

# *SYNODALE HALTUNGEN*

Geistliche Übungen zur Vorbereitung  
auf die Fünfte Synodalversammlung

# VORWORT

Mit der bevorstehenden Fünften Synodalversammlung erreicht der Synodale Weg seinen Schlusspunkt. Wie auf diesem Weg die systemischen Ursachen des Missbrauchs angegangen werden konnten und Schritte auf dem Weg zu einer glaubwürdigeren, dem Evangelium mehr entsprechenden Kirche gegangen wurden, wird im Rückblick zu fragen sein. Die Erfahrungen auf dem Synodalen Weg werden weiterwirken in der Suche nach einer synodalen Kirche – in Deutschland wie weltweit, in kritischer Selbstreflexion wie in mutigem Eintreten für die Botschaft des Evangeliums.

Den Synodalen Weg als einen Lern- und Übungsprozess zu begreifen hat zur Folge, dass sich die Beteiligten einerseits selbstkritisch mit den strukturellen Wegmarken auseinandersetzen und sich andererseits danach fragen, wie sie selbst in ihrer synodalen Haltung gewachsen sind: was sich in ihnen geändert hat, wo sie weiter gehen wollen und was sie künftig synodal üben möchten. Hier setzen die Geistlichen Übungen an, die wir – Maria Boxberg und Siegfried Kleymann als Geistliche Begleitung des Synodalen Weges – Ihnen mit dieser Sammlung vorlegen.

Mit ihr knüpfen wir an Leitsätze des respektvollen Umgangs an, die Franz Meures SJ im Zusammenhang mit der Trierer Diözesansynode 2013 vorgelegt hat (veröffentlicht in: In der Kraft des Geistes. Beiträge von Franz Meures zur Spiritualität der Exerzitien, hrsg. von Igna Kramp und Johanna Schulenburg, Würzburg, 2021, 223–224). Seine Zusammenstellung erscheint uns als hilfreiche Wegbegleitung im Zugehen auf die Fünfte Synodalversammlung und beim Weitergehen in der Entwicklung einer synodalen Kirche.

Wir haben die zehn Leitsätze von Franz Meures auf die ersten zehn Wochen des neuen Jahres bis zur Synodalversammlung verteilt und sie jeweils mit zwei Texten aus der Leseordnung der entsprechenden Woche sowie einem Impuls und einem Übungsvorschlag aus unserer Feder angereichert. Einen besonderen Resonanzraum erhalten die Worte durch die Kunstwerke von Paul Diestel, der zu jedem Leitwort eine seiner kontemplativen Skulpturen ausgewählt hat und dem dafür unser herzlicher Dank gilt.

Im Dialog von Leitsatz, Bibelwort, Skulptur, Impuls und Übung kann sich – wie wir hoffen – ein Raum öffnen, in dem wir als Delegierte und Gäste des Synodalen Weges oder als mit wachem Herzen Anteilnehmende in eine Haltung gelebter Synodalität hineinwachsen. Für diesen Übungsweg wünschen wir Ihnen und uns allen Gottes Segen.

Maria Boxberg und Siegfried Kleymann





ÖFFNE  
DICH



01.–07.  
Januar  
2023



## *Evangelium*

In jener Zeit eilten die Hirten nach Betlehem und fanden Maria und Josef und das Kind, das in der Krippe lag. Als sie es sahen, erzählten sie von dem Wort, das ihnen über dieses Kind gesagt worden war. Und alle, die es hörten, staunten über das, was ihnen von den Hirten erzählt wurde. Maria aber bewahrte alle diese Worte und erwog sie in ihrem Herzen. (Lk 2,16–19 | Tagesevangelium vom 01.01.)

In jener Zeit stand Johannes wieder am Jordan, wo er taufte, und zwei seiner Jünger standen bei ihm. Als Jesus vorüberging, richtete Johannes seinen Blick auf ihn und sagte: Seht, das Lamm Gottes! Die beiden Jünger hörten, was er sagte, und folgten Jesus. Jesus aber wandte sich um, und als er sah, dass sie ihm folgten, fragte er sie: Was wollt ihr? Sie sagten zu ihm: Rabbi – das heißt übersetzt: Meister –, wo wohnst du? Er antwortete: Kommt und seht! Da gingen sie mit und sahen, wo er wohnte, und blieben jenen Tag bei ihm; es war um die zehnte Stunde. (Joh 1,35–39 | Tagesevangelium vom 04.01.)

---

## *Impuls*

Kaum vorstellbar, was wäre, wenn sich die Menschen, von denen in diesen Evangelien die Rede ist, nicht geöffnet hätten. Die Hirten machen sich auf den Weg. Die Menschen rund um die Krippe kommen ins Staunen. Maria geht schwanger mit den Worten, die sie hört. Johannes hebt den Blick, er entdeckt das Lamm Gottes mitten in seinem Alltag. Die Jünger schwenken um. Jesus lädt ein, die sich fragend an ihn wenden. Die Jünger verschwenden ihre Zeit, gehen mit, schauen, bleiben.

So notwendig der sorgsame Umgang mit den Gefahren des Fremden, Unbekannten, Unerwarteten ist: Der Glaube beginnt damit, dass sich Menschen in Freiheit öffnen können für unerwartete Impulse, dass sie sich auf eine Veränderung des Gewohnten – in und an sich selbst, in ihrer Umgebung, in ihren Ansichten – einlassen.

Die Weihnachtsbotschaft verkündet einen Gott, der zum Staunen und Entdecken lockt: mich zu öffnen, mich bereit zu halten, mich langsam vorzutasten, mit Offenheit für meine Ängste und Bedenken, meine Neugierde und Sehnsucht. Gott klopft an (Offb 3,20). Ich kann mich bereiten für langsames Werden.



## *Übung*

Das Fenster – geschlossen oder offen: Wie fühlt es sich an? Welche Türen stehen am Anfang des Neuen Jahres offen: Welche kann oder möchte ich öffnen? Welche Menschen oder Situationen erlebe ich als offen? Was bleibt mir verschlossen? Was hilft mir, mich nach anfänglichem Zögern doch zu öffnen? Welche Signale laden ein, dass ich offene Kommunikation wage?

