

# Komm, leg die Sorgen beiseite und lass die Sonne scheinen – in Deinem Gesicht!

(Phil Bosmans)



Frohe Menschen  
sind stark in der  
Nächstenliebe.

Hl. P. Arnold Janssen

Feiere bisweilen dein Leben.  
Feiere, dass du gesund bist,  
dass dir das Leben mit  
Herausforderungen begegnet.  
Feiere das Geschenk von Freundschaften  
und deine Fähigkeit zu lieben.  
Feiere deine kleinen alltäglichen Erfolge  
und die Entscheidungen, die dich einen Schritt  
dir selbst nähergebracht haben.  
Feiere, dass einer JA zu dir sagt.  
Feiere, dass einer dich anspricht:  
Gott in seinem Wort.



Daher hat er die Sonne vor sein Haus gestellt."

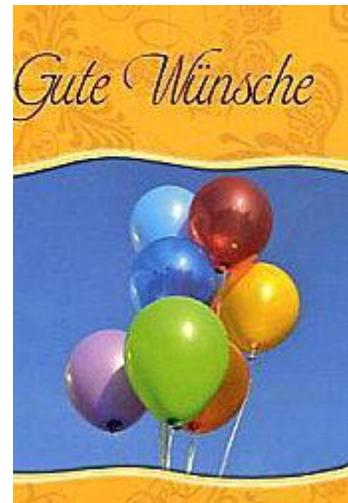
(Franz von Assisi)

Nichts kann einen so zum Nachfolger Christi machen  
wie die Sorge um den Nächsten.

(Johannes Chrysostomus)

Dein Segen sei allen, die leiden Erleichterung  
und schenke ihnen Kraft,  
stärke ihre Zuversicht und nähre ihre Hoffnung.

Dein Segen sei allen, die trauern, sich sorgen und ängstigen,  
wie ein Licht inmitten der Dunkelheit.



**Wir erbitten uns Strahlkraft:**

für unsere Augen, dass sie die Liebe Gottes durch ihr Leuchten verkünden;  
für unsere Worte, dass sie die Herzen der Menschen für Gott erobern;  
für unsere Hände, dass sie segnen können:  
die Liebe Gottes hineinsegnen in unsere Schöpfung. Amen.

**GOTT allein ist das Licht,  
aber du kannst es in den andern zum Leuchten bringen.**

(Henri Boulad)



**Der entspannte Bogen**

Es heißt, dass der alte Apostel Johannes gern mit seinem zahmen Rebhuhn spielte. Eines Tages nun kam ein Jäger zu ihm, und verwundert sah er, dass ein so angesehener Mann wie Johannes einfach spielte. Konnte der Apostel seine Zeit nicht mit viel Wichtigerem als mit einem Rebhuhn verbringen? Daher fragte er Johannes: "Warum vertust du deine Zeit mit Spielen? Warum wendest du deine Aufmerksamkeit einem nutzlosen Tier zu?" Erstaunt blickte Johannes auf. Dann entgegnete er dem

Jäger: "Weshalb ist der Bogen in deiner Hand nicht gespannt?" Der Jäger antwortete: "Das darf nicht sein. Wenn ein Bogen immer gespannt ist, verliert er seine Spannkraft. Er hätte dann, wenn ich einen Pfeil abschießen wollte, keine Kraft mehr. Und so würde ich natürlich mein Ziel nicht treffen können." Johannes sagte daraufhin: "Was für deinen Bogen gilt, gilt auch für jeden von uns. Wenn ich mich nicht entspannen würde, indem ich z.B. einfach ein wenig mit diesem - scheinbar so nutzlosen - Tier spiele, dann hätte ich bald keine Kraft mehr, all das zu tun, was wirklich wichtig ist."

**„SCHMUNZELIGES“** Nach der Schule: "Vater, VATER, heute habe ich als einziger die Hand hochgehalten!" - "SO, so, was hat der Lehrer denn gefragt?" - "Wer hat seine Hausaufgaben nicht gemacht?"

