

---

### Hinführung zur ersten Lesung | 1 Sam 26,2.7–9.12–13.22–23

Nicht alles, was möglich ist,  
ist auch erlaubt und gut.

Die Geschichte vom Konkurrenzkampf  
zwischen Männern wird großartig erzählt:  
Spannungsreich wie wortgewaltig.

Bei aller Konkurrenz zieht die Geschichte  
eine Grenze in der Auseinandersetzung dort,  
wo das Leben des Anderen betroffen ist,  
das wertvoll ist in den Augen Gottes.

### Hinführung zur zweiten Lesung | 1 Kor 15,45–49

Die Auferstehung von den Toten  
ist der Scheidepunkt für den Glauben  
an Jesus Christus wie ihn Paulus verkündet.  
Auch wenn wir nicht wissen wie es sein wird,  
so ist unser irdischer Leib nur vorläufig  
und wird begeisterter Leib  
in Gottes Gegenwart werden.

### Lesehinweis

Abischai: Betonung auf dem ersten Buchstaben, ai wie ei gesprochen

---

## Meditation

Worauf kommt es an im Leben?

Was muss ich tun  
um glücklich leben zu können?

Achtsam sein,  
aufmerksam werden  
und Gottes Spuren suchen.

Im Umgang mit der Welt,  
mit den Menschen um uns  
und mit uns selber.

Wachsam und offen sein  
für unbequeme Wege,  
die zum Guten führen.

Aus tiefem Herzen glücklich werden  
kann jeder, der bereit ist  
über den Schatten des Egoismus zu springen  
und Gottes Botschaft  
in unserer Welt erfahrbar zu machen.

⇒ Reinhard Rührner

---

## Meditation | Alternative

Wir wollen sein wie Gott,  
allmächtig,  
handeln können  
ohne Rücksicht nehmen zu müssen.

Wir sollen sein wie Gott,  
barmherzig,  
im Blick auf den Anderen,  
der uns und unsere Hilfe braucht.

Gott ist groß und mächtig,  
er ist allmächtig und gut.  
Er spielt sie nicht  
die Spiele der Macht.

Gott schaut auf den Menschen,  
ermutigt ihn  
ihm immer ähnlicher zu werden  
im Blick auf den Anderen.

Der Mensch wächst über sich hinaus,  
wird Gott immer ähnlicher,  
wo er in seiner Freiheit  
den Nächsten liebt.

⇒ Reinhard Rührner