Meine ganze Person kann ich einbeziehen, als Resonanzraum öffnen für das Hören auf die Stimmen anderer und auf das, was mir von Gott her entgegenkommt. Wie fühlt es sich an in meinem Leib, wenn ich mich öffne, wenn ich mich verschließe? Ich stehe vor Gott, fest auf dem Boden, aufgerichtet. Ich kann die Arme öffnen oder schließen. Ich bitte Gott, dass er mir das Herz und die Sinne öffne, dass ich meinen Blick weite, hellhörig werde und offenherzig für sein Wort und seine Gegenwart.

---

## *Konkretion für den Synodalen Weg*

„Öffne dich: für den Segen und die Nöte unserer Zeit, unserer Kirche, für den Anruf Gottes, der darin liegt. Öffne dich für die anderen Synodalen, für unterschiedliche Meinungen, für neue Ideen – aber auch für unlösbare Fragen.“ (Franz Meures SJ)



*BEWEGE  
DICH*



08.–14.  
Januar  
2023



## *Evangelium*

Als Jesus am See von Galiläa entlangging, sah er Simon und Andreas, den Bruder des Simon, die auf dem See ihr Netz auswarfen; sie waren nämlich Fischer. Da sagte er zu ihnen: Kommt her, folgt mir nach! Ich werde euch zu Menschenfischern machen. Sogleich ließen sie ihre Netze liegen und folgten ihm. (Mk 1,16–18 | Tagesevangelium vom 09.01.)

Jesus sagte zu ihnen: Was für Gedanken habt ihr im Herzen? Ist es leichter, zu dem Gelähmten zu sagen: Deine Sünden sind dir vergeben! oder zu sagen: Steh auf, nimm deine Tragbahre, und geh umher? (Mk 2,8–9 | Tagesevangelium vom 13.01.)

---

## *Impuls*

Das Zelt und der Tempel sind zwei „Wohnorte“ des biblisch bezeugten Gottes: auf dem Weg durch die Wüste und auf dem Zion in Jerusalem wird die Präsenz Gottes gesucht, erfahren, verehrt. Der „Ich bin“ (Ex 3,14) zeigt sich als der mitziehende Gott der Nomaden und als Zuflucht gebende „feste Burg“ (Ps 46).

Wenn sein Volk in Situationen der Erstarrung gerät, zeigt sich Gott als jemand, der zum Aufbruch drängt, zum Wagnis ermutigt, ins Offene führt. Vom „Zieh weg aus deinem Land“ (Gen 12,1) bis zu den Aufbruchsgeschichten des Neuen Testaments zeugt die Bibel von der Geschichte eines Gottes mit seinem wandernden Gottesvolk: eines Gottes, der mit den Seinen in Bewegung ist.

## Übung

Ich nehme meine eigene Beweglichkeit wahr. Ich kann gehen, Ziele anpeilen, stehen bleiben, weitergehen, umkehren. Wie empfinde ich diese Gegebenheit meines Lebens, auch wenn sie begrenzt ist? Ich kann darauf achten, was mich innerlich bewegt, unruhig sein lässt, was mich lockt und motiviert – und was mir festen Boden unter den Füßen und eine vertraute Heimat gibt. Ich kann versuchen, den Unterschied von Standfestigkeit und Erstarrung wahrzunehmen.

Das Gebet der Pfingstsequenz („Veni sancte spiritus“ | GL 344) kann mich am Beginn dieses neuen Jahres in eine größere Bewegungsfreiheit begleiten: „Wärme du, was kalt und hart; löse, was in sich erstarrt; lenke, was den Weg verfehlt.“

---

## *Konkretion für den Synodalen Weg*

„Geh auf andere zu. Geselle dich zu dir vertrauten Menschen und suche die anderen. Wechsle gelegentlich den Sitzplatz. Erlaube dir, deine Meinung zu ändern. Vermeide Cliques.“ (Franz Meures SJ)



HÖRE  
ZU



15.–21.  
Januar  
2023



## Evangelium

In jener Zeit kam ein Mann zu Jesus und fragte: Meister, was muss ich Gutes tun, um das ewige Leben zu gewinnen? Er antwortete: Was fragst du mich nach dem Guten? Nur einer ist „der Gute“. Wenn du aber das Leben erlangen willst, halte die Gebote! Darauf fragte er ihn: Welche? Jesus antwortete: Du sollst nicht töten, du sollst nicht die Ehe brechen, du sollst nicht stehlen, du sollst nicht falsch aussagen; ehre Vater und Mutter! Und: Du sollst deinen Nächsten lieben wie dich selbst! Der junge Mann erwiderte ihm: Alle diese Gebote habe ich befolgt. Was fehlt mir jetzt noch? Jesus antwortete ihm: Wenn du vollkommen sein willst, geh, verkauf deinen Besitz und gib das Geld den Armen; so wirst du einen bleibenden Schatz im Himmel haben; dann komm und folge mir nach. Als der junge Mann das hörte, ging er traurig weg; denn er hatte ein großes Vermögen. Da sagte Jesus zu seinen Jüngern: Amen, das sage ich euch: Ein Reicher wird nur schwer in das Himmelreich kommen. Nochmals sage ich euch: Eher geht ein Kamel durch ein Nadelöhr, als dass ein Reicher in das Reich Gottes gelangt. Als die Jünger das hörten, erschrakten sie sehr und sagten: Wer kann dann noch gerettet werden? Jesus sah sie an und sagte zu ihnen: Für Menschen ist das unmöglich, für Gott aber ist alles möglich. (Mt 19,16–26 | Tagesevangelium vom Gedenktag des hl. Antonius 17.01.)

