

*Dies ist ein meditativer Text, der als Anregung zu einem Thema dienen soll.
Bitte lies ihn langsam mit Herz & Verstand und ohne Bewertung. Beobachte einfach, was er in Dir bewirkt und
lass Dir den Raum mit aufkommenden Fragen noch ein Stück tiefer zu gehen.*

Bitten und Danken

Bitte – Danke

wie häufig schon gesagt,
wie häufig ganz beiläufig hingesagt,
wie häufig nicht gern gesagt.

Und selten habe ich bedacht,
was ein „bitte“ zur Bitte und ein „Danke“ zum Dank macht

Bitten

Ist mit dem Wort „bitte“ schon eine Bitte gemeint?

Oder wieviele Sätze mit dem Wort bitte habe ich schon gesagt, um etwas zu fordern oder jemanden zu manipulieren oder einfach nur um freundlich zu wirken?

Ist Bitten nicht anders gemeint?

Was ist das Wesen der aufrichtigen Bitte?

Wenn ich mich mit Ihrer Ablehnung einverstanden erkläre.

Ohne Groll. Ohne Rachsucht. Einfach akzeptierend.

Was noch?

Wenn ich nur um etwas bitte, was der andere mir geben kann.

Und ich ihn damit in seiner Situation sehe und würdige.

Was lasse ich damit dem, den ich um etwas Bitte?

Die freie Wahl, zu geben, wie er kann.

Ich gebe mich seiner Entscheidung hin und nehme diese in Demut an.

Ist diese Hingabe nicht ein Akt der liebenden Zuwendung?

Was passiert mit dem, dem ich mich so zuwende?

Er wird von dieser liebenden Zuwendung berührt.

Welcher Mensch der aufrichtig in Liebe berührt wird, ist nicht gewillt, diese Liebe zu erwidern?

Und wenn ich das Leben oder Gott um etwas bitte?

Ohne Erwartung an eine Erfüllung?

Nur aus dem Herzen

Was sende ich damit und was empfangen ich dann?

*Dies ist ein meditativer Text, der als Anregung zu einem Thema dienen soll.
Bitte lies ihn langsam mit Herz & Verstand und ohne Bewertung. Beobachte einfach, was er in Dir bewirkt und
lass Dir den Raum mit aufkommenden Fragen noch ein Stück tiefer zu gehen.*

Wie fühlt sich das an?

Wie tief geht das?

Wie wohltuend demütig ist das!

Und wie fühlt es sich an, wenn in meiner Bitte eine auch noch so kleine Forderung steckt?

Und wenn wir mit unserem geistigen Auge darauf schauen, wie anmaßend wirkt es auf uns

Danken

Warum danken wir?

Um in Liebe empfangen zu können.

Sonst bliebe unser Empfangen kalt und freudlos.

Beim Danken verneigen wir uns, nicht nur innerlich, häufig auch körperlich und zeigen so unsere Demut vor dem, der uns beschenkt hat.

Wann danken wir?

Besonders dann, wenn jemand mit seinem Geben unsere Erwartung erfüllt.

Auch dann, wenn jemand uns etwas entgegenbringt, was uns nicht gefällt?

Oder gar Schmerz bereitet?

Dann können wir häufig nicht erkennen, dass das, was uns entgegengebracht wurde unser Lehrmeister sein kann.

Dieses Geschenk dankend anzunehmen, fällt uns schwer.

Besonders dann, wenn wir meinen, es ist nicht in Liebe an uns gegeben worden.

Sollten wir dann trotzdem danken? Haben wir einen Grund dazu?

Ist der Grund des Dankens das liebende Geben oder die Erfüllung unserer Erwartung oder braucht es für das Danken nichts davon.

Reicht das Geschehene aus?

Weil wir es als Teil des Lebens sehen können und es als Geschenk sehen wie das Leben selbst?

Wenn wir im Leben Gott erkennen, gibt es dann einen Tag, eine Minute, eine Situation in der wir keinen Grund zum Danken haben?

Und wie fühlen wir uns in DIESEM Danken?

Dies ist ein meditativer Text, der als Anregung zu einem Thema dienen soll.
Bitte lies ihn langsam mit Herz & Verstand und ohne Bewertung. Beobachte einfach, was er in Dir bewirkt und lass Dir den Raum mit aufkommenden Fragen noch ein Stück tiefer zu gehen.

Bitten und Danken
wie eine Münze mit zwei ungleichen Gesichtern
doch wenn die Gesichter sich ansehen
spiegeln Sie gegenseitig
Liebe und Demut