



Ein Impuls der Kolpingsfamilie zum 13. Januar 2021 Lebenshunger – oder: Ich hebe meine Augen auf zu den Bergen

Claudia Hofrichter

Liebe Schwestern und Brüder Jesu,

seit Montag Lockdownverschärfungen. Für mich persönlich sind die neuen Auswirkungen begrenzt. Ich lebe allein, höchstens eine Person kann mich besuchen – umgekehrt ist es anders: Ich kann in einem Haushalt mit mehreren Personen zu Gast sein. Ob ich dieses Schlupfloch nutzen werde? Shoppinglustig bin ich selten – das ist also auch gut auszuhalten für mich. Um 20:00 Uhr zuhause zu sein, fordert mich etwas mehr. Schwieriger ist es für mich, im Beruf und im Ehrenamt nicht so agieren zu können, wie es mir entspricht und wie es für die Menschen, mit denen ich arbeite, gut wäre. Ob ich von allen Maßnahmen der Regierung überzeugt bin, steht auf einem anderen Blatt. Doch: Wenn ich persönlich jammern würde, wäre das gejammert auf hohem Niveau. Natürlich vermisse ich meine vielen Kontakte. Das geht mir manchmal aufs Gemüt. Da hilft nur Gehirn einschalten und sagen „Augen zu und durch – noch eine Weile.“ Ein gutes Buch, ein interessanter Film, ein Telefonat, das entspannt das Allein sein.

Mehr als mich selbst beschäftigen mich all diejenigen, die die Lockdownregeln kaum aushalten, für die sie an die Existenzgrundlage gehen, für die sie Jobverlust bedeuten können, ich denke an die Schülerinnen und Schüler, an alle Studierenden, an die Familien und Alleinerziehenden, die zwischen Homeschooling, Homeoffice und Betreuung ihrer Kinder hin- und her balancieren müssen. Mich beschäftigen die Pflegenden und Ärzte, die täglich an die Grenzen ihrer Kraft gehen. Mich beschäftigen all die Kranken und Sterbenden.

Wer stillt in dieser schwierigen Zeit ihren Lebenshunger? Woher kommen die Kraft und der Segen, den jede und jeder so notwendig braucht?

Vor einigen Tagen habe ich das Lied „you raise me up“ wieder entdeckt. Der deutsche Text lautet so:

Wenn ich ganz unten bin und meine Seele so müde
Wenn Sorgen kommen und mein Herz schwer ist
Dann bin ich ganz ruhig und warte hier in der Stille
Bis du kommst und eine Weile bei mir sitzt

Du hebst mich hoch dass ich auf den Bergen stehen kann
Du hebst mich hoch um auf stürmischen Meeren zu gehen
Ich bin stark wenn ich auf deinen Schultern bin
Du baust mich auf zu mehr als ich je sein kann

Es gibt kein Leben ohne Lebenshunger
Jedes rastlose Herz schlägt so unvollkommen
Aber wenn du kommst und ich ganz vom Wunder erfüllt bin
Denke ich manchmal einen Blick in die Ewigkeit getan zu haben

Du hebst mich hoch dass ich auf den Bergen stehen kann
Du hebst mich hoch um auf stürmischen Meeren zu gehen
Ich bin stark wenn ich auf deinen Schultern bin
Du baust mich auf zu mehr als ich je sein kann

Zum Anhören:

[Josh Groban - You Raise Me Up \(Official Music Video\) | Warner Vault - YouTube](#)

Writer(s): Graham Brendan Joseph, Lovland Rolf Lyrics powered by www.musixmatch.com
Quelle: <https://www.songtexte.com/uebersetzung/josh-groban/you-raise-me-up-deutsch-7bd68a98.html>

You raise me up ist nicht als religiöses Lied geschrieben worden. Und doch passt es so gut zu unseren Stimmungen und Lebensgefühlen, zu unseren Fragen und Traurigkeiten, die wir dann gerne Gott anvertrauen mit der Bitte im Wandel, mit der Bitte um Veränderung. Die Stimmungen des Liedes passen so gut in unsere gegenwärtigen Tage mit ihren Herausforderungen, die nicht enden wollen, die wie eine Dauerschleife uns beanspruchen.

Mir gibt Psalm 121 Kraft. Manchmal höre ich das Lied und bete dazu diesen kurzen Psalm. Ich spüre meinen Gefühlen nach, ich erinnere mich an gute und an schwere Tage, ich lasse an mir vorbeiziehen, was mich bewegt und vertraue alles Gott an und bitte darum, Segen auf alles zu legen. Denn an Gottes Segen ist alles gelegen. Das ist meine Erfahrung.

Psalm 121 - Einheitsübersetzung

Ich erhebe meine Augen zu den Bergen: Woher kommt mir Hilfe?
Meine Hilfe kommt vom HERRN, der Himmel und Erde erschaffen hat.
Er lässt deinen Fuß nicht wanken; dein Hüter schlummert nicht ein.
Siehe, er schlummert nicht ein und schläft nicht, der Hüter Israels.
Der HERR ist dein Hüter, der HERR gibt dir Schatten zu deiner Rechten.
Bei Tag wird dir die Sonne nicht schaden noch der Mond in der Nacht.
Der HERR behütet dich vor allem Bösen, er behütet dein Leben.
Der HERR behütet dein Gehen und dein Kommen von nun an bis in Ewigkeit.

Conny Nagel hat wieder Illustrationen gemacht. Sie laden zum Nachspüren ein:





Allen Segen zur Wochenmitte wünsche ich:

Bergsegen

Gott segne dich und behüte dich,
auf den gerade und ebenen Wege im Tal,
auf den gewundenen Wegen in den Bergen,
auf den steilen Wegen am Hang zum Gipfel.

Gott lasse sein Angesicht leuchten über dir und sei dir gnädig,
dass seine Gnade dich aufrichte und dein Leben erstrahlen lasse
wie die aufgehende Morgensonne die erhabenen Berggipfel.

Gott hebe sein Angesicht auf dich und gebe dir Frieden,
dass sich in deinem Herzen Friede ausbreite und
weitschwinge wie die Ruhe und Stille in den Bergen.

So segne dich Gott, Schöpfer des Himmels und der Erde.
Amen .

Kerstin Bonk

Quelle: [Microsoft Word - Segen 2_02_18 \(jakobsweg.ch\)](#)