In jener Zeit als Jesus in eine Synagoge ging, saß dort ein Mann, dessen Hand verdorrt war. Und sie gaben acht, ob Jesus ihn am Sabbat heilen werde; sie suchten nämlich einen Grund zur Anklage gegen ihn. Da sagte er zu dem Mann mit der verdorrtten Hand: Steh auf und stell dich in die Mitte! Und zu den anderen sagte er: Was ist am Sabbat erlaubt: Gutes zu tun oder Böses, ein Leben zu retten oder es zu vernichten? Sie aber schwiegen. Und er sah sie der Reihe nach an, voll Zorn und Trauer über ihr verstocktes Herz, und sagte zu dem Mann: Streck deine Hand aus! Er streckte sie aus, und seine Hand war wieder gesund. Da gingen die Pharisäer hinaus und fassten zusammen mit den Anhängern des Herodes den Beschluss, Jesus umzubringen. (Mk 3,1–6 | Tagesevangelium vom 18.01.)

---

## Impuls

„Höre Israel“: Das šma‘ yiśra‘el („Schma Jisrael“, vgl. Dtn 6,4) ist das Grundgebet Jesu. Damit geht er in den Abend und in den neuen Tag. Benedikt von Nursia beginnt seine Regel mit dem eindrücklichen „Höre“ und prägt das Wort „Neige das Ohr deines Herzens“. Die Prophet:innen, die Betenden, Mütter und Väter des Glaubens mahnen, dass unser Hören und Beten in der Beziehung zu Gott Antwort ist auf seine Initiative. Wir können wahrnehmen, was uns Menschen von ihm her entgegenkommt. So ist das Hören die erste unverzichtbare Grundlage jedes geistlichen Geschehens.



## Übung

Hören, Lauschen schon beim Aufstehen. Hören üben – was nehme ich wahr – Lautes, Schrilles, Geräusche, Töne, Musik, Stimmen? Hören, auch auf mich selbst. Lauschen auf die eigenen inneren Bewegungen, Stimmungen, Gefühle, Fragen, Einsichten. Mit welcher Voreinstellung, Bewertung bin ich gerade unterwegs? Ist eher Abwehr da oder Bereitschaft, mich überraschen zu lassen in der Begegnung mit den Menschen, mit neuen Fragen?

Hören auf die Person, die gerade spricht. Oft sind wir innerlich eher auf dem Sprung und legen uns schon im Hören zurecht, was wir erwidern wollen. Entscheidend ist, zuzuhören und ankommen zu lassen mit einem „großmütigen und weiten Herzen“; auf die Welten zu lauschen, die mir bisher verborgen waren oder an denen ich vorbeigeschaut hatte, weil sie vielleicht nicht kompatibel waren mit meinem Weltbild. Hören auf die „Zeichen der Zeit“: mit Weitsicht und Umsicht, mit Konzentration und Wertschätzung. Was prägt unsere Zeit, welche Erkenntnisse in Wissenschaft, Politik, Geschichte sind prägend, welche sind verloren gegangen? Solche „Zeichen“ wahrnehmen und benennen – und dann versuchen, miteinander zu deuten, inwieweit sie Relevanz haben, welche Strömung oder Erkenntnis zum Bewahren des Bestehenden oder zur Veränderung anstiften. Was sind die Beweggründe für welche Priorisierung? Klare Informationen, die eine Entscheidung vorbereiten, sind unverzichtbar.

All das mündet in das Hören auf das, was sich in allem von Gott her meldet. Hören auf ein Wort von Gott her, das aufrichtet und ausrichtet, in das ich hineinleben darf: „Gott, du hast Worte ewigen Lebens. Dein Wort ist mir Glück und Herzensfreude.“ (Joh 6,68 | Jer 15,16) Oder ein anderes Wort der Heiligen Schrift, vielleicht ein Wort aus der eigenen Gebets- und Glaubenserfahrung, ein Vers, ein Lied. Der Heilige Geist bringt sich zu Gehör – in mir, in den anderen, vielleicht gerade in solchen Personen, von denen ich gar „nichts Besonderes“ erwartet habe. Erst dann zeigen sich neue Horizonte. Hören – Durchhören – Dahinter- und Hineinhören ist die tägliche Übung aller, die sich auf einen geistlichen Prozess einlassen.

---

## *Konkretion für den Synodalen Weg*

„Höre zu. Höre aufmerksam zu, bevor du sprichst. Versuche, den anderen zu verstehen, bevor du urteilst. Setze alles daran, die Aussage des anderen zu retten, bevor du sie verwirfst. Halte Widersprüche aus und gib ihnen Zeit.“ (Franz Meures SJ)



WENN DU  
SPRICHST



22.–28.  
Januar  
2023





## *Evangelium*

Geht! Ich sende euch wie Schafe mitten unter die Wölfe. Nehmt keinen Geldbeutel mit, keine Vorratstasche und keine Schuhe! Grüßt niemand unterwegs! Wenn ihr in ein Haus kommt, so sagt als Erstes: Friede diesem Haus! Und wenn dort ein Mann des Friedens wohnt, wird der Friede, den ihr ihm wünscht, auf ihm ruhen; andernfalls wird er zu euch zurückkehren. Bleibt in diesem Haus, esst und trinkt, was man euch anbietet; denn wer arbeitet, hat ein Recht auf seinen Lohn. Zieht nicht von einem Haus in ein anderes! Wenn ihr in eine Stadt kommt und man euch aufnimmt, so esst, was man euch vorsetzt. Heilt die Kranken, die dort sind, und sagt den Leuten: Das Reich Gottes ist euch nahe. (Lk 10,3–9 | aus dem Tagesevangelium vom Gedenktag der hl. Timotheus und Titus 26.01.)

In jener Zeit sprach Jesus zu seinen Jüngern: Ihr sollt euch nicht Rabbi nennen lassen; denn nur einer ist euer Meister, ihr alle aber seid Geschwister. Auch sollt ihr niemand auf Erden euren Vater nennen; denn nur einer ist euer Vater, der im Himmel. Auch sollt ihr euch nicht Lehrer nennen lassen; denn nur einer ist euer Lehrer, Christus. Der Größte von euch soll euer Diener sein. Denn wer sich selbst erhöht, wird erniedrigt, und wer sich selbst erniedrigt, wird erhöht werden. (Mt 23,8–12 | Tagesevangelium vom Gedenktag des hl. Thomas von Aquin 28.01.)

