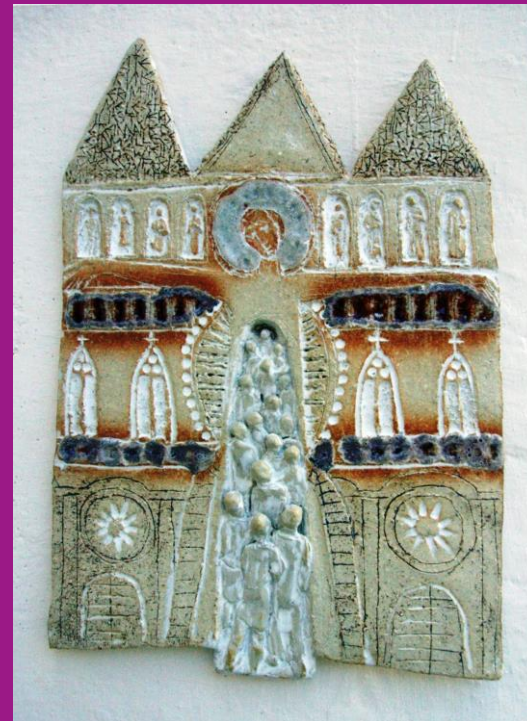


st

bistum st.gallen

# Exerzitien im Alltag 2016

**Gott hat ein  
weiches Herz**



# 8. Tag

Still werden.

Den Atem Gottes spüren.

Mich in Gottes Gegenwart stellen.

# Ein Vorbereitungsgebet beten. Zum Beispiel:

Wieder strahlt mir das Licht.  
Wieder schaue ich das Licht in Klarheit.  
Wieder öffnet es den Himmel,  
wieder vertreibt es die Nacht.

Und der über allen Himmeln ist,  
den keiner der Menschen je erblickte,  
der kehrt aufs Neue in meinen Geist ein,  
ohne den Himmel zu verlassen,  
ohne die Nacht zu zerteilen,  
ohne das Dach des Hauses einzuschlagen,  
ohne irgendetwas zu durchdringen.

Und in die Mitte meines Herzens,  
o erhabenes Geheimnis,  
da alles bleibt, wie es ist, stürzt mir das Licht  
und hebt mich über alles empor.

*Symeon der Neue Theologe*

Bitten, was ich ersehne.

## Einführung zur 2. Woche

Der Evangelist Matthäus benennt ganz konkret, was Jesus selber unter Barmherzigkeit versteht. Er beschreibt sechs Werke der Barmherzigkeit. Dabei geht es um gelebte Nächstenliebe. In der zweiten Woche schauen wir jeden Tag ein Beispiel genauer an. Das siebte Werk der Barmherzigkeit hat seinen Ursprung im Buch Tobit. (Mt 25,35-36 und Tobit 1,17)



Jesus fordert  
Barmherzigkeit

# Bibelvers und Impuls lesen

04.11.2016





# Hungrige speisen

## Bibel

Ich war hungrig und ihr habt mir zu essen gegeben.  
(Mt 25,35a)

## Impuls

**Einem Hungrigen zu essen geben – ganz konkret –  
nährt den Körper.**

Einer Hungrigen Aufmerksamkeit und Zuwendung  
schenken – nährt die Seele.

Für andere Brot sein, aber auch die eigene Bedürftig-  
keit wahrnehmen, dazu fordert Jesus tagtäglich auf.  
Die Beziehung zu Jesus leben – seine Worte und Wer-  
ke – in das Herz und in die Seele aufnehmen, bedeutet  
genährt und gesund werden.

## Gebet

**Gott, ich danke dir für deine Gaben,  
die meinen Körper laben.**

**Du bist auch meiner Seele Brot,  
in Freude, Leid und Wüstennot.**



Etwas verweilen.

Mit Gott ins Gespräch kommen.  
Sprechen von du zu du.  
Wie ein Freund mit einem Freund, eine  
Freundin mit einer Freundin spricht.

Abschliessen mit einem Vater unser.

Unter Gottes Segen stehen und leben.

# Fragen, Anliegen, Rückmeldungen

Hildegard Aepli antwortet unter:

[aepli@bistum-stgallen.ch](mailto:aepli@bistum-stgallen.ch)

071 227 33 69