



Entspannen Sie sich und
beobachten Sie Ihren Atem.
Begrüßen Sie Gott in einem Gebet.

*Freunde sind Engel,
die uns auf die Beine helfen, wenn unsere Flügel vergessen haben,
wie man fliegt.*



Werner Feldmann © Bistum Mainz/Dekanat Gießen



Das @-Zeichen ist unverzichtbarer Bestandteil unserer Emailadressen. Es verbindet den Benutzernamen mit der Domain. Umgangssprachlich bezeichnen wir das Zeichen auch als „Klammeraffen“.

- Wem oder was fühle ich mich besonders verbunden?
- Bei welchen Personen würde ich die Verbindung gerne lockern oder die Kontaktdaten am liebsten blockieren?
- Wie ist mein Draht zu Gott? Welche Bedeutung hat derzeit der Glaube in meinem Leben?



- Weiter-Sehen: Emmy Grund – „Einen brauchst Du“

Einen brauchst Du auf dieser Welt,
der mit dir weint und lacht,
einen, der unbeirrt zu Dir hält,
der Deine Probleme zu seinen macht.
Einen, der Dir Dein Glück nicht neidet,
Dich über Schwellen trägt,
einen, der Dir Freude bereitet
und helle Spuren legt.
Einen, der Deine Träume kennt,
Dir Deine Schwächen vergibt,
einen, der dich beim Namen nennt
und froh ist, dass es Dich gibt.
Einen, dem Du vertrauen kannst,
der Dich wortlos versteht,
einen, mit dem Du Gespenster bannst,
ehe Dein Mut vergeht.
Einen, der Dich in die Arme nimmt,
wenn eine Hoffnung zerbricht,
einen der Deine Saiten stimmt.
Einen brauchst Du als Licht.

Emmy Grund

Emmy Grund, Ein Lächeln im Vorübergehen.