

# EINÜBUNG UND WEISUNG

## ephata: Tu dich auf!

Für die Gruppe „ephata“ in München ist der Name Weg und Ziel zugleich. Der Zuspruch „ephata – Tu dich auf“ (Mk 7,34) ist verheißungsvoll und stellt zugleich in die Entscheidung, ob ich mich auftun lassen will. Mich-aufstun-Lassen ist eine Aufgabe und ein Geschehen ein Leben lang, ein Prozeß, der immer wieder neue Bereiche erschließt.

### *Vorbereitung zur Betrachtung:*

Ich dehne und strecke mich in meinem ganzen Körper – so wie ich mag und so lange ich mag – wie die Bewegungsimpulse kommen. Dabei werden manche Spannungen bewußt und Verspannungen können sich lösen – ich gähne. Dann werde ich ruhig, ich horche und fühle in mich hinein. Ich erlebe mich in meinem Körper, der ich bin. „Ich lasse den Atem kommen, ich lasse ihn gehen und warte, bis er von selbst wiederkommt“ (Ilse Middendorf). Ich werde gegenwärtig gesammelt. In diesem Gegenwärtigsein kann ich aufmerksam sein für Gottes Dasein.

Ich bereite mich, sein Wort zu hören, was mir hier und jetzt gesagt wird. Ich achte beim Hören oder Lesen des Schriftworts, was mich anspricht. Ist es die ganze Szene oder ist es ein Wort – ein Satz – ein bestimmtes Bild? Je nach meiner inneren Regung wähle ich die Art der Betrachtung.

### *Die Betrachtung*

#### *Aus dem Markusevangelium:*

*Sie brachten einen Taubstummen zu Jesus und batzen ihn, er möge ihn berühren. Jesus nahm in beiseite, von den Leuten weg, legte ihm die Finger in die Ohren und berührte seine Zunge mit Speichel. Dann blickte er zum Himmel auf, seufzte und sagte zu dem Taubstummen: ephata, das heißt: Tu dich auf! (Mk 7,32–34).*

Ich kann die *ganze* Szene betrachten, indem ich mir das Geschehen innerlich vorstelle, wie jemand zu Jesus gebracht wird und wie Jesus mit ihm umgeht.

Vielleicht entdecke ich mich in meinem Taub- und Stummsein.

Ich kann taub sein, wenn ich Druck auf meinen Ohren spüre, wenn mir die Ohren dröhnen und surren ob des Vielen, was ich höre und dann das Eigentliche nicht mehr höre, „heute seine Stimme nicht höre“ (vgl. Ps 95,7b.8).

Ich kann taub sein, wenn ich meinen Mann – meine Frau – den nächsten Menschen „höre und doch nicht höre“ (vgl. Mt 13,13), nicht mehr die dahinterliegenden Töne hören will, die leisen Anliegen, die verborgenen Wünsche, die geheimen Hoffnungen, Ängste und Nöte.

Ich kann stumm sein – weil mich Ängste gefangen halten, weil mich Bitterkeit erfüllt, weil ich fürchte, erkannt oder verkannt zu werden. Ich kann stumm sein – auch wenn ich viel rede und doch nichts von mir sage, das Eigentliche nicht sage.

Ich erspüre bei der Betrachtung die Bewegungen meines Herzens. Vielleicht bin ich zerstreut, erlebe mich widerstrebend, ungläubig oder entdecke in mir das Verlangen, heil zu werden, in meinem Wesen geöffnet zu werden.

Wie ich jetzt bin, kann ich mich zu Jesus wenden, das Gespräch mit ihm wagen, auf ihn hören.

Eine andere Art des Umgangs mit dem Wort der Schrift besteht darin, zu versuchen, sich in *einen* Satz, in *eine* Szene einzulassen. Auch dabei fühle ich mich zunächst in meinen Leib ein. Vielleicht so: Was empfinde ich in den Füßen, Beinen – im Becken – im Rücken – im Bauch- und Brustraum – in den Schultern – im Nacken – in den Armen und Händen – im Kopf – im Gesicht.

So lasse ich mich in mir selbst ankommen. Ich sammle mich und richte mich aus auf Jesus, auf Gott hin.

„Sie brachten einen Taubstummen zu Jesus“ (Mk 7,32). Ich gehe in die körperliche Haltung des Taubstummen, der zu Jesus gebracht worden ist: wie steht er – sitzt er da, wie stelle ich mich, setzte ich mich, wenn ich taub und stumm bin?

Ich bleibe eine Weile in diesem körperlichen Ausdruck und nehme wahr, was in mir vorgeht, was geschieht. Damit gehe ich ins Gebet.

„Jesus nahm ihn beiseite“ (Mk 7,35).

Ich fühle mich in die körperliche Mitte ein und lasse aus der Leibmitte heraus eine Geste, eine Bewegung kommen, die mich in die Haltung bringt, in der jener sein kann, der von Jesus beiseite genommen wird. Was ich dabei empfinde, innen erlebe, bringe ich in das Gespräch mit Jesus.

„Jesus legte ihm die Finger in die Ohren und berührte seine Zunge mit Speichel. Dann blickte er zum Himmel auf, seufzte und sagte zu dem Taubstummen: ephata, das heißt: Tu dich auf!“ (Mk 7,33.34).

Was dem Taubstummen geschieht – mag ich es mir geschehen lassen – hier und jetzt? Mich von Jesus berühren lassen, mir zusprechen lassen „Tu dich auf!“

Die Wirkung: „Sogleich öffneten sich seine Ohren und die Zunge wurde von der Fessel gelöst, und er redete richtig“ (Mk 7,35).

Begegnung mit Jesus ist eindeutig – klar – verändert. Begegnung in seiner Liebe heilt und befreit.