser nicht halten können, soll sie die Wahrheit über Gott erkennen. Jesus ermutigt sie: „Vertraue mir!“ Die Begegnung mit Jesus hat die Frau verändert. Sie ist dem lebendigen Wasser begegnet. Ihr Leben hat eine neue Perspektive bekommen.

Thomas Weber

Schnelligkeit ist gefragt

Schnell zu sein, auf den obersten Podestplatz zu gelangen spielt in diesen Tagen eine entscheidende Rolle. Hundertstelsekunden entscheiden über die Platzierung. Wer kommt am schnellsten weg? Wer kommt als erster durch´s Ziel? Schnelligkeit ist häufig Ausdruck von Erfolg, im Sport und in anderen gesellschaftlichen Bereichen. Und doch tun wir uns auf einem Gebiet besonders schwer, schnell zu sein: im Zuhören!

Den Eltern zuzuhören mag nicht leicht sein, die Geschichten der alten Tante sind vielleicht anstrengend. Zuhören, wenn ein Kind erzählt, braucht Konzentration und manchmal auch Zeit. Für unser Miteinander hält darum der Schreiber des Jakobusbriefes im Neuen Testament eine gute Regel fest: „Ein jeder Mensch sei schnell zum Hören, langsam zum Reden, langsam zum Zorn.“ (Jakobus 1,19)

Zuhören braucht Geduld, doch ohne Zuhören macht das Reden keinen Sinn. Erst wo einem Menschen zugehört wird, kann er verstanden werden; in seinen Gefühlen, seinen Beweggründen, seinen Hoffnungen, Wünschen und seinem Versagen.

Doch Zuhören scheint uns Menschen weniger zu liegen als das Reden. Geredet wird schnell.

Gerede zerstört immer wieder Freundschaften, es bringt Misstrauen hervor. Pokale und Medaillen sind durch das Zuhören nicht zu gewinnen, aber echte Beziehungen.

Thomas Weber

Gebet

Am Morgen bist du, Gott, und am Abend,
im Anfang und Ende der Welt.
Mit dir gehe ich durch diesen Tag.
Auf der Höhe, mitten in meinem Tagwerk,
halte ich inne.

Ich atme durch:
Lebensatem ist mir von dir geschenkt.
Ich stehe vor dir. Gott, mit vollem Herzen und
vielen Eindrücken, die auf mich einströmen.
Ich bringe im Gebet zur Sprache, was mich bewegt.

Mich dürstet nach dem Wasser, das nie mehr
durstig macht. Du allein kannst es mir geben.
Fülle mein Herz mit deiner Liebe und einem festen
Vertrauen auf deine Gegenwart.

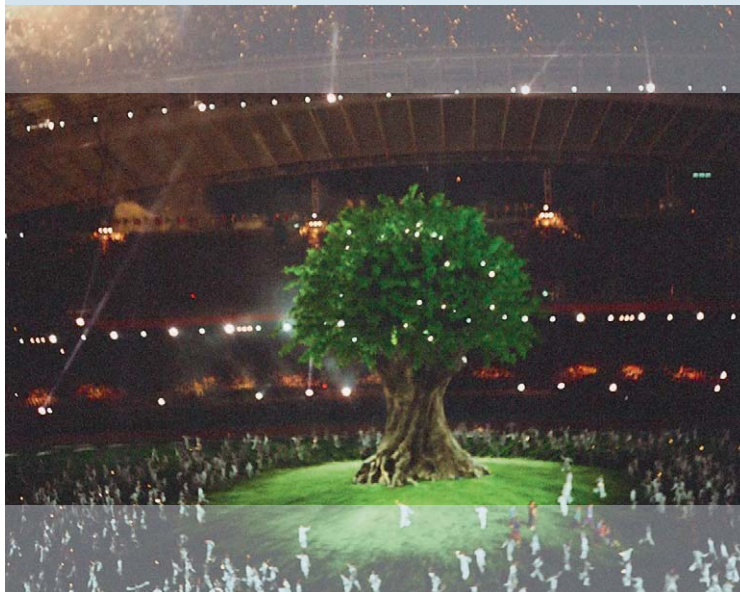
Bringe in mir die Quelle zum Sprudeln, die auch
zum Segen für meine Umgebung werden kann.
Mit einem wachen Auge
will ich durch diesen Tag gehen.
Hilf mir dabei.
Amen.

Thomas Weber

Der Abend

Über den Rhythmus der Zeit

„Im Anfang schuf Gott Himmel und Erde; die Erde aber war wüst und wirr, Finsternis lag über der Urflut, und Gottes Geist schwebte über dem Wasser.



Gott sprach: Es werde Licht. Und es wurde Licht. Gott sah, dass das Licht gut war. Gott schied das Licht von der Finsternis, und Gott nannte das Licht Tag, und die Finsternis nannte er Nacht. Es wurde Abend, und es wurde Morgen: erster Tag.“ (Genesis 1,1-2)

Es wurde Abend und es wurde Morgen. Mit dieser Aussage erhält der Schöpfungsbericht seine Gliederung in sechs Strophen und der Schöpfungsbericht endet: „So wurden Himmel und Erde vollendet und ihr ganzes Gefüge.

