



KONGREGATION
SCHWESTERN DES ERLÖSERS

„Glück(s)Lich(t)“

Spirituelle Impuls für Mittwoch, den 17. März 2021

Ankommen mit ruhiger Musik

Thema

Begegnung mit der Natur und mit mir selbst



Das Reisen mit dem Kajak habe ich vor einigen Jahren für mich neu entdeckt. Mit dem Allernötigsten im Boot fahre ich in der Nebensaison auf den menschenleeren Seen in Schweden von Insel zu Insel und übernachtete in der freien Natur. Dort finde ich Ruhe und innere Kraft. Tiefer betrachtet liegt das Ziel meiner Reise darin, dass ich dadurch bewusster lebe. Durch meine Kajakfahrten habe ich eine neue Art, zu sein, erlangt.

Frage:

Was war dein schönstes Erlebnis in der Natur, was dich glücklich gemacht hat und wovon du heute noch zehrst?

Stille

(evtl. ruhige Musik zum Innehalten und Nachklingen (2-3 min))

Abschluss:

Psalm 121 (evtl. gemeinsam beten)

1 Ich erhebe meine Augen zu den Bergen: Woher kommt mir Hilfe?

2 Meine Hilfe kommt vom HERRN, der Himmel und Erde erschaffen hat.

3 Er lässt deinen Fuß nicht wanken; dein Hüter schlummert nicht ein.

4 Siehe, er schlummert nicht ein und schläft nicht, der Hüter Israels.

5 Der HERR ist dein Hüter, der HERR gibt dir Schatten zu deiner Rechten.

6 Bei Tag wird dir die Sonne nicht schaden noch der Mond in der Nacht.

7 Der HERR behütet dich vor allem Bösen, er behütet dein Leben.

8 Der HERR behütet dein Gehen und dein Kommen von nun an bis in Ewigkeit.

Ehre sei dem Vater und dem Sohn und dem Heiligen Geist,

wie im Anfang so auch jetzt und alle Zeit und in Ewigkeit. Amen.

Gebet

Guter Gott,

lehre uns,

den Wert von allen Dingen zu entdecken

und voll Bewunderung zu betrachten;

zu erkennen, dass wir zutiefst verbunden sind

mit allen Geschöpfen

auf unserem Weg zu deinem unendlichen Licht.

Danke, dass du alle Tage bei uns bist.

Ermutige uns in diesen Zeiten,

dass wir neue Hoffnung schöpfen.

Darum bitten wir durch Christus unseren Herrn. Amen.

Segen mit dem Kreuzzeichen:

So segne und begleite uns, Gott, der Vater, der Sohn und der Heilige Geist. Amen.

Michael Kaluza, Theologischer Referent im Team Spiritualität

Wussten Sie schon?

Unsere Fastenimpulse gibt es auch als **Podcast** – für unterwegs und für alle, die lieber hören als lesen.

Auf der Seite <https://anchor.fm/erlorschwestern-wrzburg/episodes/Aschermittwoch-egclj3> gibt es jeden Tag eine neue Folge – für alle diejenigen, die sich zu Beginn des Arbeitstages einen Moment Ruhe gönnen oder sich in der Mittagspause entspannt zurücklehnen und bewusst Pause machen.

Oder Sie nehmen uns mit – im Auto, beim Spaziergang oder wo immer Sie uns hören möchten. Einfach in einer **Podcast App** Ihrer Wahl, z.B. auf Spotify, Apple Podcasts, Podbean u.a. nach „Erlörschwestern Würzburg“ suchen, auf den Podcast klicken, abonnieren und schon gibt es jeden Tag einen neuen Impuls „auf die Ohren“.