

## Worauf es ankommt

Als Impuls möchten wir diesmal eine Einladung aussprechen. Eine Einladung, sich Zeit zu nehmen und zu genießen. Denn der bevorstehende Advent ist zwar eine Zeit der Vorfreude und der Vorbereitung, aber der Vorbereitung im wahrsten Sinne des Wortes: Friedenslichtfeiern, Frühschichten, die Stammesweihnachtsfeier, ganz zu schweigen von den Weihnachtseinkäufen...alles muss geplant und organisiert werden.

Gott hat mit der Menschwerdung Christi unserer Zeit die Sinnlosigkeit genommen. Unsere Lebenszeit ist kostbare Zeit geworden, in der wir nach seinem Beispiel handeln sollen. Aber doch nicht im Eiltempo!

Die Einladung Jesu ist jedenfalls unmissverständlich, nachzulesen bei Lukas (10, 38-42):

### Maria und Marta

Sie zogen zusammen weiter und er kam in ein Dorf. 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.

Die Besinnung auf das Wesentliche können wir gemeinsam üben. Genuss hat nämlich auch ganz viel damit zu tun.

**Vorbereitung:** Kleine verpackte Schokoladentäfelchen werden verteilt, verschiedene Sorten, damit jeder möglichst seine Lieblingssorte findet. Alternativ können auch Mandeln oder Erdnüsse verwendet werden. In der Mitte oder vorher verteilt, ein Stapel Servietten.

Ich bitte euch nun, still zu werden und euch möglichst bequem hinzusetzen. Breitet die Serviette vor euch aus, legt die Schokolade darauf und betrachtet sie eine Weile.



Jetzt das Papier öffnen, Schokolade im Papier auf die Hand legen und betrachten

dann die Augen schließen, daran riechen.

Dann die Lippen etwas befeuchten und mit der Schokolade darüber fahren, Lippen ablecken. Hmm...schon ganz schön schokoladig.

Jetzt endlich: Wir dürfen ein kleines Stück abbeißen. Aber nicht kauen sondern erst vorne auf der Zunge liegen lassen, bis es leicht anfängt zu schmelzen!

Dann in die linke Wange schieben. Dabei immer schön darauf achten, das Stückchen nicht zu verschlucken. In die rechte Wange schieben ...

Dann leicht mit der Zunge gegen den Gaumen pressen.

Das machen wir so lange, bis von dem Schokoladenstückchen nichts mehr übrig ist.

Jetzt den Weg, den die Schokolade im Mund zurückgelegt hat, mit der Zunge verfolgen, zurück zu allen Stellen, mit denen die Schokolade in Berührung gekommen ist, und dem Geschmack noch einmal nachspüren.

Jetzt dürft ihr die Augen wieder öffnen und ein weiteres kleines Stückchen in den Mund nehmen, aber nicht zerbeißen!

Mit der Zunge dorthin schieben, wo die erste Hälfte die angenehmsten Empfindungen ausgelöst hat, solange wie möglich genießen.

Der Rest der Schokolade darf jetzt nach eigenem Belieben genossen werden.