Am siebten Tag vollendete Gott das Werk, das er geschaffen hatte und er ruhte am siebten Tag,

nachdem er sein ganzes Werk vollbracht hatte. Und Gott segnete den siebten Tag und erklärte ihn für heilig; denn an ihm ruhte Gott, nachdem er das ganze Werk der Schöpfung vollendet hatte.“ (Genesis 2,1-3.)

Nicht nur der Schöpfungsbericht weist darauf hin, dass mit dem Abend die Schaffensperiode des Tages langsam zu Ende geht. Es beginnt die Zeit der Muße und sodann die Zeit der Ruhe. Wir verabschieden den zu Ende gehenden Tag und bereiten uns auf die Nacht vor.

Der Abend ist somit gewissermaßen die Gelenkstelle zwischen Tag und Nacht. Für unser seelisches Wohlbefinden ist es nicht unerheblich, wie wir diese Zeit gestalten. Dies zeigt sich vor allem bei kleinen Kindern, die am Abend zu Bett gebracht werden. Wenn meine kleine Nichte und mein kleiner Neffe von ihren Eltern zu Bett gebracht werden, dann ist immer noch Zeit für ein kurzes Gespräch, eine kleine Geschichte oder ein Gebet, für das Kreuzzeichen und nicht zu vergessen den Gute-Nacht-Kuss, und es bleibt da immer noch ein kleiner offener Türspalt, durch den noch ein wenig Licht ins Kinderzimmer fallen kann.

Wir modernen westlichen Menschen haben es jedoch weitestgehend verlernt, im rhythmischen und damit schöpfungsgemäßen Kreislauf der Natur zu leben. Fremd geworden in unserem Empfinden ist zum Beispiel der Kreislauf der Generationen. Was angesagt ist, ist ewige Jugend und die damit verbundene Leistungsfähigkeit als Ideal. Auch den Jahreskreislauf durchbrechen wir. Jeder, der im Spitzensport tätig ist, weiß davon zu berichten, wie es ist, wenn man zwischen den Jahreszeiten und Zeitzonen gewissermaßen hin und her jettet.

Und wie schwer fällt es uns, im Wochenkreislauf wenigstens einen Tag der Ruhe einzuhalten. Und selbst den Tag verschieben wir in unserem Zeitverständnis hin und her. Wie oft machen wir die

Nacht zum Tag? Bei den Olympischen Spielen und den Paralympics finden zahlreiche Wettkämpfe erst in den Abendstunden statt und sicher oft aus gutem Grund. Nun können wir dies alles nicht so ohne weiteres ändern. Wir sind nun einmal Kinder unserer Zeit. Aber der alte Schöpfungsbericht der Bibel möchte uns auf die Bedeutung des Rhythmus und der Ruhe aufmerksam machen, möchte uns einladen, eine kleine Kultur der Zeit und des Abends zu entwickeln. Vielleicht können uns da unsere eigenen Kindheitserinnerungen helfen. Warum sollten wir uns nicht bewusst Zeit nehmen für ein kurzes Gespräch, um einander zu berichten über das, was uns am Tag so in Anspruch genommen hat. Und ein Gute-Nacht-Kuss sagt mehr als tausend Worte.

Und wer weiß: vielleicht ist der offene Türspalt, durch den noch etwas Licht eindringen kann, nicht auch die Nähe eines Menschen, der unter Umständen viele tausend Kilometer entfernt ist. Und wenn uns dann ein kleines Gebet und das Kreuzzeichen einfällt, dürfen wir uns geborgen finden bei dem, der uns letztlich in seinen Händen hält.

Hans-Gerd Schütt

Abends

Abends,
wenn der Tag sich zusammenrollt,
riskiere ich einen letzten Blick
auf meine Erinnerung,
bahne mir einen Pfad
durch die Erlebnisse von heute
und lege behutsam
ein Fragezeichen
in mein Gebet.

Peter Herrlein

Gebet

Herr, in dieser Abendstunde danke ich dir für den
vergangenen Tag,
für all die Begegnungen,
für all die Eindrücke während der Spiele,
für die Möglichkeit mit dabei zu sein.

Meine Gedanken gehen zurück in meine Heimat.
Hier habe ich meine sportliche Laufbahn begonnen,
hier habe ich erfahren, was Erfolg, aber auch was
Niederlage bedeutet.
In meinen Gedanken haben auch all jene einen
Platz, die mich auf meinem Weg begleitet haben.

Begleite nicht nur mich,
sondern uns alle mit deinem Segen.
Schenke uns nach der Ruhe der Nacht
einen guten Tag.

Lass uns zu guter und fairer sportlicher Leistung
fähig sein und bei allen Herausforderungen
aufmerksam sein für die Menschen, denen wir
morgen begegnen.

Und noch etwas: Begleite meine Lieben daheim
und alle Menschen mit deinem Segen durch den
neuen Tag. Denn hier in Peking wird es nun Abend,
zu Hause hat der neue Tag gerade erst begonnen.
Amen.