---

## *Impuls*

„Gott sprach: Es werde...“ (Gen 1,3) Gott spricht. Damit beginnt die biblische Botschaft. Sein Wort ruft ins Leben: der Sprechakt als Schöpfungsgeschehen. „Alles ist durch das Wort geworden und ohne es wurde nichts, was geworden ist.“ (Joh 1,3) Gott offenbart sich, indem er spricht, Menschen anspricht, sie beim Namen ruft, sie ermutigt, ihnen widerspricht, mit sich reden und von sich hören lässt. Fortdauerndes Schöpfungswirken.

Das menschliche Sprechen hat Anteil an dieser schöpferischen Kraft. Menschen entsprechen dem Gotteswort, wenn ihre Worte ermutigen, aufbauen, unterscheiden, trösten, klären, Perspektiven öffnen und heilen. Wo herabgewürdigt, Zwiespalt gesät, beleidigt, verachtend dahergeredet oder dreist gelogen wird und die Sprache ihre destruktive Macht entfaltet, kann der Mensch diese gute Schöpfungskraft in ihr Gegenteil verkehren und sie zur todbringenden Waffe pervertieren. Wirken meine Worte Krieg oder Frieden, Tod oder Leben? „An ihren Früchten werdet ihr sie erkennen.“ (Mt 7,16)

## Übung

Nachrichten, Interviews, Alltagskonversationen, Streitgespräche, Digitalkonferenzen, politische Diskussionen, entspannte Tischgespräche: Wie wirkt die Sprache in den jeweiligen Kontexten auf mich? Wie wirke ich, wenn ich spreche: wenn ich hinweise, anfrage, ermutige, korrigiere, weiterfrage, Überraschendes thematisiere, das Gespräch beende. Mit der Sensibilität für die Sprache können Sorge um und Dank für eine gelingende Kommunikation wachsen.

Vielleicht kann mich die folgende Liedstrophe als tägliches Gebet um eine aufbauende Sprache begleiten: „Gib mir die richtigen Worte. Gib mir den richtigen Ton. Worte, die deutlich für jeden, von dir reden, gib mir genug davon. Worte, die klären. Worte, die stören, wo man vorbeilebt an dir. Wunden zu finden und sie zu verbinden, gib mir die Worte dafür.“

---

## *Konkretion für den Synodalen Weg*

„Sage klar, was du denkst. Urteile nicht über andere Personen, sondern vertritt deine Position. Wenn du innerlich ‚kochst‘, überlege gut, ob es dienlich ist, jetzt das Wort zu ergreifen. Sprich zu anderen anstatt über andere.“ (Franz Meures SJ)



*TRAU  
DICH*



29. Januar –  
04. Februar  
2023



## *Evangelium*

Viele Menschen folgten Jesus und drängten sich um ihn. Darunter war eine Frau, die schon zwölf Jahre an Blutungen litt. Sie war von vielen Ärzten behandelt worden und hatte dabei sehr zu leiden; ihr ganzes Vermögen hatte sie ausgegeben, aber es hatte ihr nichts genutzt, sondern ihr Zustand war immer schlimmer geworden. Sie hatte von Jesus gehört. Nun drängte sie sich in der Menge von hinten an ihn heran und berührte sein Gewand. Denn sie sagte sich: Wenn ich auch nur sein Gewand berühre, werde ich geheilt. Sofort hörte die Blutung auf, und sie spürte deutlich, dass sie von ihrem Leiden geheilt war. Im selben Augenblick fühlte Jesus, dass eine Kraft von ihm ausströmte, und er wandte sich in dem Gedränge um und fragte: Wer hat mein Gewand berührt? Seine Jünger sagten zu ihm: Du siehst doch, wie sich die Leute um dich drängen, und da fragst du: Wer hat mich berührt? Er blickte umher, um zu sehen, wer es getan hatte. Da kam die Frau, zitternd vor Furcht, weil sie wusste, was mit ihr geschehen war; sie fiel vor ihm nieder und sagte ihm die ganze Wahrheit. Er aber sagte zu ihr: Meine Tochter, dein Glaube hat dir geholfen. Geh in Frieden! Du sollst von deinem Leiden geheilt sein. (Mk 5,24–34 | Tagesevangelium 31.01.)

In jener Stunde kamen die Jünger zu Jesus und fragten: Wer ist im Himmelreich der Größte? Da rief er ein Kind herbei, stellte es in ihre Mitte und sagte: Amen, das sage ich euch: Wenn ihr nicht umkehrt und wie die Kinder werdet, könnt ihr nicht in das Himmelreich kommen. Wer so klein sein kann wie dieses Kind, der ist im Himmelreich der Größte. Und wer ein solches Kind um meinetwillen aufnimmt, der nimmt mich auf. (Mt 18,1–5 | Tagesevangelium vom Gedenktag des hl. Johannes Bosco 31.01.)

---

## *Impuls*

Welch ein Schaukeln zwischen Mut und Ängstlichkeit! Entweder – oder. Trau ich mich oder traue ich mich nicht, einen Schritt aus meinen Grenzen herauszutreten, mich zu öffnen, auf jemanden zuzugehen, etwas Neues zu wagen, alles auf eine Karte zu setzen? Ich brauche einen starken Impuls, um mich zu trauen. Ein Vorbehalt will mich zurückhalten: „Halt dich bedeckt. Du kannst nichts ändern. Es bringt nichts, bleib bei dem Altbewährten und Vertrauten.“ Den Mut verlieren schlägt aufs Gemüt. Vielfaches ‚Ja, aber‘ verdunkelt den Blick. Diese ungeheure Diskrepanz zwischen dem, was geschieht und der Möglichkeit, darauf adäquat zu antworten.

Und es gibt weitere Hindernisse: Weiß ich genug? Ist das, was mir möglich ist, gut genug? Soll ich auf eine neue Chance warten? Soll ich mich den Blicken, den Vermutungen, der Skepsis der anderen aussetzen?

