

Vor der Kapelle in Blatzheim

Morgengebet:

Herr, ich preise dich ...

von Jörg Zink

Im Namen des Vaters ...

Herr, ich preise dich,
du bist der Morgen und der Abend,
der Anfang und das Ende der Zeit,

Dir danke ich für die Ruhe der Nacht
Und das Licht eines neuen Tages.
Leib und Seele sind dein,
von dir ist alles was geschieht.

Herr, Jesus Christus,
du Licht der Welt,
du bist der Weg, den ich heute gehe,
du bist die Wahrheit, die mich leitet,
du bist das Leben, das ich finde.

Gib mir deine Liebe,
dass ich dich wieder finde in den Menschen.

Gib mir Geduld und Gelassenheit
Und bewahre mich in deiner Liebe.

Herr, heiliger Gott,
was du mir schickst,
will ich annehmen,
Erfolg und Misserfolg,
Freude und Mühsal.

Ich bitte dich für alle,
die diesen Tag mit Sorge beginnen,
mit Angst oder Schmerzen.

Begleite uns.
Schütze uns.
Bewahre uns.

Ich danke dir für deinen neuen Tag.

Amen

Im Namen des Vaters ...

Brücke am Neffelbach vor dem Nachtigallenweg

Tagesthema:

Still werden

Besinnung:

Unsere Zeit

Vielen Menschen fällt es schwer,
sich auf den neuen Tag einzustellen.

Vieles belastet, vieles bedrückt sie.

Sie haben sich in der Nacht nicht entspannen,
nicht ausruhen und erholen können.

Vielleicht werden sie festgehalten
oder halten selber fest.

Sie haben sich zu vieles aufgeladen,
haben zu viele Termine,
zu viele Verpflichtungen,
zu viele Aufgaben.

In solchen Momenten müssen sie lernen,

sich Zeit zu lassen.

Dann und wann anhalten,
stehen bleiben,
mich hinsetzen,
zurückschauen,
voraussehen,
in mich hineinhören
und schauen,
ob ich auf dem richtigen Weg bin.

Warum laden wir uns soviel auf,
warum sagen wir nicht nein?

Haben wir möglicherweise Angst,
still zu werden?

Beschäftigen wir uns so sehr, weil wir manchem,
das in der Tiefe unseres Herzens liegt,
ausweichen wollen oder müssen?

Jeder Tag ist ein Tag,
der mir geschenkt ist;
ein Tag, der niemals wiederkehrt;
ein Tag, den ich gestalten kann.

Schweigend weitergehen

Direkt hinter dem Nachtigallenweg

Besinnung:

Diesen Tag bei mir anfangen,
meine Gedanken und Gefühle zulassen,
mich selbst annehmen.

Ruhig werden,
meine Mitte finden,
mich empfinden.

Mir meiner Möglichkeiten und Stärken,
meiner Mängel und Schwächen
bewusst werden.

Sehen,
was auf mich zukommt,
mich einrichten und einstellen,
diesen Tag ganz erleben.

1. Rosenkranz:

Jesus, der uns zur Ruhe kommen lässt

Im Namen des Vaters ...

An der "Wurstkapelle" in Niederbolheim

Besinnung:

Immer wieder entsteht Neues,
bei uns und in uns,
bei Mitmenschen,
zwischen Mitmenschen und uns.

Manches können wir initiieren, fördern,
anderes geschieht ohne unser Zutun.

Oft entsteht Neues,
wenn wir es gar nicht erwarten,
gar nicht wollen.

Es verunsichert und beunruhigt.

Hartnäckig halten wir an Bewährtem,
Bestehendem fest.

Neues annehmen fällt uns oft schwerer
als in gewohnten Strukturen zu leben.

Wir finden viele Gründe, uns gegen Veränderung zu
wehren.

Wie gehen wir mit den Ideen um,
die Bestehendes in Frage stellen?

Würgen wir sie ab, weil Veränderung
Anstrengung fordert?
Sind wir bereit für neue Ideen
und neue Möglichkeiten?

In uns selbst entsteht immer wieder Neues.
Wenn wir uns Zeit für uns selbst nehmen,
uns wahrnehmen,
werden wir die feinen Ansätze spüren.

Wir können uns an ihnen freuen,
sie stärken und wachsen lassen.

Wir erfahren aber immer wieder,
dass es viel fordert,
dieses Neue anzunehmen und zu vertreten.

Manchmal
wenn du es gar nicht erwartest
wenn du nicht im Geringsten
daran denkst,
kann es sein, dass du
Neues erlebst
Neues spürst
Dich neu spürst

Manchmal
wenn du es gar nicht erwartest
kann etwas Neues entstehen

Nimm es an
Sag ja
Lass wachsen, was in dir angelegt ist
auch wenn andere dich nicht verstehen.