Hans Gerd Schütt

Fundstücke

Perfektion als Normalität

Im Schießsport ist allerhöchste Präzision erforderlich. Dies fängt schon mit der Herstellung des Sportgerätes und der Ausrüstung an. So sind



maßangefertigte Bekleidungsstücke und speziell für die Anatomie angepasste Griffe und Schäfte gang und gäbe. Selbst die Auswahl der Munition erfolgt nach individuellen Bedürfnissen, nachdem zuvor verschiedene Munitionsserien getestet wurden. Die „Olympische Schnellfeuerpistole“ sei eine der trainingsintensivsten und dynamischsten Disziplinen beim Sportschießen, so höre ich. Der Anschlag habe mit dem aus Film und Fernsehen bekannten Schießen wenig gemeinsam. Der Schütze steht nicht frontal zur Scheibe, sondern etwas seitlich gedreht und hält die Pistole mit ausgestrecktem Arm und mit nur einer Hand. Dies verlangt dem Schützen eine besondere Kondition ab, um die Waffe möglichst ruhig halten zu kön-

nen. Außerdem muss ein guter Schütze über eine ausgefeilte Technik verfügen, die ihm selbst bei veränderten Bedingungen wie Wind erlaubt, das Zentrum zu treffen. Ferner sind ein großes Maß an Koordination und eine schnelle Auffassungsgabe gefragt. Es werden in zwei Durchgängen jeweils 30 Schuss in sechs Serien à fünf Schuss abgegeben, wobei die Entfernung 25 Meter zum Ziel beträgt.

Das Besondere ist, dass der Schütze nicht alle fünf Schuss auf ein und dieselbe Scheibe abfeuert, sondern auf fünf verschiedene. Die Scheiben sind zunächst für den Schützen nicht sichtbar und drehen sich erst zu Beginn der Schießzeit zum Schützen. Nacheinander gibt dieser dann zunächst innerhalb von acht, dann sechs und schließlich vier Sekunden jeweils der Reihe nach auf jede Scheibe einen Schuss ab. Um den Abzug auszulösen, muss ein Gewicht von mindestens einem Kilogramm überwunden werden. Eine Analogie aus dem alltäglichen Leben erlaubt einen Einblick in die Schwierigkeiten, die damit verbunden sind: Bei jeder Serie muss absolut präzise und gleichmäßig mit dem Zeigefinger fünf mal eine Flasche Wasser angehoben und wieder gesenkt werden. Hinzu kommt, dass für das Zielen, Korrigieren und Abziehen nur rund 0,2 Sekunden zur Verfügung stehen. Verreißt der Sportler dabei die Pistole um nur einen Millimeter, bedeutet dies eine Verlagerung des Schusses auf der Scheibe von rund 25 cm – wobei die Zehn einen Radius von fünf Zentimetern hat. Alles zusammen muss also schließlich im Wettkampf stimmen: die Mischung aus innerer Ruhe, Konzentration, Fokussierung auf's Wesentliche, Disziplin und Wachsamkeit.

Nach den abgegebenen 60 Schüssen wird genau analysiert: 59 mal ins Zentrum oder sehr nahe dran getroffen und nur ein einziger Schuss verrissen oder die Zeit um 0,01 Sekunden überschritten, aber diese Winzigkeiten bedeuten oft die Entscheidung über Sieg oder Niederlage. Ein Sportschütze stellt schmunzelnd fest: „Im Grunde genommen betreiben wir eine Depri-Sportart!“ Ich

schaue ihn fragend an. Was meint er mit „Depri“? „Ja,“ sagt er, „eigentlich liefern wir doch eine Superleistung bei der Vielzahl der gelungenen Treffer ab, bedenkt man, dass wir meist nur um Bruchteile von einem Millimeter mit der Pistole wackeln. Darüber können wir uns aber gar nicht so richtig freuen, weil wir häufig nur das vor Augen gehalten bekommen, was uns nicht perfekt gelungen ist. Wir können nur sehr selten wirklich zufrieden sein. Das muss doch deprimieren, oder?!“

Eine solche „Depri-Einstellung“ drängt sich nicht nur im Schießsport, sondern auch im alltäglichen Leben auf. So vieles Gute nehme ich im gewohnten Tagesablauf gar nicht zur Kenntnis, weil ich es unter der Überschrift „normal“ oder „selbstverständlich“ einfach „abhake“. Das, was aber nicht gelingt oder falsch läuft, schafft dagegen Unzufriedenheit und bestimmt das Denken und Handeln. Keine Einstellung, die glücklich macht! So sehr es stimmt, dass wir Ansporn und Leistungen brauchen, um Erfolge zu erzielen, so richtig ist es aber auch, sich daran zu erinnern, dass unser Leben ein Geschenk ist. Der Psalmbeter sagt darum (Psalm 103): „Lobe den Herrn meine Seele, und vergiss nicht, was er dir Gutes getan hat.“

Thomas Weber

Stabhochsprung

Von dem Propheten Jesaja stammt die Verheißung: „Die aber, die dem Herrn vertrauen, schöpfen neue Kraft, sie bekommen Flügel wie Adler“ (Kapitel 40,31a). Diese Worte gehen uns leicht zu Herzen. Wer kennt nicht das Gefühl, wie schön es ist, neue Kraft zu schöpfen oder geschenkt zu bekommen? Und wen überkommt nicht beim Anblick eines majestätisch kreisenden Adlers der Gedanke und der Wunsch nach der „Leichtigkeit des Seins“? Und hat man nicht im Moment des sportlichen Erfolgs zumindest eine Zeit lang das Gefühl über allem zu schweben? Vergessen die

Mühen des Trainings, all' die Entbehrungen und der Verzicht, der lange zurückliegende Weg mit Siegen und auch Niederlagen.

