

Atempause für die Seele

Zünde ein Licht an....

Die Adventszeit lädt uns ein, eine Kerze anzuzünden und uns hinzusetzen, um uns von ihrem milden Licht bestrahlen zu lassen.

Advent: Wir kommen mit allem, was in uns ist zum Frieden.



Manchmal haben wir Angst, in uns aufzudecken, was uns unangenehm ist, unsere Unzufriedenheit, unsere trüben und feindseligen Gefühle, unsere Ängste und unsere Empfindlichkeit. Das Licht der Kerze erleuchtet und macht hell, aber zugleich lässt es all das, was wir in uns noch nicht anschauen können, so sein, wie es ist.

Das sanfte Licht der Kerze erhellt das Dunkle in uns, bedeckt es zugleich mit dem Mantel der Liebe. Wenn wir vor einer Kerze sitzen, sehen wir uns selber anders. Wir hören auf, uns zu bewerten und zu beurteilen oder zu entwerten. Das Licht der Kerze erlaubt es uns, so zu sein, wie wir sind. Und es gibt uns die Hoffnung, dass alles in uns sein darf, weil alles vom Licht der Liebe verwandelt wird, das uns an Weihnachten aufleuchten wird. Anselm Grün

Bibelimpuls: Durch die barmherzige Liebe unseres Gottes wird uns besuchen das aufstrahlende Licht aus der Höhe. Lk 1,78

Innehalten: Erlaube dir ganz anzukommen bei dir. Entscheide ich jetzt bei dir zu bleiben, dich nicht aus deinem Herzen zu entlassen, dein inneres Licht zu sehen und leuchten zu lassen.

Zünde ein Licht an

Gott, der Glanz deines Lichtes durchflutet unsere Herzen und verwandelt sie. Der Glanz deines Lichtes spiegelt sich in unserer Seele und in unseren Augen und durchflutet unser Sein. Dein Licht lässt uns spüren: es ist alles gut.

Zünde ein Licht an

Gott, du bist das Licht unseres Lebens. Du tröstest und wärmst unsere Herzen, du erfüllst uns mit Freude und Glück, du schenkst uns Geborgenheit und Heimat "Du bist die Quelle des Lebens, in deinem Licht schauen wir das Licht".

Lied: Zünde ein Licht an...

https://www.youtube.com/watch?v=DP_90vWFOLQhttps://youtu.be/LUXIh9Xhm28

<http://www.kath-niederwil.ch/aktuelles/>

Wir verbinden uns im stillen Gebet am Dienstag, 08.12. um 19.00 Uhr miteinander – und verweilen in unserer inneren Kapelle.

Segensgebet:

Der gute und barmherzige Gott lasse sein Licht aufgehen über uns.

Er erwärme unsere Herzen und heile, was in uns verwundet ist.

Er rühre uns an mit den Strahlen seiner Gegenwart uns entfache das Feuer der Liebe wieder neu in uns, sodass wir selber zum Licht werden.

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

Amen

Mit euch verbunden, Monika Ender und Marianne Lembke

Mit freundlicher Unterstützung der Kath. Kirchgemeinde Niederwil