

Exerzitionen im Alltag



www.bistum-osnabrueck.de
www.zu-atem-kommen.de



aufbrechen | **und erste Schritte gehen**
aufbrechen | **und verabschieden**
aufbrechen | **und wagen**
aufbrechen | **und wahrnehmen**
aufbrechen | **und mich führen lassen**

gehen | **ohne Ballast**
gehen | **und einfach gehen**
gehen | **und sich entscheiden**
gehen | **und das Ziel im Blick**
gehen | **in Begleitung**

stolpern | **und Vor-Sicht**
stolpern | **und die Balance verlieren**
stolpern | **und hinfallen**
stolpern | **und aufstehen**
stolpern | **erwünscht**

anhalten | **und Pause machen**
anhalten | **und durchatmen**
anhalten | **und verbinden**
anhalten | **und auftanken**
anhalten | **und mich (neu) ausrichten**

weitergehen | **und morgens
damit starten**
weitergehen | **und sich von Gott
begleitet wissen**
weitergehen | **und den neuen
Wegen vertrauen**
weitergehen | **und tanzen**
weitergehen | **und auf Gottes
Beistand vertrauen**

Quellen

Bibeltexte: Einheitsübersetzung
der Heiligen Schrift
© 1980 Katholische Bibelanstalt
Stuttgart

Aufbrechen

„Wenn du zum Tor des Lebens gelangen willst...“ aus: Wolfgang Poeplau / Conrad Contzen, Geh durch das Tor zum Leben. © Christophorus Verlag in der Verlag Herder GmbH, Freiburg i. Br. 1983.

Andrea Schwarz, „Aufbruch des Herzens“, aus: Dies., Den Weg im Herzen tragen. Ein Begleitbuch für Wallfahrer und Daheimgebliebene © Verlag Herder GmbH, Freiburg i. Br. 2006, S. 18.

Christa Spilling-Nöker, „Was hindert dich.“ Aus: dies., Jeden Augenblick segnen © 2002 Verlag am Eschbach der Schwabenverlag AG.
www.verlag-am-eschbach.de

Stolpern

Martin Gutl, „Stolpern wir nicht irgendwie ...“
Trotz intensiver Recherche konnte die Quelle nicht gefunden werden; für Hinweise sind wir dankbar.

Anhalten

Andreas Knapp, „Energiewende“, aus: Ders., Heller als Licht. Biblische Gedichte © Echter Verlag Würzburg 2. Auflage 2015, S. 13.

Weitergehen

Körpergebet: nach Pater Franz Richardt OFM; ursprüngliche Quelle unbekannt.
Vgl. auch Begleitbuch zum Zukunftsgespräch 2015/16, S. 65ff

Lied „Vertraut den neuen Wegen“:
T: Klaus Peter Hertsch, M: 16. Jhd., in: GOTTESLOB. Katholisches Gebet- und Gesangbuch, Ausgabe für die (Erz-)Bistümer Hamburg, Hildesheim und Osnabrück, hrsg. von den

(Erz-)Bischöfen Deutschlands und Österreichs und dem Bischof von Bozen-Brixen, © 2013 Verlag Katholisches Bibelwerk GmbH, Stuttgart, und Norddeutscher Metropolieverlag GmbH, Osnabrück, Nr. 856.

Lied „Im Heute und im Morgen ist bei uns unser Gott“: T: Hans-Jürgen Netz, M: Peter Janssens, in: GOTTESLOB. Katholisches Gebet- und Gesangbuch, Ausgabe für die (Erz-)Bistümer Hamburg, Hildesheim und Osnabrück, hrsg. von den (Erz-)Bischöfen Deutschlands und Österreichs und dem Bischof von Bozen-Brixen, © 2013 Verlag Katholisches Bibelwerk GmbH, Stuttgart, und Norddeutscher Metropolieverlag GmbH, Osnabrück, Nr. 847.

Exerzitien im Alltag

Impressum

Herausgeber:
Bistum Osnabrück – Seelsorgeamt
Domhof 12, 49074 Osnabrück

Redaktion:
Sr. Engratia Brinkmann, Rainer
Gelhot, Inga Schmitt, Lucia Zimmer

Grafik:
Dom Medien GmbH, Osnabrück

Druck:
Leviendruck, Osnabrück