Der Stabhochsprung scheint für den Betrachter scheinbar Flügel zu verleihen. Ein Eindruck, der durch seine Eleganz nur verstärkt wird. Man muss eben nur den Stab in der Hand richtig beherrschen. Aber es war für mich schon ein Aha-Erlebnis, als ich zum ersten Mal in meinem Leben den Sprungstab eines Stabhochspringers in der Hand hielt. Ich hatte ihn genau in der Mitte gepackt und meine erste Reaktion: „Der ist aber leicht“. Sehr schnell wurde ich eines Besseren belehrt, als der Sportler mir sagte, ich solle doch den Stab so anfassen, wie er es beim Sprung täte, damit überhaupt ein erfolgreicher Stabhochsprung zu Stande käme. Es ist natürlich ein ganz anderes Gewicht, wenn man ihn an seinem Ende hält. Und ich begann zu ahnen, dass es eben doch nicht die leichte, elegante Sportart ist, wie ich es mir zuerst vorgestellt hatte. Schwer lag der Stab in meinen Händen, und als ich dann noch darüber aufgeklärt wurde, dass sich beim Stabhochsprung etwa 21 unterschiedliche Bewegungsarten aneinander reihen, damit es überhaupt zu einem gelungenen Sprung kommt, war ich von einer bis dahin nie gekannten Ehrfurcht vor dieser Sportart beseelt. Es ist eben doch nicht so einfach mit den Flügeln.

Es bedarf der Kraft, aber ebenso auch der antrainierten Technik. Etwa drei bis fünf Stunden Training pro Woche in der Disziplin Turnen gehören für einen erfolgreichen Stabhochspringer wie selbstverständlich dazu, eine Sportart, die man zunächst nun wirklich nicht in Verbindung mit der Leichtathletik vermutet. Und dann brauche ich wie jeder Sportler und jede Sportlerin das Vertrauen zu mir selbst. So ist es bisweilen auch mit den Fragen des Glaubens und damit des Vertrauens in Gott. Ich brauche Kraft und Mut, mich ihnen zu stellen, und da, wo es am leichtesten zu sein scheint, finde ich normalerweise nicht die Beantwortung meiner Fragen. Wie beim Stabhoch-

sprung so reicht auch auf dem Glaubensweg das „Beherrschen“ von nur einer „Technik“ nicht aus. Und damit sind wir beim Vertrauen, das der Prophet Jesaja ebenso anspricht. Denn ohne Vertrauen keine neue Kraft und damit auch keine Flügel wie Adler. Wie bis zu einem gelungenen Stabhochsprung ist es auch zum Vertrauen – und erst recht



zum Vertrauen zu Gott – kein leichter Spaziergang. Vertrauen ist zunächst und zu allererst ein Geschenk. Es beginnt zu wachsen, wenn ich das Geschenk auspacke. Ich kann mich erfreuen an der Welt mit all ihren Wundern, die mich umgeben, und ich kann mich an mir selbst freuen. Die Geborgenheit in der Familie, meine Freunde, das Geheimnis der Liebe wecken in mir das Urgefühl des Vertrauens. Meine Fähigkeiten und Talente schenken mir das Vertrauen zu Sport und Beruf. Freundschaft und das Geschenk, zu lieben und geliebt zu werden, zeigen mir, dass Vertrauen mehr ist als ein Momentereignis. Und wenn ich dann beginne zu erahnen, dass hinter all dem mehr steht, nämlich das Geheimnis Gottes, das in Jesus

Christus ein menschliches Antlitz für uns bekam,
dann kann das Vertrauen des Glaubens wachsen.
Dieses Vertrauen kann mich durch das Leben
begleiten durch alle Höhen und Tiefen. Vielleicht
kann ich dann mit dem Propheten Jesaja weiter
sprechen: „Sie laufen und werden nicht müde, sie
gehen und werden nicht matt“ (Kapitel 40,31b). Et-
was, was wir im übertragenen Sinne nicht nur dem
Stabhochsprung, sondern allen Sportlerinnen und
Sportlern wünschen dürfen.

Hans-Gerd Schütt

Ich-Sein

Manchmal bilde ich mir ein,
morgen
wäre das Gesicht, das ich im
Spiegel sehe,
ein Traumgesicht, betörend,
Hollywood-gerecht;
oder manchmal tue ich so, als könnte ich
Gesichter wechseln
wie Taschentücher,
einmal gebraucht, dann weggeworfen,
herausgekramt für einen
Augenblick, für einen Zweck,
auswechselbar,
je eines passend für jede Gelegenheit.
Aber ich bin ich
und kein anderer,
ich lebe mein Leben
unverwechselbar,
mit dem Gesicht, das mein
eigenes ist,
manchmal strahlend vor Glück,
oder von Tränen gezeichnet,
manchmal genau richtig,
manchmal völlig unpassend;
aber es ist meins,
ich bin es,
und ich bin es gern;
denn ich bin gewiss,

keiner kann so sein wie ich,
keiner kann an meine Stelle treten,
und die das wissen,
nehmen mich an
wie ich bin.

Michael Gosebrink



Gib doch ab

Ich schaue mir gerne ein Handballspiel an während des Olympischen Turniers oder der WM, aber auch von meiner Tochter, die in einer Mannschaft spielt. Nicht nur die Zuschauer in den großen Hallen verfolgen und kommentieren alles, was auf dem Spielfeld passiert. Dies tun auch engagierte Eltern und Großeltern.