An der Brücke auf dem Weg nach Nörvenich

Besinnung:

Es gibt einen Moment,
da musst du dich selbst loslassen
in deinem Versuch,
dich selbst zu verändern.

Da darfst du dich nicht mehr zerfleischen,
weil du nicht anders bist, als du bist.

Dieser Moment ist der Moment des Aufstehens,
des Aufstandes.

Du hast ein Bild von dir in dir getragen,
das musst du jetzt loslassen.

Es hat einen Sinn – und nicht nur für dich,
sondern auch für andere -, dass du so bist,
wie du bist.

Der Aufstand liegt darin,
dich für dich selbst zu entscheiden.

Nicht im Sinne des Besserwissen,
sondern im Sinne des Glaubens an dich selbst.

2. Rosenkranz:

Jesus, der Veränderungen zulässt

Im Namen des Vaters ...

Am Judenfriedhof auf dem Weg nach Gladbach

Besinnung:

Erinnerst du dich noch?

Für Juden verboten ...

Benutzung von Kraftwagen
Benutzung von Leihbüchereien
Benutzung öffentlicher Badeanstalten
Benutzung öffentlicher Fernsprecher
Benutzung von Fahrkartenautomaten
Benutzung von Parkbänken, die nicht gelb gestrichen waren
Benutzung von Straßenbahnen, Omnibussen (nur mit Fahrerlaubnis)
Benutzung von Sitzplätzen in öffentlichen Verkehrsmitteln
Berufsausübung in freien und vielen anderen Berufen
Beschäftigung nichtjüdischer Hausangestellter
Bestellung von Sachverständigen
Besuch von Gaststätten und
Betreten bestimmter Straßen in Berlin und München
Betreten von Bahnhöfen, Wartesälen
Betreten von Wäldern

Bezug von Fleisch, Fisch und vielen anderen Lebensmitteln
Einzelbeschäftigung von Arbeitern
Empfang von Gratifikationen und Ruhegehältern
Empfang von Kontrollkarten für Auslandsbriefverkehr
Führung von Künstlernamen
Halten von Brieftauben und Haustieren
Mitgliedschaft in Privatversicherungen
Tragen von Orden und Abzeichen aller Art
Verlassen der Wohngemeinden (außer mit besonderer Genehmigung)
Verlassen der Wohnung (nachts)
Verfügen über bewegliches Eigentum und sonstiges

Gemeinsames Gebet für alle Opfer des Nazi-Regimes:

Vater unser

Im Namen des Vaters ...

Schweigend weitergehen

Gaststätte "Zum Neffeltal" in Gladbach

Gebet vor dem Frühstück:

Im Namen des Vaters ...

Segne, O Gott, dieses Mahl,
das wir aus den Gaben
deiner Schöpfung bereitet haben,
auf dass uns Kraft und Fröhlichkeit daraus erwachse.

Segne unsere Tischgemeinschaft,
damit aller Unfriede fernbleibe von uns,
die du in Liebe zusammenführst.

Schenke uns Maß, Enthaltbarkeit und Zufriedenheit.

Amen.

Im Namen des Vaters ...

Gebet nach dem Frühstück:

Im Namen des Vaters ...

Herr, wir danken dir;
denn unser Tisch war reich gedeckt.

Zufrieden und dankbar machen wir uns gestärkt
wieder auf den Weg.

Amen.

Im Namen des Vaters ...

Unter der Linde im Feld vor Zülpich

Besinnung:

Ich

von Georg Schwikart

Das sagt sich so leicht: Ich.
Ich bin – und dann kommt ein Name.
Mein Name.

Aber wer bin ich wirklich?
Wer versteckt sich hinter diesem >Ich<?

Mit 1000 Masken gehe ich durch die Welt;
ich spiele dauernd Theater.
Ich habe ein Familien-Ich,
ein Öffentlichkeits-Ich,
ein Freundes-Ich.
Überall bin ich jemand anders.

Aber wo bin ich >Ich<?

Wie oft mache ich nur das,
was die anderen von mir erwarten – obwohl ich es
eigentlich gar nicht möchte?

Ich lächle, obwohl mir zum Heulen zumute ist.
Ich schweige, dabei will ich schreien.

Ich weiß mit mir selbst nicht immer umzugehen.
Manchmal finde ich mich echt gut
und bin zufrieden mit mir.
Und dann wieder verachte ich mich
und kann mich selbst nicht leiden.
Ich schwanke zwischen Liebe und Hass.

