

**Mittwoch, 08.05.2024 Frühjahrswallfahrt nach Trier**

5. Wallfahrtstag – von Burg Ramstein nach Trier

Tagesthema: „Zeit“

---

**Burg Ramstein**

**06:30 - 07.00 Frühstück**

**07:00 – 07:05**

**Innenhof Burg Ramstein**

**Morgengebet:**

**MEINE ZEIT IN DEINEN HÄNDEN** von Andrea Schwarz

Im Namen des Vaters....

Herr

ein neuer Tag liegt vor uns

Geschenk des Lebens

Geschenk deiner Liebe

er ist nicht selbstverständlich

dieser neue Tag

Pläne und Hoffnungen

Angst und Mutlosigkeit

Termine und Begegnungen

Enttäuschungen und Zuversicht

was wird dieser Tag für uns sein?

du rufst uns heraus

aus dem Dunkel der Nacht

du öffnest die Zeit

**Mittwoch, 08.05.2024 Frühjahrswallfahrt nach Trier**

5. Wallfahrtstag – von Burg Ramstein nach Trier

Tagesthema: „Zeit“

---

vertraust uns Minuten  
Stunden an  
hilf uns  
dass wir behutsam und liebevoll  
sorgsam und behütend  
mit dieser Zeit umgehen  
keine Stunde kehrt zurück

lass uns die Zeit nutzen  
aber uns nicht von ihr gefangen nehmen  
lass uns die Zeit verschenken  
aber nicht verschleudern  
lass uns die Zeit genießen  
uns aber nicht in ihr verlieren

gib unseren Stunden und Minuten  
dein Gesicht  
hinterlasse deine Spuren  
kerbe dich ein  
begleite uns an diesem Tag

zeichne dich ein  
in unser Mühen  
unsere Freude  
sprich dein gutes Wort  
über Angst und Vertrauen

---

## Mittwoch, 08.05.2024 Frühjahrswallfahrt nach Trier

5. Wallfahrtstag – von Burg Ramstein nach Trier

Tagesthema: „Zeit“

---

sei du der Herr  
unserer Stunden und Minuten  
segne unser Lassen und Tun  
segne du  
unsere Zeit

Im Namen des Vaters....

### **EINE HANDVOLL BOHNEN**

In Italien kursiert die Geschichte von einem Grafen, der sehr alt wurde, weil er ein Lebensgenießer par excellence war.

Niemals verließ er sein Haus, ohne sich zuvor eine Handvoll Bohnen einzustecken.

Er tat dies nicht etwa, um die Bohnen zu kauen, er nahm sie mit, um so die schönen Momente des Tages bewusster wahrnehmen und um sie besser erzählen zu können.

Für jede angenehme Kleinigkeit, die er tagsüber erlebte - zum Beispiel ein nettes Gespräch auf der Straße, das Lächeln seiner Frau und das Lachen seiner Kinder, ein köstliches Mahl, eine feine Zigarre, einen schattigen Platz in der Mittagshitze, ein Glas guten Weines - kurz: für alles, was die Sinne erfreute, ließ er eine Bohne von der rechten in die linke Jackentasche wandern.

Manche Begebenheit war ihm gleich zwei oder drei Bohnen wert.

## Mittwoch, 08.05.2024 Frühjahrswallfahrt nach Trier

5. Wallfahrtstag – von Burg Ramstein nach Trier

Tagesthema: „Zeit“

---

Abends saß er dann vor dem Haus und zählte die Bohnen aus der linken Tasche.

Er zelebrierte diese Minuten.

So führte er sich vor Augen, wie viel Schönes ihm an diesem Tag widerfahren war, und freute sich des Lebens.

Und sogar an einem Abend, an dem er bloß eine Bohne zählte, war der Tag gelungen, hatte es sich zu leben gelohnt.