Beispielsweise wenn ein Spieler in Ballbesitz ist und nach vorn stürmt Richtung gegnerisches Tor, dann wird es manchmal brenzlich. Die zahlreichen Gegenspieler kommen immer näher und versuchen, den Sololauf zu stoppen. In solchen

Situationen rufen die Fans dem Angreifer zu:
„Abgeben, abgeben, Mensch, gib doch ab!“

Mancher Spieler stellt sich taub und versucht weiter, allein das Tor zu erreichen. Doch meist sind solche Versuche zum Scheitern verurteilt. Handball ist nicht umsonst ein Mannschaftsspiel und „Abgeben“ gehört zu einem erfolgreichen Spiel eben dazu. „Abgeben, Mensch, gib doch ab.“ Ein toller Satz. Nicht nur beim Handball, sondern auch im Leben. Wie gut, wenn ich andere einbeziehen kann oder erst meinen Teil erledige, aber es dann auch gut sein lasse und an andere abgebe. Aber manchmal schaffe ich es nicht, loszulassen, will das Spiel selbst bestimmen, aus Sorge, dass andere es nicht so gut machen wie ich. So versuche ich mit den Herausforderungen allein fertig zu werden. Allein aus eigener Kraft. Bis ich irgendwann merke: Es wird zuviel. Da spüre ich auch: Ich muss meine Strategie überdenken.

Abgeben - zusammenspielen. Das gilt nicht nur auf dem Handballfeld und auf dem Spielfeld des Lebens, von Mensch zu Mensch. Ich glaube, dass gilt auch im Zusammenspiel von Gott und Mensch. Abgeben, Mensch, gib doch ab. Das gilt wie eine moderne Übertragung des alten Psalmverses: „Wirf dein Anliegen auf den Herrn, der wird dich versorgen“ (Psalm 55,23). Ich stelle mir vor, Gott steht manchmal auf dem Spielfeld des Lebens und ruft mir zu: Abgeben, Mensch, gib doch ab! Für deine Sorgen habe ich ein offenes Ohr. Und da, wo du müde bist und keinen Mut mehr hast zum Weitergehen, schicke ich dir einen Engel wie dem Elia, der ihm brachte, was seine Lebensgeister wieder wachrief. So kann ich Kraft schöpfen und mich mit frischer Energie ins Spiel einbringen. Dabei will ich den Zuruf nicht überhören: Abgeben, Mensch, gib doch ab.

Nach einer Idee von Dorothea Frank,
in: Ein starkes Stück Leben.
Ideen und Entwürfe für die kirchliche Arbeit
anlässlich der Fifa Fußball-Weltmeisterschaft 2006, S. 51.

Springreiten

Eine der tückischsten Hindernisformen beim Springreiten ist die Mauer. Mächtig und gewaltig stellt sie sich Reiter und Pferd in den Weg. Die Schwierigkeit dieses Hindernisses liegt darin, dass die Mauer undurchsichtig ist. Das Pferd kann nicht



darübergucken und nicht sicher sein, was dahinter kommt. Es muss sich absolut auf den Reiter verlassen können. Um diesen Sprung überwinden zu können, ist eine unbedingte Harmonie zwischen Mensch und Tier vonnöten. In jahrelanger Ausbildung wurde das Pferd in Ruhe an die Mauer gewöhnt. Im Training oft geübt, weiß das Tier nun aus Erfahrung: Die Mauer stellt keine Gefahr dar, denn der Mensch, der auf mir sitzt, würde mich doch niemals darüber springen lassen, wenn ich dadurch zu Schaden käme.

In der Bibel, in Psalm 18,30, ist auch von einer Mauer die Rede. „Mit meinem Gott kann ich über Mauern springen!“ Der Psalmbeter hatte bei

seiner Aussage sicherlich noch kein Mächtigkeits-springen vor Augen. Aber durch den Vergleich mit dem Reitsport lässt sich der Bibelvers treffend veranschaulichen und auslegen. Im Leben gibt es Situationen und Wegabschnitte, die nicht zu überblicken sind. Wir wissen nicht, was die Zukunft bringt. Worauf setzen wir unsere Hoffnung, wenn es darum geht, die Mauern des Lebens überwinden zu müssen? Auf unsere eigenen Kräfte und Fähigkeiten? Aber was ist, wenn diese immer mehr nachlassen? Der Psalmbeter fühlt sich in seinem Glauben geborgen in Gottes Hand. Mein Schöpfer hat einen Plan mit mir und führt mich schon richtig. Auch wenn ich es nicht sofort nachvollziehen kann, vielleicht nie verstehen werde, er hat den Überblick. Ihm kann ich bedingungslos vertrauen.

Thomas Weber

Umwege sind manchmal nötig

Hannes lernt sämtliche Zugverbindungen auswendig. Wenn man wissen möchte, wie man zum Beispiel am schnellsten von Stuttgart nach Neapel kommt, braucht man nur Hannes zu fragen. Ab Stuttgart 8:45 Uhr bis Mailand. Dort um 15:20 Uhr weiter nach Rom und ab 22:05 Uhr nach Neapel. Ankunft am nächsten Morgen um 7:01 Uhr. Hannes nimmt am Wettbewerb der Kursbuchspezialisten auf der finnischen Insel Inari teil.