Ich gehe mir mit meiner dauernden Frage,
wer ich denn nun bin, auf die Nerven.
>Lass mich in Ruhe<, drohe ich mir selbst.
Doch ich kann nicht fliehen ...

Ich komme nicht los von mir.
Ich muss mich selber finden.

Das ist ein langer und schwerer Weg.
Das ist mein Weg zu mir selbst.

Was bleibt mir anderes übrig,
als ihn zu gehen?

Nur wenn ich >Ich< sagen kann,
kann ich auch >Du< sagen
zum anderen Menschen
und auch >Du< zu Gott.

Vorbei ist die Zeit, wo es so bequem war,
in der Familie, Klasse, Arbeit abzutauchen,
ein Teil der Masse zu sein:
Da musste ich keine Meinung haben.

Nun aber begegne ich so vielen Menschen,
so vielen Ideen,
so vielen Dingen.

Sie stehen mir gegenüber.
Wie gehe ich damit um?

Ich muss meine Haltung dazu finden.
Das alles geht nicht in Nullkommanichts.
Dafür sind viele Schritte nötig,
kleine und große,
manchmal auch Sprünge.

Vielleicht geht es sogar wieder etwas zurück,
aber die Richtung weist stets nach vorn.

Es braucht Lebenserfahrung
und Mut,
um >Ich< sagen zu können.

Aber nur als >Ich< kann ich mich auf das
Abenteuer des Glaubens einlassen...

3. Rosenkranz:

Jesus, der uns zu uns selbst finden lässt

Im Namen des Vaters ...

Reitstall "Am Päädsmaat" in Merzenich

Gebet vor dem Mittagessen:

Im Namen des Vaters ...

Herr und Vater,
wir danken dir für alles,
was von dir kommt.

Wir danken dir für dieses Mahl
und die Gemeinschaft,
die uns geschenkt wurde.

Wir danken dir auch für alle,
deren Mühe und Sorge uns an jedem Tag umgibt.

Bewahre uns den Geist der Dankbarkeit.

Amen.

Im Namen des Vaters ...

Gebet nach dem Mittagessen:

Im Namen des Vaters ...

Großer Gott,

wir danken dir,
denn unser Tisch war reich gedeckt.

Wir gehören zu dem kleinen Teil der Menschheit,
dem es gut geht.

Wir haben Arbeit und Auskommen.

Lass uns mit dem zufrieden sein,
was uns täglich zukommt
und geschenkt wird.

Amen.

Im Namen des Vaters ...

Vor der Reitstall-Kapelle am Römerweg

Besinnung:

Ich bin ich und du bist du

von Elisabeth Zöller

Am Abend vor der Abreise standen sie vor dem Kleiderschrank.

Wenn man ihn aufmachte,
war innen in der Tür ein riesiger Spiegel.

Oma drehte sich vor dem Spiegel um
und sagte: >Was hab ich doch 'nen Umfang.<

Und sie drehte sich noch mal um, denn ganz
konnte sie sich gar nicht im Spiegel sehen,
so rund war sie.

Und Anna schaute auch in den Spiegel
und sagte:> Guck mal, Großmutter,
ich hab so große Ohren wie du
und viel zu kleine Augen.
Aber, Großmutter, was hast du für große Augen!?!<

>Damit ich ganz viel sehen kann.<

>Und was hast du für große Ohren?<

>Damit ich ganz viel hören kann.<

>Und was hast du für einen großen Mund?<

>Damit ich ganz viel sprechen kann ... und damit
ich die beißen kann, die mich beißen<,
sagte Großmutter und lachte.

>Und was hast du für einen großen Kopf?<
fragte Anna weiter.

>Damit ich ganz viel denken kann.<

>Und was hast du für große Hände?<

>Damit ich ganz viel machen kann, Anna,
und damit ich ganz viel anders machen kann<,
sagte sie und nahm Anna in den Arm.

Anna schaute sie an.

>Aber Großmutter, so geht das doch eigentlich
gar nicht.<

>Wir machen's eben anders<,
>Jeder muss sehen, dass er einen Weg findet.<

Und Anna schaute sich wieder im Spiegel an
und sagte: >Aber ich meinte eben wirklich,
dass ich nicht so gut aussehe,
dass meine Ohren zu groß sind
und meine Augen zu klein ...<

Die Großmutter schaute Anna an.

>Du hast schöne Augen.
Du hast einen schönen Mund.
Du hast ein schönes Gesicht.
Was willst du denn mehr?
Sieh mich an. Bin ich schön?<

Anna sah sie an und überlegte.