*Jeder erhält jetzt eine Handvoll Bohnen, die er/sie in die rechte Tasche steckt und bei einem schönen Moment wechseln Bohnen von der rechten in die linke Tasche.*



**07:20 -07:25**

**Schutzhütte auf der Höhe über Kordel**

## Mittwoch, 08.05.2024 Frühjahrswallfahrt nach Trier

5. Wallfahrtstag – von Burg Ramstein nach Trier

Tagesthema: „Zeit“

---

### **Entschleunigen**      nach Christa Spannbauer

Überkommt euch mitunter das beunruhigende Gefühl, auf der Flucht zu sein? Hetzt ihr durch die Gegend, anstatt durch euer Leben zu flanieren? Ja, die Welt scheint sich immer schneller zu drehen, und wir versuchen, Schritt zu halten. Kein Wunder, dass wir uns gejagt fühlen.

Doch seien wir ehrlich: Meist sind es doch wir selbst, die uns durchs Leben treiben. Wer sagt denn, dass wir alles immer sofort erledigen müssen? Dass alles, was wir tun, perfekt sein muss? Dass wir heute schon die Pläne für nächstes Jahr fertig haben müssen? Entschleunigen heißt nichts anderes, als im gegenwärtigen Augenblick anzukommen und sich in diesem zu verankern. Macht euch bewusst: Wir haben immer mehr Zeit, als wir glauben. Dies bringt die folgende Zen-Anekdote zum Ausdruck, in der ein Schüler den Meister fragt, wie er sein hektisches Leben besser bewältigen könne. Der Meister antwortet: **»Wenn du Zeit hast, meditiere eine Stunde, wenn du keine Zeit hast, dann meditiere zwei.«**

### **Keine Zeit** von Hannelore Bares

#### **Keine Zeit!**

Keine Zeit

auf mich selbst zu sehen und mich selbst zu erkennen.

---

## Mittwoch, 08.05.2024 Frühjahrswallfahrt nach Trier

5. Wallfahrtstag – von Burg Ramstein nach Trier

Tagesthema: „Zeit“

---

### **Keine Zeit!**

Keine Zeit

auf mich selbst zu hören und mich selbst zu verstehen.

### **Keine Zeit!**

Keine Zeit mich selbst zu spüren und mich selbst zu finden.

### **Höchste Zeit!**

Höchste Zeit den Blick zu verändern und mir selbst Beachtung zu schenken.

### **Rosenkranz**

Wir beten einen schweigenden Rosenkranz

„Jesus, der uns Zeit schenkt“

<h3><b>Eifelkreuz</b></h3>
----------------------------

(Ankunft: 08:25

Abmarsch: 08:40)

### **Lebe sogleich! nach Lorenz Marti**

Jetzt weiß ich es. Die Antwort, ist da, es sieht gut aus.

Sehr gut sogar: Ich habe noch fast 35 Jahre zu leben! Woher ich

das weiß? Ein Test im Internet, ein paar Fragen, und schon

erhalte ich Bescheid: Ich werde »mit einer gewissen

Wahrscheinlichkeit« 90 Jahre alt. Das ist doch eine ganz

erfreuliche Perspektive!

---

## Mittwoch, 08.05.2024 Frühjahrswallfahrt nach Trier

5. Wallfahrtstag – von Burg Ramstein nach Trier

Tagesthema: „Zeit“

---

Allerdings habe ich ein bisschen nachgeholfen. Beim ersten Versuch wäre ich nämlich nur 89 geworden, was ich schade fand. Wenn schon so alt, dann würde ich gerne auch noch den Neunzigsten feiern. So habe ich es noch einmal versucht. Es gab nämlich eine Testfrage, die ich auch anders hätte beantworten können. Ich wusste nicht, ob ich ankreuzen sollte, ich sei »öfter depressiv« oder »in glücklicher Grundstimmung«. Als vorsichtiger Mensch wählte ich zuerst die depressive Variante, was die erwähnten 89 Jahre ergab. Nun änderte ich das und erklärte mich zum glücklichen Menschen - und prompt erhielt ich das fehlende Jahr.