Auf seiner Fahrt lernt er Sirpa kennen. Das verändert sein Leben. „Welche Route er fahren wolle?“, fragt sie. Als Hannes es ihr erzählt, sagt sie: Ja, das ist die schnellste Route, doch sie selbst fahre immer an den Seen entlang und durch die Hochebene. Dies sei zwar länger, aber viel schöner. Hannes kämpft mit sich. Wegen des Wettbewerbs sollte er die schnelle Strecke fahren – wegen der schönen Landschaft und wegen der schönen Sirpa entscheidet er sich für den Umweg. Und auf diesem Umweg verlieben sich Sirpa und Hannes ineinander – jedoch wagt keiner es auszusprechen.

Auf Inari siegt Hannes im Wettbewerb der Kursbuchspezialisten Runde um Runde. Schließlich sind nur noch er und eine Frau aus Kanada im Rennen. Die allerletzte Frage ist ein Geschenk. Hannes und seine Gegnerin werden nach der schnellsten Verbindung von Dortmund nach Inari gefragt. Diese Strecke hat Hannes gerade zurückgelegt. Ein Kinderspiel!



Seine Gegnerin schreibt die kürzeste Verbindung auf. Auch er tut das bis zu einem bestimmten Punkt – dann schreibt er mit einem Lächeln den Umweg an den Seen entlang und durch die Hochebene. So bekennt er vor der verblüfften Sirpa seine Liebe zu ihr.

Hannes hat gelernt, dass sein Umweg ein Gewinn war. Er, der immer die schnellstmöglichen Verbindungen auswendig gelernt hat, weiß nun, dass Zeitersparnis und Schnelligkeit nicht das Wichtigste sind - ja dass gerade in Umwegen das Glück zu finden ist. Die Seele lebt vom Zeithaben und nicht vom Zeit sparen. Entschleunige dein Leben, sonst übersiehst du das wirklich Schöne und Wichtige, was dein Leben lebenswert macht.

Vielleicht schreibe ich meinen Terminkalender nicht so voll wie sonst – und vielleicht denke ich an Hannes und Sirpa, die sich Zeit nahmen und die Liebe fanden.

Volker Steinbrecher zum Film „Zugvögel ... Einmal nach Inari“ (Deutschland/Finnland 1997)

Aufmerksam

Wo soll ich anfangen? Am besten bei Deinen zahlreichen Beschäftigungen, denn ihretwegen habe ich am meisten Mitleid mit Dir. Ich fürchte, dass Du, eingekleidet in Deine zahlreichen Beschäftigungen, keinen Ausweg mehr siehst und deshalb Deine Stirn verhärtest; dass Du Dich nach und nach des Gespürs für einen durchaus richtigen und heilsamen Schmerz entledigst.

Es ist viel klüger, Du entziehst Dich von Zeit zu Zeit Deinen Beschäftigungen, als dass sie Dich ziehen und Dich nach und nach an einen Punkt führen, an dem Du nicht landen willst. Du fragst: „An welchen Punkt?“ An den Punkt, wo das Herz hart wird.

Wenn also alle Menschen ein Recht auf Dich haben, dann sei auch Du selbst ein Mensch, der ein Recht auf sich selbst hat. Warum solltest einzig Du selbst nichts von Dir haben? Wie lange noch schenkst Du allein anderen Deine Aufmerksamkeit, nur nicht Dir selbst? Ja, wer mit sich selbst schlecht umgeht, wem kann der gut sein?

Denk also daran: Gönn Dir selbst. Ich sage nicht: „Tu das immer.“ Ich sage nicht: „Tu das oft.“ Aber ich sage: „Tu das immer wieder einmal. Sei wie für alle anderen auch für Dich selbst da, oder jedenfalls sei es nach allen anderen.“

Bernhard von Clairvaux
in einem Brief an Papst Eugen III

Seligpreisungen nach Matthäus 5,1-12

Glücklich ist, wer seinen Sieg dankbar feiert,
ihn annimmt wie ein Geschenk.
Glücklich ist, wer verlieren kann,
ohne den Kopf zu verlieren.
Glücklich ist, wer im Sport und Spiel Freiheit spürt.



Glücklich ist, wer sich einsetzen kann,
ohne sich im Ehrgeiz zu verzehren.
Glücklich ist, wer ein gutes Team erlebt –
beim Spiel und im Leben.
Glücklich ist, wer im anderen immer den
Menschen sieht, nicht nur den Gegner.
Glücklich ist, wer sich erholen kann
bei Sport und Spiel.

Glücklich ist, wer beim Training des Körpers
die Seele nicht vergisst.
Glücklich ist, wer mit Körper und Seele
Gott den Schöpfer lobt.

Nach M. Bender. In: FAIR spielen – FAIR handeln, S. 23.

„O hätte ich Flügel wie Tauben“

Meditation zu Psalm 55, 7:

„Ich sprach: O hätte ich Flügel wie Tauben,
dass ich wegflöge und Ruhe fände!“

Du, Gott, hast der Taube Flügel gegeben, damit sie sich in Notlagen erheben, fortfliegen und in der Weite Ruhe finden kann. Wo aber, Herr, findet meine Seele Frieden, wenn ich voller Angst und Unruhe bin?

Ich möchte dich auch um Flügel bitten, damit ich mich in den Himmel schwingen kann - weg von den Stricken materieller Versuchung und den Kämpfen mit mir selbst. Wenn mein Herz sich verbindet mit Bergen und Flüssen, wird meine Seele Ruhe finden in dir.

