



Preise Gott, den Herrn, zu jeder Zeit; bitte ihn, dass dein Weg geradeaus führt und dass alles, was du tust und planst, ein gutes Ende nimmt.

(Tob 4,19)

Die Laterne

Es war einmal ein Junge, der einen weiten Weg im Dunkeln laufen musste, um in sein Dorf zu gelangen. Er hatte eine Laterne bei sich, die aber nur wenig Licht gab, sodass die Dunkelheit ihn beängstigte und er daran zweifelte, ob er seinen Weg wohl finden würde. Da kam ihm ein alter Mann entgegen und fragte, warum er denn so zögernd vorwärts lief. Der Junge antwortete, er habe Angst, mit einer Laterne, die nur zwei Meter schien, im Dunkeln zu laufen. Der alte Mann lächelte und sagte: Auch das Licht geht mit jedem Schritt, den Du gehst, mit Dir mit. Es wird Dir immer zwei Meter vorausleuchten. Du brauchst Dir also keine Sorgen zu machen und kannst Deinen Weg in Ruhe und Vertrauen weitergehen. Das tat der Junge auch und er erreichte sicher und wohlbehalten sein Ziel.



„Unsere Tage zu zählen, lehre uns! Dann gewinnen wir ein weises Herz.“

(Ps 90,12)

Nimm dich selber an

Nimm dich selber an mit deinen Fehlern und Schwächen, mit deinen begrenzten Möglichkeiten.

Schließe Frieden mit dir. Sag Ja zu deinem Sosein, zu deinen Lebensumständen.

Wenn das geschehen ist, wird es dir leichter fallen, die Menschen anzunehmen, so wie sie sind.



Auf meine Gedanken achten!

Es ist eine wichtige Lebensübung. Denn mit den Gedanken fängt alles an. Sie können heilsam sein oder auch schaden.

„Die Wahrheit des Wortes Jesu ist nicht theoretisch abrufbar. Es ist wie bei einem technischen Lehrsatz: Seine Richtigkeit zeigt sich erst im Ausprobieren.“

Sag einfach **"DANKE"** für die kleinen Dinge die den Alltag färben und das Leben würzen, für das scheinbar Selbstverständliche, dass das Leben bereichert, für jeden Menschen der dir heute begegnet!



Herr, lass mich eine Stunde ohne mich sein.

Ohne Wünsche und Sorgen, ohne Ehrgeiz und Pläne, ohne Worte und Gedanken, ohne Müssen und Wollen.

Breite in mir die Stille aus, dass Dein Heiliger Geist Raum finden und mich führen kann, wohin du willst.

(Christa Peikert-Flaspöhler)



Guter Gott,

heute nehme ich mir Zeit, in Ruhe den Himmel zu bestaunen, in Ruhe den Wind zu lauschen, in Ruhe die Sonne zu spüren, in Ruhe die Liebe um mich herum wahrzunehmen, in Ruhe dir zu sagen: DANKE!