Doch die Sache schien mir etwas unsicher, weil ich ja nicht immer glücklich bin. Ich nahm einen dritten Anlauf und kreuzte diesmal beide Möglichkeiten an, was zwar widersprüchlich scheint, aber auf mich am besten zutrifft: öfter depressiv - und in glücklicher Grundstimmung. Und siehe da: Es klappte auch mit dieser etwas paradoxen Variante. Willkommen zu meinem neunzigsten Geburtstag am 06.Juli 2058!

Während ich so rechne, schaut mir der alte Seneca über die Schulter und schüttelt den Kopf:

*»Worauf starrst du?*

*Wonach reckst du dich? Alles, was kommen soll, liegt im Ungewissen. Los, lebe sogleich!«*

Er hat mich erwischt, der Weise aus dem alten Rom.

---

## Mittwoch, 08.05.2024 Frühjahrswallfahrt nach Trier

5. Wallfahrtstag – von Burg Ramstein nach Trier

Tagesthema: „Zeit“

---

Meine Berechnungen sind Spiel und Spekulation, mehr nicht. Selbst die Tatsache, dass eine Schweizer Universität am Online-Test mitgearbeitet hat, garantiert mir noch kein langes Leben.

Für

Seneca kommt es ohnehin nicht auf die Anzahl Jahre an:

*„Man kann auch alt werden, ohne je richtig gelebt zu haben“;  
„So dass »in-mitten der Vorbereitung auf das Leben das Leben endet.«*

Seine Bilanz ist denn auch ziemlich ernüchternd: »Ein kleiner Teil des Lebens ist es, den wir auch wirklich leben.«

Das ist für den römischen Philosophen der entscheidende Punkt. Ein langes Leben ist ein erfülltes Leben, egal, ob es nun 70 oder 90 Jahre dauert: »Es ist nicht wenig Zeit, die wir haben, sondern es ist viel Zeit, die wir nicht nutzen.« Wer alles auf die Zukunft verschiebt, bestiehlt nach Seneca die Gegenwart und verkürzt damit sein Leben.

Umgekehrt gilt: »Das Leben ist lang, wenn man es recht zu nutzen weiß.« Damit ist nicht Nützlichkeit und Effizienz gemeint, sondern die Wertschätzung jedes einzelnen Augenblicks, wie immer dieser auch aussehen mag: »Alle Stunden umfasse mit beiden Armen. So wirst du weniger vom Morgen abhängen, wenn auf das Heute du die Hand legst.«

**„Und was ist nun mit dem Jahr 2058???“**

---



## Mittwoch, 08.05.2024 Frühjahrswallfahrt nach Trier

5. Wallfahrtstag – von Burg Ramstein nach Trier

Tagesthema: „Zeit“

---

*„Vergiss es, lebe jetzt!“*

### Schusterkreuz

(Ankunft: 09:20      Abmarsch: 10:05)

#### **Nimm dir Zeit!**

Nimm dir Zeit zu denken - das ist die Quelle der Macht.  
Nimm dir Zeit zu lesen - das ist die Grundlage der Weisheit.  
Nimm dir Zeit zu arbeiten - das ist der Weg zum Erfolg.  
Nimm dir Zeit zu spielen - das ist das Geheimnis ewiger Jugend.  
Nimm dir Zeit zu ruhen - das ist die Quelle der Kraft.  
Nimm dir Zeit zu träumen - das ist Elixier für dein Leben.  
Nimm dir Zeit zu lieben - das ist das Vorrecht der Götter.  
Nimm dir Zeit, zärtlich zu sein - das ist die Quelle des Glücks.  
Nimm dir Zeit zu lachen - das ist Musik der Seele.  
Nimm dir Zeit, freundlich zu sein - das verändert die Welt.  
Nimm dir Zeit zu trösten - das ist Balsam für die Seele.  
Nimm dir Zeit, barmherzig zu sein - das ist der Weg zum Himmel.  
Nimm dir Zeit zu leben - das ist die Erfüllung deines Lebens.