Doch das Gewicht auf meinen Flügeln ist schwer. Ich kann mich nicht erheben. Hilf mir, Gott, meine Last bei dir abzulegen, weil du mich freundlich dazu einlädst. Ich bin erschöpft. Kaum komme ich hoch. Nimm du mich in die Obhut deiner unerschöpflichen Liebe.

Du gibst mir, ohne dass ich darum bitten muss. Du beschenkst mich, ohne an Ausgleich zu denken. Alles auf der Erde lebt von deiner Gnade, und du verlangst keine Gegengabe dafür. Dein geliebter Sohn hat sein Leben für mich gegeben, als ich mich lieblos und von dir abgewandt zeigte.

So wichtig ist es dir, dass alles in Freiheit geschieht. Auf den Flügeln der Freiheit will ich mich in den Himmel schwingen und Frieden finden in dir.

Aus dem Chinesischen von Monika Gänßbauer
Quelle: Wang Weifan: „Moxiangji“
(Meditationssammlung), Nanjing 1997, S. 137f.

Lotoslampions ...

Lotoslampions treiben auf dem Wasser. Jedes Jahr am 15. Tag im siebten Monat des Mondkalenders lassen wir Chinesen solche Lampions zu Wasser, um damit verstorbenen Verwandten und Freunden unseren Segen und unsere Gebete zu senden. Die Tradition heißt „fang huadeng“. In der chinesischen Kultur ist der Mond ein Bote des Friedens. Ruhig liegt sein Schein auf dem Wasser und symbolisiert die Hoffnung, dass wir eines Tages mit den Menschen, die wir lieben, wieder vereint sein werden. In dieser Zeremonie finden unser Segen und unsere Gebete ihren Geist, und sie berühren unsere Seelen.

Lu Lan

Zu Besuch bei den chinesischen Christen

Pekings alte Kirchen haben inzwischen den Weg in manchen Reiseführer gefunden. An ihrer Geschichte lässt sich ablesen, welche Wechselfälle das Christentum in China während der letzten Jahrhunderte erlebt hat.

Nehmen wir die älteste Pekinger Kirche, die unweit der U-Bahn-Station Xuanwumen gelegene „Südkirche“. Bereits 1605 baute Matteo Ricci, Begründer der Chinamission der Jesuiten im 16. bis 18. Jahrhundert, an dieser Stelle eine erste Kapelle. Der Kölner Jesuit Johann Adam Schall von Bell – damals Direktor des kaiserlichen Amtes für Astronomie und damit ein hoher chinesischer Beamter – errichtete dort im Jahr 1650 eine große Kirche. Nach dem zwischenzeitlichen Verbot des Christentums in China und dem Weggang der letzten Jesuitenmissionare wurde die Südkirche, die seit 1690 auch Sitz des katholischen Bischofs von Peking war, im Jahr 1838 geschlossen. Als nach den Opiumkriegen die christlichen Kirchen unter dem Schutz der westlichen Imperialmächte erneut nach China kamen, wurde die Südkirche 1860 wiedereröffnet. Im Boxeraufstand von 1900 wurde sie wie die meisten Kirchen Pekings zerstört. Der heutige Bau stammt aus dem Jahr 1904. Während der Kultur-

revolution (1966 bis 1976) war das katholische Gotteshaus wie alle religiösen Stätten in China geschlossen – es war eine Zeit der brutalen Zerschlagung jeglichen religiösen Lebens. Erst ab Ende der siebziger Jahre war öffentliche religiöse Betätigung nach und nach wieder möglich. 1979 wurde die Südkirche als eine der ersten Kirchen in China offiziell wieder für den Gottesdienst geöffnet.

Heute sind die christlichen Gemeinden in China sehr lebendig. Sie sind zwar immer noch eine kleine Minderheit in der chinesischen Bevölkerung, doch sie wachsen dynamisch: Gab es 1949 im ganzen Land noch 3,2 Millionen Katholiken und 700.000 Protestanten, so schätzt man heute rund 12 bis 14 Millionen Katholiken und 25 bis 50 Millionen Protestanten. Viele Menschen suchen wieder nach Orientierung bei den Religionen, auch beim Christentum. Ein Teil von ihnen findet den Weg in die Kirchen. Andere ziehen es vor, sich privat oder im Freundeskreis mit dem Christentum zu beschäftigen, ohne sich taufen zu lassen. Besonders das Interesse an der Bibel ist groß. Bibeln können im Land gedruckt, aber nicht durch den Buchhandel, sondern nur durch die Kirchen vertrieben werden. Es gibt auch ein wachsendes akademisches Interesse am Christentum, so dass sich in chinesischen Buchläden eine ganze Reihe von Publikationen über christliche Theologie finden lässt, die aus der Feder nicht-christlicher chinesischer Wissenschaftler stammt.

Im China der „sozialistischen Marktwirtschaft“ ist die Kluft zwischen Arm und Reich dramatisch gewachsen. Viele Menschen haben keinerlei soziale Absicherung. Die christlichen Kirchen engagieren sich zunehmend im sozialen Bereich, etwa durch Kindergärten, kleine Ambulanzen, Hilfe für Findelkinder, Behinderte und Alte, Stipendien für bedürftige Schüler und Studenten, HIV/AIDS-Kranke und andere Randgruppen. So können sie sich auch als Minderheit für die Gesellschaft einsetzen und ihr christliches Menschenbild sichtbar machen. Offiziell sind fünf Religionsgemeinschaften in China staatlich anerkannt: Buddhismus, Daoismus, Islam, Katholizismus und Protestantismus.

