

Schmecken & Sehen

Ich habe nach dem HERRN gefragt und er antwortete mir; ja, aus allen meinen Ängsten hat er mich herausgerissen. Die auf ihn blicken, werden strahlen und ihr Gesicht wird nicht rot vor Scham. Als ich ganz am Ende war, rief ich und der HERR hörte und half mir aus all meiner Bedrängnis. Es lagert sich der Bote des HERRN um die, die ihm mit Ehrfurcht begegnen, und er befreit sie. Schmeckt doch und seht, dass der HERR gütig ist! Wahres Glück findet der Mensch, der bei ihm Zuflucht sucht! Begegnet dem HERRN mit Ehrfurcht, ihr Menschen, die ihr ganz zu ihm gehört! Denn denen fehlt es an nichts, die ihn ehren. Sogar junge Löwen haben Mangel und hungern, aber die, die nach dem HERRN fragen, haben genug von allem Guten.

([Ps 34,5-11 – Das Buch](#))

Mit strahlendem Gesicht?

Grundidee: Wir wollen die letzten Psalmverse, die Columban vor seinem Tod kopierte, sinnlich erleben.

1. *Verkosten*: Ich bin jetzt Teil einer Tischgemeinschaft und habe etwas Leckeres vor mir.* Gleich nach der entsprechenden Zeichengabe beginne ich, es *langsam* mit den anderen zu essen und zu trinken. [Zeichen]
2. *Verinnerlichen*: Während ich mit meiner Zunge nun das Leckere wahrnehme, werde ich still. Ich mache meine Augen zu oder setze mich so umgedreht, dass ich von den anderen nicht abgelenkt werde. Dann ‘frage ich nach dem HERRN’ – z.B. mit folgenden Worten: *Gott, bist du wirklich so gut wie das in meinem Mund oder sogar noch besser?* Und ich warte, ob ich innerlich eine Antwort erhalte. [Stille]
3. *Vermitteln*: Nun mache ich meine Augen wieder auf oder setze mich wieder zu den anderen gedreht. Dann tue ich mich mit jemandem links oder rechts zusammen. Ich schaue ihr/ihm in die Augen und sie/er schaut mir in die Augen. *Kann ich von Herzen sagen, dass ich ‘von allem Guten genug habe’ – ohne zu heucheln?* Falls ja, zeige ich das meinem Gegenüber jetzt eine Weile still – ohne Worte oder Hände und auch ohne übertriebene Faxen, sondern einfach allein durch einen strahlenden Gesichtsausdruck. Andernfalls behalte ich ein neutrales Gesicht und bin auch so okay! [Stille]

*Je nach Spiritualität/Tradition kann hier maximale Nähe, aber auch maximale Distanz zu einem ‘richtigen’ Abendmahl bestehen. Wir versuchen, darauf Rücksicht zu nehmen und Irritationen zu vermeiden. Aus diesem Grund haben wir mit Absicht etwas vor uns, was sich von Brot und Wein/Traubensaft unterscheidet.