Nimm dir Zeit anzukommen – und öffne dein Herz für diesen besonderen Moment.

## Mittwoch, 08.05.2024 Frühjahrswallfahrt nach Trier

5. Wallfahrtstag – von Burg Ramstein nach Trier

Tagesthema: „Zeit“

---

### Pilgerversprechen

Im Namen unseres Herrn Jesus Christus.

Amen.

Im Wissen um die Gnade, die ich am Tage meiner Taufe und Firmung empfangen habe, verspreche ich heute, Christus dem Herrn, in seiner Kirche nachzufolgen und mein Leben nach dem Zeugnis der Apostel immer wieder neu zu gestalten.

Ich wähle den Heiligen Matthias zu meinem Schutzpatron.

Durch seine Fürbitte erhoffe ich, die Gnade der Beharrlichkeit zu erlangen.

### Mattheiser Familiengebet

Barmherziger Gott, du hast deinen Sohn Jesus Christus in diese Welt gesandt, um uns zu retten und zu heilen.

Er hat den heiligen Matthias in seine Nähe und Gemeinschaft berufen und ihm das Apostelamt übertragen.

So ist er zum Segen für uns alle geworden.

Wir bitten dich für unsere Bruderschaft, unsere Familien und die Mönchsgemeinschaft in Trier:

Auf die Fürsprache des heiligen Matthias, lass jeden von uns seine Aufgabe in deiner Kirche erkennen.

---

## Mittwoch, 08.05.2024 Frühjahrswallfahrt nach Trier

5. Wallfahrtstag – von Burg Ramstein nach Trier

Tagesthema: „Zeit“

---

Gib uns Mut, die Kraft und die Treue, als lebendige Glieder  
deines Volkes deine barmherzige Liebe den Menschen sichtbar  
zu machen.

Darum bitten wir dich und preisen dich, durch deinen Sohn  
Jesus Christus, der mit dir und dem heiligen Geist lebt und  
herrscht in alle Ewigkeit.

Amen.

***Ach ja...und wo sind eigentlich die Bohnen???***

**Sandsteinfelsen über Trier**

**10:30 – 10:35**

**Am Moselufer**

(Ankunft: 10:55      Abmarsch: 11:00)

**Rosenkranz**

So beten wir nun, auf dem letzten Stück unseres heutigen  
Weges, gemeinsam den Rosenkranz

**„Heiliger Matthias zu dir kommen wir,  
deine Fürbitte erleben wir.“**

**Andacht in der Krypta St. Mattheis**

---

## Mittwoch, 08.05.2024 Frühjahrswallfahrt nach Trier

5. Wallfahrtstag – von Burg Ramstein nach Trier

Tagesthema: „Zeit“

---

(Beginn: 13:00 Uhr)

### Melodie zur Einstimmung

Ich möchte euch alle auch im Namen von Anke und Manfred herzlich in der Krypta begrüßen.

Wir freuen uns sehr, dass ihr so zahlreich erschienen seid und uns so herzlich empfangen habt. Das ist eine schöne Tradition, die uns sehr gut tut und glücklich macht.

Wir beginnen die Andacht gemeinsam mit dem Kreuzzeichen im Namen des Vaters....

Ich bin angekommen.

Ich spüre Freude und Dankbarkeit. Die schnellen und mühsamen Schritte, steinige Wege, Auf- und Abstiege, Blasen, müde Füße, Umwege, Regen, Hitze ... alles ist vorbei. Auch wenn ich noch etwas »mitgenommen« aussehe, ich bin da und niemand kann mir die Erfahrungen meines Weges nehmen.