Zwar ist die „Freiheit des religiösen Glaubens“ in der chinesischen Verfassung verankert. Doch zielt die staatliche Religionspolitik auf eine Kontrolle der Religionen ab und steckt der religiösen Betätigung einen engen Rahmen. Deshalb ziehen es viele Christen vor, außerhalb der staatlich zugelassenen Kirchen zu praktizieren. Diese sog. katholische „Untergrundkirche“ und protestantischen „Hauskirchen“ werden vom Staat als illegal betrachtet und teils toleriert, teils mit unterschiedlicher Härte unterdrückt. Trotz der Versuche der VR China, eine von Rom unabhängige katholische Kirche durchzusetzen, sind heute auch im „offenen“, staatlich zugelassenen Teil der katholischen Kirche Chinas mind. 85 % der Bischöfe vom Papst anerkannt.

Die Kirchen in den chinesischen Olympiastädten freuen sich auf internationale Gäste und bereiten sich unter anderem durch das Angebot englischsprachiger Gottesdienste darauf vor. Der Besuch eines chinesischen Gottesdienstes kann für ausländische Besucher eine beeindruckende Erfahrung, für die chinesischen Christen ein wichtiges Zeichen der Solidarität und Ermutigung sein.

Mehr Info zu Christentum und Religionen in China:

- beim katholischen China-Zentrum unter www.china-zentrum.de (mit Beschreibung und Adressen katholischer Kirchen in Peking und anderen Olympiastädten) und in der Zeitschrift China heute. Informationen über Religion und Christentum im chinesischen Raum; Kontakt: info@china-zentrum.de.
- bei der evangelischen China Infostelle; Kontakt: china@nmz-mission.de. Die vom Evangelischen Missionswerk in Deutschland (EMW) und der China Infostelle herausgegebene Publikation „Schneller, höher, stärker“. China und die Olympiade 2008 (Hamburg 2007) mit Beiträgen zu aktuellen Chinathemen enthält in ihrem Anhang auch Adressen von Kirchen in Peking und kann kostenlos bestellt werden bei service@emw-d.de.

Katharina Wenzel-Teuber, China-Zentrum

Inhalt

Geleitwort	3
Euer Team in Peking	5

Der Morgen **6**

Psalm	6
Elia unter dem Strauch	6
Auslegung	8
Gebet	9
Wach werden	9
Segen	11

Der Mittag **12**

Psalm	12
Das Gespräch am Jakobsbrunnen	12
Auslegung	14
Schnelligkeit ist gefragt	15
Gebet	16

Der Abend **17**

Über den Rhythmus der Zeit	17
Abends	19
Gebet	20

Fundstücke **21**

Perfektion als Normalität	21
Stabhochsprung	23
Ich-Sein	26
Gib doch ab	27
Springreiten	29
Umwege sind manchmal nötig	30
Aufmerksam	32
Seligpreisungen nach Matthäus 5,1-12	33
„O hätte ich Flügel wie Tauben“	34
Lotoslampions ...	35
Zu Besuch bei den chinesischen Christen	35

Abkürzungen: EU - Einheitsübersetzung
LUT - Luther-Bibel 1984

Impressum

Herausgeber

Kirchenamt der
Evangelischen Kirche in Deutschland (EKD)
Herrenhäuser Str. 12 • 30419 Hannover
www.ekd.de

und

Sekretariat der
Deutschen Bischofskonferenz (DBK)
Kaiserstr. 161 • 53113 Bonn
www.dbk.de

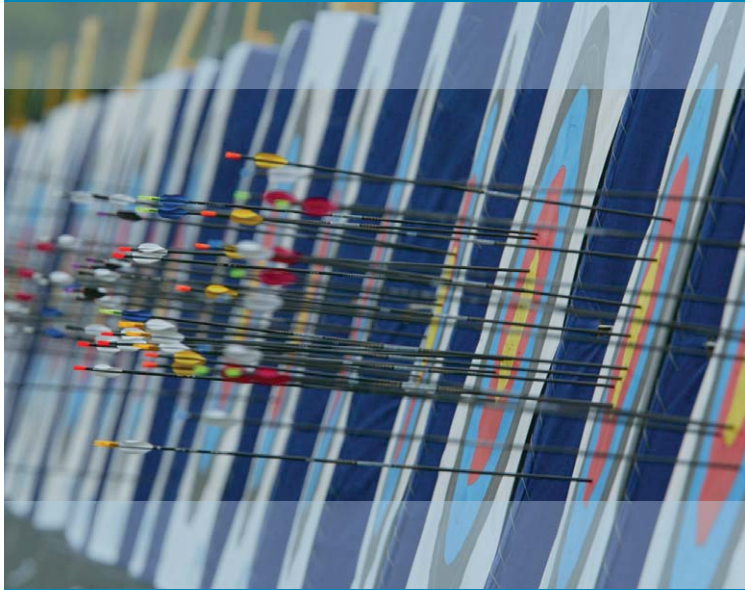
Layout

CI-IT Consulting & Design, Wiebelsheim
www.ci-it.de

Bildquellennachweis

Fotoarchiv der
Deutschen Behinderten-Sportjugend (DBSJ),
Bernd Schindzielorz und
picture-alliance/dpa

Auflage
2.500



Für die Sportlerinnen und Sportler

