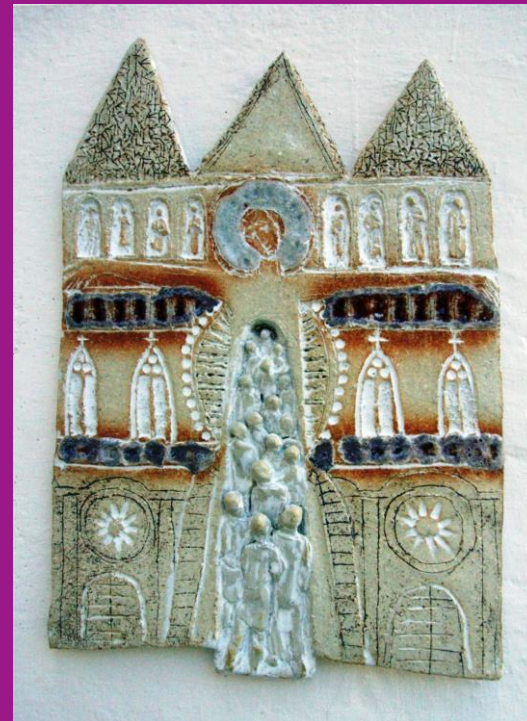


st

bistum st.gallen

# Exerzitien im Alltag 2016

**Gott hat ein  
weiches Herz**



# 9. 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.



# Almosen geben

Bibel

Ich war durstig und ihr habt mir zu trinken gegeben.  
(Mt 25,35b)

## Impuls

**Durst ist schlimmer als Hunger.** Durst kann man am wenigsten lange aushalten. Und zugleich ist Durst wie Lebensdurst, Lebenshunger; Durst ist wie die grosse Sehnsucht unseres eigenen Lebens.

Beim Durst geht es um das, was ein Mensch am allermeisten braucht zum Überleben. Aber noch viel mehr zum Richtig-Leben, zum wirklichen Gut-Leben. Es geht um einen Menschen, der vor mir steht. Und auch um mich selbst, um meine eigene Sehnsucht.

- **Was ist die Sehnsucht meines Lebens? Mein eigener grosser Lebensdurst? Und wie suche ich die Erfüllung meiner Sehnsucht?**
- **Wie helfe ich den Menschen um mich herum, dass sie der Sehnsucht ihres Lebens, dass sie ihrem grossen Durst des Lebens näher kommen können?**

### **Aktionsidee:**

Vielleicht kann es mir helfen, wenn ich die Geschichte aus der Bibel mit in die Stille meines Gebetes mit hineinnehme, in der Jesus der Frau am Jakobsbrunnen neues Leben schenkt, weil er sie mit ihrem Durst nach Leben nach angenommen hat. (Joh 4,1-25)



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