Ich spüre einen Moment nach, achte auf meinen Atem, meine Gefühle und Gedanken und frage mich:

Worüber freue ich mich?

Was hat mir gutgetan?

Bin ich bei mir angekommen?

---

## Mittwoch, 08.05.2024 Frühjahrswallfahrt nach Trier

5. Wallfahrtstag – von Burg Ramstein nach Trier

Tagesthema: „Zeit“

---

Wofür bin ich dankbar?

Pause

Gott, ich wollte es nicht glauben, als einer mir sagte:

Komm mit! Wir haben ein Ziel!

Nun bin ich da, reich an Begegnungen und Erlebnissen, erfüllt mit Zuversicht und Mut, dankbar für meinen Pilgerweg.

Wir singen das Lied:

**„Eines Tages kam einer“: Liedheft Seite 23 Strophe 2-4**

Alles bei Gott hat seine Zeit.

Das Ankommen hat seine Zeit.

Das Säen der Samen hat seine Zeit, und das Aufgehen der Samen hat seine Zeit; das Wachsen hat seine Zeit, und das Entfalten hat seine Zeit;

das Blühen hat seine Zeit, und das Verwelken hat seine Zeit;

das Ruhen hat seine Zeit, und das Neuwerden hat seine Zeit;

die Frische des Frühjahrs hat ihre Zeit, und die Wärme des Sommers hat ihre Zeit; das Farbenspiel des Herbstes hat seine Zeit, und die Starre des Winters hat ihre Zeit.

Alles bei Gott hat seine Zeit.

---

**Mittwoch, 08.05.2024 Frühjahrswallfahrt nach Trier**

5. Wallfahrtstag – von Burg Ramstein nach Trier

Tagesthema: „Zeit“

---

Nehmen wir unser Leben als ein wertvolles Geschenk an - und geben wir uns selbst Zeit.

*Judith Wenk*

**Gott, ich danke dir**     *Herrad Spielhofer*

Gott ich danke dir für jeden Morgen, jeden Abend, für alle Tage meines Lebens, für die guten und die schlechten und für die Zeit, in der Du mich getragen hast.

Gott, ich danke dir für die Wunder deiner Schöpfung, für die Erde, die uns nährt und trägt, Frucht bringt, bunte Blumen und Kräuter, für Wasser, Wind und jegliches Tier, das auf ihr lebt.

Gott, ich danke dir für alle Menschen, die mich begleiten, meine Last mittragen und meine Gedanken teilen, für ihr Lächeln, ihre freundlichen Worte, ihr Zuhören und dafür, dass sie mich ertragen.

Gott, ich danke dir für deine unendliche Liebe, die mich umfasst, einhüllt, und mir Trost und Hoffnung gibt, immer und überall, bis ans Ende meiner Tage.

Ich danke dir.

Du, mein Herr, mein Gott.

## Mittwoch, 08.05.2024 Frühjahrswallfahrt nach Trier

5. Wallfahrtstag – von Burg Ramstein nach Trier

Tagesthema: „Zeit“

---

### Melodie- Querflöte: The Rose....

#### DIE ERSCHAFUNG DER ROSE von Hoffsummer

Als Gott die Welt erschaffen hatte mit all ihren Wundern und ihrer Schönheit, war er über sein Werk überglücklich. Und wie er alles so betrachtete, kam der Wunsch in ihm auf, der Erde noch etwas zu schenken, etwas, was seine Stimmung widerspiegeln sollte - seine Freuden, seine Verbundenheit mit den Menschen und seine Hoffnungen. Nach langem Überlegen entschied er sich für eine Blume. Er gab dieser Blume zuerst starke Wurzeln, die im Erdreich fest verankert waren. Daraus sollte ein gerader und fester Stängel wachsen mit kleinen, feinen Blättern dran. Stiel und Blätter bekamen eine satte grüne Farbe. Oben ans Stielende, da setzte er eine Knospe, die zu einer wunderschönen Blütenrosette aufplatzte, sobald die Sonne darauf schien. Die Blüte bestand aus unzähligen, seidenweichen, purpurroten und leicht gewellten Blütenblättern. Wenn die Blüte voll geöffnet war, entströmte ihr ein fast betäubender süßer Duft.

