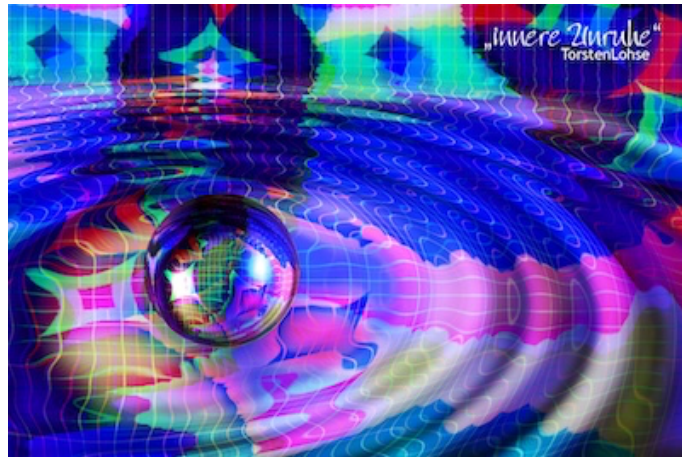




Nichts soll dich ängstigen

Immer wieder überrollen uns die Nachrichten, von Kriegen, Terror, persönlichen Schicksalsschlägen, Entwicklungen in Politik und Gesellschaft, die Unsicherheit und Angst in uns auslösen können. Die drängenden gesellschaftspolitischen Themen unserer Zeit schlagen aufs Gemüt. Soziale Ungerechtigkeit, gesellschaftliche Missstände, lösen große Verunsicherung bei den Menschen aus. Oft sind es aber dann die kleinen, alltäglichen Sorgen, die uns nachts nicht schlafen lassen.

Wir spüren eine innere Unruhe. Ich persönlich greife in diesen Situationen nach einem Buch, oder verbinde mich mit dem Gebet des Hl. Nikolaus von der Flüe (* 1417 im Flüeli, Obwalden; † 21. März 1487 im Ranft)

Mein Herr und mein Gott, nimm alles von mir, was mich hindert zu Dir.

Mein Herr und mein Gott, gib alles mir, was mich fördert zu Dir.

Mein Herr und mein Gott, nimm mich mir und gib mich ganz zu eigen Dir.

Die Nähe Gottes, ihm nahe zu sein, lässt mich ruhiger werden. Im Innersten zu spüren, Gott ist da, er ist der Wurzelgrund, der mir Halt gibt und meine Unruhe, verwandelt, in Geborgenheit.

Impulse

- Welche praktische Rituale im Alltag helfen Ihnen zur inneren Ruhe zurückzufinden?

Diese Spur wurde Ihnen gelegt von Heinz Lenhart

Eine gesegnete Woche wünschen Ihnen Ihre Spurenleger

Maren Dettmers, Monika Eberl-Reifenberg, Ilka Friedrich, Hans-Jörg Fritz-Knötzele,
Dr. Christoph Klock, Heinz Lenhart, Heiko Ruff-Kapraun, Tobias Sattler, Dr. Hans Jürgen
Steubing und Britta Tembe



Kirche & Co. – ein Laden der Kirchen für die Menschen in der Stadt
An der Stadtkirche 1, 64283 Darmstadt