Die Gefahr ist groß, den Mut zu verlieren. Verbündete helfen. Gottvolle Menschen geben Halt und Orientierung: Jeremia und Elija, Judith und Ruth, Maria und Maria aus Magdala. Die namenlos bleibende Frau in ihrem Zugehen auf Jesus. Die Ermutigung Jesu mit seinem Hinweis auf die Kinder. Schaut auf sie – und traue euch!

## *Übung*

Im Vorausblick auf den Tag: Gibt es heute eine Situation, die mich herausfordert, die von mir fordert, dass ich mich traue? Was hält mich zurück? Wovor habe ich Angst? Was zieht mich? Was lockt mich, dass ich in Erwägung ziehe, mich zu trauen? Was brauche ich für den ersten Schritt? Wer oder was kann mich darin unterstützen?

Nur Mut! Gottes Geist ist es, der mich in mehr Leben und Lebendigkeit lockt. „Lasst uns dem Leben trauen, weil Gott es mit uns lebt.“ (Alfred Delp)

---

## *Konkretion für den Synodalen Weg*

„Trau dich, von dir selbst, von deinen Erfahrungen und Gefühlen zu sprechen. Trau dich, den anderen so zuzuhören, dass sie über sich selbst sprechen können. Trau dich, Vertrauliches vertraulich zu behandeln, über deinen Glauben zu sprechen und auch mal etwas Neues vorzuschlagen oder eine ‚Schnapsidee‘ zu äußern.“ (Franz Meures SJ)



LASS DIR  
ZEIT



05.–11.  
Februar  
2023



## *Evangelium*

In jener Zeit kam Jesus in ein Dorf, und eine Frau namens Marta nahm ihn freundlich 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, für ihn zu sorgen. Sie kam zu ihm und sagte: Herr, kümmerst es dich nicht, dass meine Schwester die ganze 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 das Bessere gewählt, das soll ihr nicht genommen werden. (Lk 10,38–42 | Tagesevangelium vom Gedenktag der hl. Scholastika 10.02.)

In jenen Tagen waren wieder einmal viele Menschen um Jesus versammelt. Da sie nichts zu essen hatten, rief er die Jünger zu sich und sagte: Ich habe Mitleid mit diesen Menschen; sie sind schon drei Tage bei mir und haben nichts mehr zu essen. Wenn ich sie hungrig nach Hause schicke, werden sie unterwegs zusammenbrechen; denn einige von ihnen sind von weither gekommen. Seine Jünger antworteten ihm: Woher soll man in dieser unbewohnten Gegend Brot bekommen, um sie alle satt zu machen? Er fragte sie: Wie viele Brote habt ihr? Sie antworteten: Sieben. Da forderte er die Leute auf, sich auf den Boden zu setzen. Dann nahm er die sieben Brote, sprach das Dankgebet, brach die Brote und gab sie seinen Jüngern zum Verteilen; und die Jünger teilten sie an die Leute aus. Sie hatten auch noch ein paar Fische bei sich. Jesus segnete sie und ließ auch sie austeilten. Die Leute aßen und wurden satt. Dann sammelte man die übrig gebliebenen Brotstücke ein, sieben Körbe voll. Es waren etwa viertausend Menschen beisammen. Danach schickte er sie nach Hause. Gleich darauf stieg er mit seinen Jüngern ins Boot und fuhr in das Gebiet von Dalmanuta. (Mk 8,1–10 | Tagesevangelium vom 11.02.)

---

## *Impuls*

Wenn im Neuen Testament von den „Zeichen der Zeit“ gesprochen wird, steht dort der Begriff „καιρός/Kairos“. Im Gegensatz zum quantitativen Begriff „χρόνος/Chronos“, der die fortlaufende, messbare Zeit meint, handelt es sich bei „καιρός/Kairos“ um eine qualitative Bezeichnung: um den richtigen Zeitpunkt, um das, was jetzt „an der Zeit“ ist.

Zwei Zeit-Geschichten werden vom Verfasser des Lukasevangeliums nebeneinandergestellt: die Beispielerzählung vom barmherzigen Samariter (Lk 10,30–37) und die Geschichte der Schwestern Marta und Maria (Lk 10,38–42). In beiden geht es um das wache Gespür für das, was jetzt an der Zeit ist: hier die handelnde Intervention, dort die zuhörende Hinwendung zum Gast. Beide leben aus derselben Wurzel.



Bei der Suche nach dem richtigen Timing kann es sinnvoll sein, dem Impuls zum Handeln zu folgen und jetzt in Aktion zu treten, den Mund aufzumachen, sich einzumischen, anzupacken und die anstehende Herausforderung anzugehen. Die persönliche und gemeinsame Sensibilität für den richtigen Kairos kann auch dazu führen, mir und anderen Zeit zu lassen, bis eine Entscheidung reif, eine Intervention angesagt oder ein Gespräch hilfreich ist. Die biblische Botschaft verheißt: Wo wir den Kairos achten, bringt das Leben reiche Frucht. Was sonst?

---

## *Übung*

Es ist möglich, beim morgendlichen Blick auf den Tag die Chronologie meiner Planung durch eine Kairologie zu ersetzen: Welcher Termin hat für mich welches Gewicht? Was drängt wirklich? Was hat Zeit? Welche interessierte Offenheit habe ich für das Unverfügbare, das Dazwischenkommende? Welches Empfinden habe ich für die Langfristigkeit von Prozessen? „Geduld lässt wachsen“: Was weckt dieses Wort erfahrenen Lebens in mir?

Den abendlichen Tagesrückblick könnte der Liedruf begleiten: „Meine Zeit steht in deinen Händen. Nun kann ich ruhig sein, ruhig sein in dir. Du gibst Geborgenheit. Du kannst alles wenden. Gib mir ein festes Herz. Mach es fest in dir.“

---

## *Konkretion für den Synodalen Weg*

„Lass dir Zeit, die Zeichen der Zeit im Lichte des Evangeliums zu verstehen, neue Erfahrungen und Anregungen reifen zu lassen, dir deine eigene Meinung zu bilden. Lass dir Zeit mit der Frage, wie du abstimmen sollst, und lass den anderen die Zeit, die sie brauchen.“ (Franz Meures SJ)





*UNTERSCHIED*



12.–18.  
Februar  
2023



## *Evangelium*

In jener Zeit kamen die Pharisäer und begannen ein Streitgespräch mit Jesus; sie forderten von ihm ein Zeichen vom Himmel, um ihn auf die Probe zu stellen. Da seufzte er tief auf und sagte: Was fordert diese Generation ein Zeichen? Amen, das sage ich euch: Dieser Generation wird niemals ein Zeichen gegeben werden. Und er verließ sie, stieg in das Boot und fuhr ans andere Ufer. (Mk 8,11–13 | Tagesevangelium vom 13.02.)

