

## Schriftmeditation zu Johannes 2,1-11

Ich nehme mich zuerst einmal wahr, wie ich jetzt da bin, in meinem Körper und in meiner Stimmung ...

Dann nehme ich den Boden unter meinen Füßen wahr... und den Sitz unter mir ... mein Becken mit dem Kreuzbein in der Mitte ... und dann meine Wirbelsäule, aufwärts, Wirbel für Wirbel ... bis hinauf zum Nacken und zum Scheitel, in meinem Tempo ...

Ich spüre meinen Hals ... die Schultern ... die Oberarme ... Ellenbogen und Unterarme und meine Hände im Schoß oder auf den Oberschenkeln ...

Dann richte ich meine Aufmerksamkeit auf meinen Atem; nimm ihn wahr und lasse ihn fließen, in seinem Tempo, in seinem Rhythmus ...

Ich versuche, mich innerlich für Gott und für sein Wirken an mir zu öffnen. Was wünsche ich mir jetzt von Ihm, was ist meine Sehnsucht? Das kann ich ihm sagen.

Und nun höre ich einen Abschnitt aus dem Johannes-Evangelium, Kapitel 2:

Am dritten Tag fand in Kana in Galiläa eine Hochzeit statt, und die Mutter Jesu war dabei. Auch Jesus und seine Jünger waren zur Hochzeit eingeladen.

Als der Wein ausging, sagte die Mutter Jesu zu ihm: Sie haben keinen Wein mehr. Jesus erwiderte ihr: Was willst du von mir, Frau? Meine Stunde ist noch nicht gekommen. – Seine Mutter sagte zu den Dienern: Was er euch sagt, das tut!

Es standen dort sechs steinerne Wasserkrüge für die Reinigung nach jüdischer Sitte; jeder fasste ungefähr 100 Liter. Jesus sagte zu den Dienern: Füllt die Krüge mit Wasser! Und sie füllten sie bis zum Rand. Er sagte zu ihnen: Schöpft jetzt und bringt es dem, der für das Festmahl verantwortlich ist! Sie brachten es ihm. Dieser kostete das Wasser, das zu Wein geworden war. Er wusste nicht, woher der Wein kam; die Diener aber, die das Wasser geschöpft hatten, wussten es. Da ließ er den Bräutigam rufen und sagte zu ihm: Jeder setzt zuerst den guten Wein vor und erst, wenn die Gäste viel getrunken haben, den weniger guten. Du jedoch hast den guten Wein bis jetzt aufbewahrt.

So tat Jesus sein erstes Zeichen, in Kana in Galiläa, und offenbarte seine Herrlichkeit und seine Jünger glaubten an ihn.

*(EÜ mit minimalen Änderungen)*

Ich stelle mir die Szenerie der Geschichte vor. Ignatius von Loyola nennt das „den Schauplatz der Geschichte zubereiten“. Ich versuche, mir die Landschaft vorzustellen, die Hügel und Berge in Galiläa, den Ort Kana ... Und ich kann dazu auch meine Sinne einsetzen:

Was sehe ich?

Was höre ich?

Was rieche ich, und was schmecke ich?

Was spüre ich, in der Luft, auf meiner Haut und auch in der Atmosphäre?

In welcher der beteiligten Personen kann ich mich wiederfinden? Vielleicht in einem Jünger oder einer Jüngerin? In einem der Diener? Vielleicht in Maria? Oder in dem Menschen, der für die Speisen auf der Hochzeit zuständig ist und die Getränke, oder den Bräutigam, vielleicht auch in Jesus? Und vielleicht bin ich heute aber auch nur Beobachterin, Beobachter und schaue wie von außen zu, was geschieht ...?

Mit wem auch immer ich mich identifizieren kann: Ich versuche wahrzunehmen, was sich dabei in „bewegt“: meine Gefühle, meine Regungen. In den nächsten Minuten in der Stille einfach mal schauen, was sich tut, was sich regt, bewegt oder auch verändert. Ich kann einfach da bleiben, wo ich besonders angesprochen bin ...

Und nun komme ich ins Gespräch mit Gott, mit Jesus und kann ihm jetzt alles sagen, was mich jetzt bewegt. Ich kann danken, klagen, Ihn um etwas bitten... oder einfach so vor Ihm da sein. Auch dazu sind wieder einige Minuten Zeit ...

Ich beende meine Gebetszeit, wie ich es normalerweise mache – oder ich kann auch enden mit dem „Ehre sei dem Vater und dem Sohn und dem Heiligen Geist. Wie im Anfang, so auch jetzt und allezeit und in Ewigkeit. Amen.“