>Großmutter, du bist schön
und doch wieder nicht so,
wie ich es eben gemeint habe.
Du bist ...< Anna überlegte:
>Du bist du, einfach du.<

Und Großmutter sah Anna an,
ganz lange,
und sagte:

>Und du, Anna,
du bist auch du,
einfach du,

und das ist das Allerwichtigste –
und das Allerschwierigste<,

fügte sie hinzu.

4. Rosenkranz:

Jesus, der uns hilft, uns selber zu erkennen

Im Namen des Vaters ...

Hinter Hostel

Besinnung:

Innehalten

Steine im Weg,
scharfkantig –

sich daran stoßen
mit bloßen Füßen
schafft Wunden, die bluten,

hindert am Weitergehen
auf dem vertrauten Pfad.

Anstoß nehmen

an den Gedanken
und der Lebensart anderer Menschen,

an allem, was der Seele fremd ist,

kann wehtun,
kann verletzen.

Aber das Innehalten im Schmerz
lässt nach einem neuen Weg suchen,

zwingt in eine andere Richtung zu blicken,

schenkt eine geweitete Sicht.

5. Rosenkranz:

Jesus, der uns auf unserem Weg beschützt

Im Namen des Vaters ...

An der Bank hinter Kalenberg

Besinnung:

Stille

von Christa Spilling-Nöker

Werde still
und finde heim, zu dir selbst.

Verzehre deine Kräfte nicht im Lichte der Welt.

Es ist gut, wenn du deine Arbeit tust,
deine Aufgaben und Pflichten erfüllst –
und es ist wichtig, dass du es gerne tust.
Aber gehe nicht auf, in dem, was draußen ist,
sondern nimm dich immer wieder zurück.

Sammle deine Gedanken,
versenke dich in deine eigene Tiefe
und suche nach der Mitte deines Wesens
und deines Lebens.

Von dieser Mitte her wirst du den Maßstab finden
für das, was wirklich wichtig ist,
für die Erfüllung,
für die Ganzheit deines Lebens.

Vor der Kirche in Dettel

Besinnung:

Ausruhen

von Christiane Bundschuh-Schramm

Ausruhen

Ich bin müde,
ich kann nicht mehr.

Ich habe mich verausgabt,
meine Beine tun mir weh.
Ich lege mich hin und ruhe aus.

Ich brauche neue Kraft,
die mir von der Erde zufließt.

Ich brauche neuen Mut,
der vom Himmel wie eine Feder auf mich
niederfliegt.

Ich ruhe aus,
ich warte.

Ich spüre, wie die Lebenskraft

in meine Glieder zurückfließt.

Ich fühle, wie der neue Lebensmut
mein Inneres erwärmt.

Ich ruhe aus
und genieße es.

Ich ruhe aus und bin dankbar dafür.

In der Pfarrkirche von Keldenich

Messe:

Auf dem Platz am Ortseingang von Urft

Abendbesinnung:

Jeden Tag

von Paul Weismantel

Jeden Tag
Schenkst du mir einen neuen Morgen,
damit ich wieder anfangen kann,
mir dein Vertrauen schenken zu lassen
und dir darauf zu antworten.

Jeden Tag
Lässt du die Sonne aufgehen
und mir
einen Strahl deines göttlichen Lichtes zufallen,
damit ich dich in allem finden kann.

Jeden Tag
findest du Wohlgefallen an mir
und überraschst mich
mit deinem Entgegenkommen,
damit ich mich darüber freuen kann.

Jeden Tag
Lässt du es Abend werden

und die Sterne
am nächtlichen Himmel leuchten,
damit ich durch sie zu dir aufschaue.

Jeden Tag
Führst du mich in die Ruhe der Nacht,
um auch in der Dunkelheit des Lebens
mit mir zu sein
und bei mir zu bleiben.

Gemeinsames Gebet:

Vater unser

Im Namen des Vaters ...

Hotel Restaurant "Urfter Hof" in Urft

Gebet vor dem Abendessen:

Im Namen des Vaters ...

Gott, du unser Vater,
höre unser Gebet:

Tag für Tag setzen wir uns an den gedeckten Tisch:
Wir haben zu essen und brauchen nicht zu hungern.

Lass uns nie so satt werden,
dass wir die Not anderer übersehen.

Gib uns die soziale Gesinnung,
mit denen zu teilen,
die nicht das nötige Brot haben.

Das erbitten wir
durch Christus, unseren Herrn.

Amen.

Im Namen des Vaters ...

Gebet nach dem Abendessen:

Im Namen des Vaters ...

Herr,

wir danken dir für deine Gaben,
die wir empfangen durften.

Erfülle unsere Herzen
mit der Freude des Heiligen Geistes
und mache uns zu Zeugen deiner Güte.

Durch Christus, unseren Herrn.

Amen.

Im Namen des Vaters ...