Jesus ging mit seinen Jüngern in die Dörfer bei Cäsarea Philippi. Unterwegs fragte er die Jünger: Für wen halten mich die Menschen? Sie sagten zu ihm: Einige für Johannes den Täufer, andere für Elija, wieder andere für sonst einen von den Propheten. Da fragte er sie: Ihr aber, für wen haltet ihr mich? Simon Petrus antwortete ihm: Du bist der Messias! Doch er verbot ihnen, mit jemand über ihn zu sprechen. Dann begann er, sie darüber zu belehren, der Menschensohn müsse vieles erleiden und von den Ältesten, den Hohenpriestern und den Schriftgelehrten verworfen werden; er werde getötet, aber nach drei Tagen werde er auferstehen. Und er redete ganz offen darüber. Da nahm ihn Petrus beiseite und machte ihm Vorwürfe. Jesus wandte sich um, sah seine Jünger an und wies Petrus mit den Worten zurecht: Weg mit dir, Satan, geh mir aus den Augen! Denn du hast nicht das im Sinn, was Gott will, sondern was die Menschen wollen. (Mk 8,27–33 | Tagesevangelium vom 16.02.)

---

## *Impuls*

Wieder fordert Jesus auf, Stellung zu beziehen. Was hilft zur Orientierung? Die Grundlage ist klar: Gutes von Bösem zu unterscheiden. Doch was bewerte ich spontan als gut, was als böse? Wenn ich etwas zu vorschnell als böse oder verkehrt einordne, kann mir das Wege zu Neuem und zu gangbaren Lösungen versperren. Vielleicht ist es nur das bisher Unbekannte, Befremdliche, was mich so urteilen lässt. Oder es ist das Vertraut-Naheliegende, das sich mir fraglos als das Gute aufgedrängt hat.

Häufiger wohl bieten sich mehrere in sich gute Möglichkeiten an. Was davon aber ist das – für diese Situation – Bessere? Helfen kann hier, zwischen den verschiedenen Alternativen zu gewichten: Was führt zu einem Mehr an Liebe, Vertrauen, Hoffnung, Gerechtigkeit, Gemeinschaft – im eigenen Leben und im Leben anderer? Eine solche Frage kann mich davor bewahren, mich mit dem Status quo abzufinden und mich im längst Vertrauten zu sehr einzurichten.

Aber Achtung: Es geht bei einem solchen Entscheidungsprozess nicht um Überforderung und eifriges Streben nur nach Mehr und Besser. Auch das könnte eine Falle sein, eine Versuchung unter dem Schein des Guten. Vielmehr gilt es, mit Freimut auf den ganzen Weg zu schauen, der unter den Füßen – im Herzen – gewachsen ist: Was führt zu mehr Leben, was schenkt Ermutigung, was entspricht mehr der Weise Jesu? Und das rechte Maß lässt sich oft am besten miteinander, im Dialog finden.

## Übung

Beim Blick aufs Handy, beim Hören der Nachrichten, in ersten Begegnungen auf dem Weg, am Arbeitsplatz kann ich mich fragen: Wie bin ich gestimmt? Was verändert sich – wodurch? Ich kann entscheiden, ob ich mich von dieser Gestimmtheit, dieser inneren Bewegung, leiten und weiterführen lasse, eine andere Richtung einschlage und konstruktiv weitergehe, bereit und fähig auch zur Auseinandersetzung.

Ich kann mit einem Wort, das mir zufällt, bewusst durch den Tag gehen und spüren, wie es meinen Blick auf den Tag ändert und mein Urteil prägt. Etwa: „Ich gehe meinen Weg vor Gott im Lande der Lebenden.“ (Ps 16,1) oder „Gottes Kraft geht alle Wege mit.“

Im Tagesrückblick kann ich schauen: Gab es Momente, in denen innerer Friede gewachsen ist? Was hat sich da ereignet? Vielleicht ist fast unmerklich ein Mehr an Beziehung gewachsen, zu mir selbst, zu anderen, zu Gott?

---

## *Konkretion für den Synodalen Weg*

„Unterscheide, mit wem du über was sprechen kannst; was dein Amt, deine Rolle, deine Funktion von dir verlangen und was dir persönlich wichtig ist; woher die heftigen Gefühle kommen, die du gerade spürst. Entwickle ein Gespür, welcher Vorschlag die Synode mehr auf die Spur Christi bringt.“ (Franz Meures SJ)





KÄMPFE



19.–25.  
Februar  
2023





## Evangelium

In jener Zeit sprach Jesus zu seinen Jüngern: Hütet euch, eure Gerechtigkeit vor den Menschen zu tun, um von ihnen gesehen zu werden; sonst habt ihr keinen Lohn von eurem Vater im Himmel zu erwarten. Wenn du Almosen gibst, posaune es nicht vor dir her, wie es die Heuchler in den Synagogen und auf den Gassen tun, um von den Leuten gelobt zu werden! Amen, ich sage euch: Sie haben ihren Lohn bereits erhalten. Wenn du Almosen gibst, soll deine linke Hand nicht wissen, was deine rechte tut, damit dein Almosen im Verborgenen bleibt; und dein Vater, der auch das Verborgene sieht, wird es dir vergelten. Wenn ihr betet, macht es nicht wie die Heuchler! Sie stellen sich beim Gebet gern in die Synagogen und an die Straßenecken, damit sie von den Leuten gesehen werden. Amen, ich sage euch: Sie haben ihren Lohn bereits erhalten. Du aber, wenn du betest, geh in deine Kammer, schließ die Tür zu; dann bete zu deinem Vater, der im Verborgenen ist! Dein Vater, der auch das Verborgene sieht, wird es dir vergelten. (Mt 6,1–6 | Tagesevangelium vom Aschermittwoch 22.02.)

In jener Zeit sprach Jesus zu seinen Jüngern: Der Menschensohn muss vieles erliden und von den Ältesten, den Hohenpriestern und den Schriftgelehrten verworfen werden; er wird getötet werden, aber am dritten Tag wird er auferstehen. Zu allen sagte er: Wer mein Jünger sein will, der verleugne sich selbst, nehme täglich sein Kreuz auf sich und folge mir nach. Denn wer sein Leben retten will, wird es verlieren; wer aber sein Leben um meinetwillen verliert, der wird es retten. Was nützt es einem Menschen, wenn er die ganze Welt gewinnt, dabei aber sich selbst verliert und Schaden nimmt? (Lk 9,22–25 | Tagesevangelium vom 23.02.)

---

## Impuls

In dieser Woche beginnt die vierzigtägige Vorbereitungszeit auf das Osterfest. Sie mündet in die Feier des Ostertriduum; die Umkehrbewegung der Fastenzeit findet dann ihren Ausdruck in der Tauferneuerung während der Osternacht. Diese beginnt mit dem Bekenntnis „Ich widersage“. Dann folgt das dreimalige: „Ich glaube.“ Nein und Ja hängen eng zusammen, im Taufbekenntnis, in der Umkehr während der Heiligen Vierzig Tage. Wogegen ich Widerstand leiste und wofür ich einstehe, sind zwei Seiten einer Medaille.

Vielen Menschen ist es leichter zugänglich oder augenscheinlicher, was sie *nicht* wollen, was sie ärgert, wovon sie sich abgrenzen. Auf diesem Hintergrund scheint dann auf, was sie wollen und wofür sie sich einsetzen. Die Aussage „Ich will nicht, dass Menschen gegen ihren Willen zu etwas gezwungen oder dass sie bevormundet werden.“ kann positiv formuliert heißen: „Ich will mich mit meinen Möglichkeiten und meiner Kraft dafür einsetzen, dass Menschen in Freiheit leben können.“ Oder: „Ich will die schnelle Vorverurteilung von Menschen nicht. Ich suche, allen mit Ehrfurcht zu begegnen.“

„Mich ärgert diese Verlogenheit: Ich will ehrlich sein.“ Das intuitive Gespür für das, was ich ablehne, kann mir den Weg zu dem öffnen, wofür ich mich einsetze: wofür ich zu kämpfen bereit bin. Auch wenn ich diesem Ideal selbst nur anfanghaft entspreche.

---

## *Übung*

Ich kann die beginnende Fastenzeit als Einübung in eine konstruktive Streitkultur sehen: mit der Bitte um die Haltung einer fairen Auseinandersetzung – mit anderen, mit mir selbst, mit Gott. „Bekehrt euch und glaubt an das Evangelium“: Diese Formel bei der Auflegung des Aschekreuzes ermutigt zum entschiedenen Nein zu dem, was dem Willen Gottes widerspricht, und zur Suche nach dem Ja Gottes, das uns in Jesus Christus nahekommt.

Wie sieht mein Übungsprogramm für die kommenden Wochen aus? Worum bin ich bereit zu kämpfen? Wen weiß ich dabei an meiner Seite? Wie gehe ich damit um, wenn sich für andere Menschen aus demselben Evangelium ziemlich andere Übungswege oder Wertvorstellungen nahelegen? Wie kann es gelingen, im geistlichen Wettkampf die Alternative „Sieg oder Niederlage“ gegen den Modus des gemeinsamen Übens und Miteinander-Wachsens in einem christlichen Trainingsprogramm einzutauschen?

---

## *Konkretion für den Synodalen Weg*

„Kämpfe für Positionen, die es wert sind: mit offenem Visier, mit fairen Mitteln, mit Respekt vor dem Gegner. Kämpfe um klare Lösungen, aber auch für den Konsens und die Einheit in der Synode. Sei ein guter Gewinner und ein guter Verlierer.“ (Franz Meures SJ)





SEI GROSSZÜGIG  
UND GELASSEN



26. Februar –  
04. März  
2023





## *Evangelium*

Ich war hungrig, und ihr habt mir zu essen gegeben; ich war durstig, und ihr habt mir zu trinken gegeben; ich war fremd und obdachlos, und ihr habt mich aufgenommen; ich war nackt, und ihr habt mir Kleidung gegeben; ich war krank, und ihr habt mich besucht; ich war im Gefängnis, und ihr seid zu mir gekommen. (Mt 25,35–36 | aus dem Tagesevangelium vom 27.02.)

Bittet, dann wird euch gegeben; sucht, dann werdet ihr finden; klopft an, dann wird euch geöffnet. Denn wer bittet, der empfängt; wer sucht, der findet; und wer anklopft, dem wird geöffnet. (Mt 7,7–8 | aus dem Tagesevangelium vom 02.03.)

---

## *Impuls*

„Ein Gott, der alles gönnt, ist wert, dass man ihm traut.“ Durch die Brille des Wortes betrachtet können manche Situationen leichter genommen werden: Vielleicht muss ich mich gar nicht abrackern für eine gute Lösung in einer vertrackten, verfahrenen Situation.

Großmut und Gelassenheit sind Haltungen, die in Sturm-und-Drang-Zeiten befremdlich erscheinen können. „Sei großmütig und gelassen!“ Das klingt eher nach einem Ratgeber fürs Älterwerden. Ein hilfreicher Rat für eine in die Jahre gekommene Kirche?



## Übung

Ich kann das einüben: wach wahrzunehmen, was ist, was fehlt, was Not tut. Vom Eigenen etwas abzugeben, auch wenn mein Herz daran zu hängen scheint. Eine Idee oder ein Wort mit großem Herzen und Freimut anzubieten. Liebevoll die Hand hinzuhalten. Vielleicht lockt der Anblick oder der Geruch, etwas anzunehmen, weil es nach Freiheit, nach Leben, das Gott in Fülle schenkt, schmeckt.

Wenn mich Situationen unmittelbar herausfordern zur Stellungnahme: Soll ich einschreiten, etwas zurechtrücken, einwenden? Ich kann einen Schritt zurücktreten, innerlich und mit den Füßen. Bei Licht betrachtet, im Licht Gottes besehen: Was ist jetzt wirklich not-wendend? Ich kann in mir das Bewusstsein wachsen lassen, dass ich nur ‚mit‘ bin, mit einem gönnenden, großzügigen und geduldigen Gott. Er wird es fügen.

„Vertrau auf den HERRN und tue das Gute, wohne im Land und hüte die Treue! Habe deine Lust am HERRN! So wird er dir geben, was dein Herz begehrt. Befiehl dem HERRN deinen Weg, vertrau ihm – er wird es fügen.“ (Ps 37,3–5)

---

## *Konkretion für den Synodalen Weg*

„Sei großzügig und gelassen, wenn nicht alles so läuft wie erhofft oder geplant. Erlaube anderen und dir selbst, Fehler zu machen. Trage so bei zum guten Klima eines gemeinsamen Lernprozesses. Sei offen beim Klären von Zwischenfällen, weil Langmut und Nachsicht Eigenschaften Gottes sind.“ (Franz Meures SJ)



*BLEIBE IM  
GEBET*



05.–11.  
März  
2023



## *Evangelium*

Seid barmherzig, wie es auch euer Vater ist! Richtet nicht, dann werdet auch ihr nicht gerichtet werden. Verurteilt nicht, dann werdet auch ihr nicht verurteilt werden. Erlassst einander die Schuld, dann wird auch euch die Schuld erlassen werden. Gebt, dann wird auch euch gegeben werden. In reichem, vollem, gehäuften, überfließendem Maß wird man euch beschenken; denn nach dem Maß, mit dem ihr messt und zuteilt, wird auch euch zugeteilt werden. (Lk 6, 36–38 | Tagesevangelium vom 06.03.)

Die Frau sagte zu ihm: Herr, ich sehe, dass du ein Prophet bist. Unsere Väter haben auf diesem Berg Gott angebetet; ihr aber sagt, in Jerusalem sei die Stätte, wo man anbeten muss. Jesus sprach zu ihr: Glaube mir, Frau, die Stunde kommt, zu der ihr weder auf diesem Berg noch in Jerusalem den Vater anbeten werdet. Ihr betet an, was ihr nicht kennt, wir beten an, was wir kennen; denn das Heil kommt von den Juden. Aber die Stunde kommt, und sie ist schon da, zu der die wahren Beter den Vater anbeten werden im Geist und in der Wahrheit; denn so will der Vater angebetet werden. Gott ist Geist, und alle, die ihn anbeten, müssen im Geist und in der Wahrheit anbeten. (Joh 4,19–24 | Tagesevangelium vom 3. Fastensonntag)

---

## *Impuls*

„Betet ohne Unterlass.“ (1 Thess 5,17) Die Mahnung des Paulus steht da inmitten lebenspraktischer Ratschläge für den Umgang miteinander: Erkennt die gegenseitige Mühe an. Haltet Frieden untereinander, ermutigt die Ängstlichen, nehmt euch der Schwachen an, seid geduldig mit allen! Vergeltet einander nicht Böses mit Bösem, verachtet prophetisches Reden nicht, prüft alles und behaltet das Gute! (vgl. 1 Thess 5,12–22). Mitten darin die Aufforderung zum immerwährenden Gebet: dass in allem – in jeder Mühe, jeder Auseinandersetzung, jedem freundlichen Blick, jeder Ratlosigkeit, jeder Mutprobe, jedem Atemzug – die Ausrichtung auf den lebendigen Gott und die Gnade Jesu Christi gesucht werde.

## Übung

Beim Starten des Computers gebe ich ein Kennwort ein und die Arbeit kann losgehen. Was verändert sich, wenn ich beim Beginn meiner Arbeit mit einem Gebet-Code beginne? Welche Kurzformel auch immer es sein mag: „Dein Reich komme.“ Oder: „Alles zu deiner größeren Ehre.“ Oder: „Komm herab, o Heiliger Geist, der die finstre Nacht zerreißt.“ Was verändert sich an der Arbeit, wenn sie im Horizont eines solchen Gebetes getan wird? Und was ändert sich, wenn ich am Ende des Tages – oder einer Sitzungseinheit – mit einem „Amen“ oder einem „Ehre sei Gott“ oder einem „Vater, in deine Hände“ die Zeit abschließe? Welche Horizonte öffnen sich da?

---

## *Konkretion für den Synodalen Weg*

„Bleibe im Gebet: um Gottes Stimme unter den vielen Stimmen auf der Synode zu erkennen; um im festen Vertrauen zu bleiben, dass Gott selbst die Synode führt; um den anderen in Ehrfurcht zu begegnen, auch jenen, die dir widersprechen und dich kritisieren. Bleibe im Gebet, damit Gott in allem verherrlicht werde.“ (Franz Meures SJ)

# IMPRESSUM

## Verantwortlich

Maria Boxberg, Dr. Siegfried Kleymann  
Geistliche Begleitung beim Synodalen Weg

## Kunstwerke

Paul Diestel  
www.pauldiestel.de

S. 3 l'origine du monde / S. 6 Falter / S. 9 Puppenstadium des Ligusterschwärmers /  
S. 12 Sprössling / S. 15 pas seul / S. 18 Korn / S. 21 Mohnmännchen / S. 24 Setzling /  
S. 27 Granne / S. 30 Flügel und Stein

## Layout und Fotografie

Janina Kürschner

## Kontakt

maria.boxberg@posteo.de  
siegfried.kleymann@heilig-kreuz-muenster.de

Dr. Frank Ronge  
Leiter des Büros des Synodalen Weges  
Kaiserstraße 161 | 53113 Bonn  
Tel.: +49 228 103 391