Gott betrachtete die Blume und sie gefiel ihm ausgesprochen gut. Die Wurzeln, so dachte Gott, die sollen für meinen Glauben an die Menschen stehen, dass sie immer an mir festhalten und mir vertrauen.

## Mittwoch, 08.05.2024 Frühjahrswallfahrt nach Trier

5. Wallfahrtstag – von Burg Ramstein nach Trier

Tagesthema: „Zeit“

---

Der grüne Stängel mit seinen Blättern soll für meine Hoffnung stehen. Für meine Hoffnung, dass die Menschen die Schöpfung bewahren, und für meine Hoffnung, dass die Menschen etwas Gutes aus ihrem Leben machen. Dass sie mit der Freiheit, sich selbst entscheiden zu können, verantwortungsbewusst umgehen.

Die Blüte aber soll für meine unendliche Liebe stehen, die ich für die Menschen fühle. Für mich sind alle Menschen gleich. Alle Menschen sollen respektvoll miteinander umgehen. Sie sollen sich achten und lieben, helfen und füreinander da sein. Jeder Mensch ist einzigartig und wertvoll.

Wenn die Menschen sich auf mich einlassen, dann werden sie gehalten und getragen von starken Wurzeln, einem festen Stängel, und sie werden sich zu einer wunderschönen Blüte entfalten, aus der die Liebe ausströmt wie ein süßer Duft.

Gott betrachtete sein Werk. Jetzt brauchte er nur noch einen Namen für seine Blume. Er nannte sie »Rose«. Und wo auch die Rose erblühte, sie erfreute die Menschen, berührte ihre Sinne und öffnete die Herzen. Oft wurde sie als Zeichen inniger Liebe verschenkt.

Doch nichts ist vollkommen, auch die Menschen nicht.

So fügten sich im Laufe der Zeit die Menschen viel Leid zu. Sie führten Kriege, stritten und hassten sich; zerstörten Gottes Schöpfung, verspotteten ihn und wandten sich von ihm ab. Ja, die Menschen töteten sogar seinen Sohn. Und jedes Mal war es Gott, als würde ein Stachel sein Herz verletzen; es schmerzte ihn unendlich.

---



## Mittwoch, 08.05.2024 Frühjahrswallfahrt nach Trier

5. Wallfahrtstag – von Burg Ramstein nach Trier

Tagesthema: „Zeit“

---

Da ließ Gott Stacheln an den Rosen wachsen. So steht die Rose nicht nur für die Liebe, sondern auch für Leid und Schmerz. Bis heute aber ist die Rose die Königin unter den Blumen und die Blume der Liebe geblieben. Und auch Gott hält immer noch zu uns Menschen - trotz all unserer Fehler und Unvollkommenheit. Und solange die Rose ihren süßen Duft verströmt, so lange wird auch Gott seine Liebe unter uns verströmen. Heute und alle Zeit.

### Lied: The Rose

Ich lade euch ein, uns an den Händen zu fassen und gemeinsam das „**Vater unser**“ zu beten.

Wünschen wir uns als Zeichen unserer Verbundenheit gegenseitig den Frieden.

### Schlusssegen

Der Herr segne deine Zeit.  
Der Herr segne, was du tust.  
Der Herr segne, wenn du ruhst.  
Der Herr segne alle deine Stunden.

So segne uns der dreieinige Gott im Namen des Vaters...

---

**Mittwoch, 08.05.2024 Frühjahrswallfahrt nach Trier**

5. Wallfahrtstag – von Burg Ramstein nach Trier

Tagesthema: „Zeit“

---

**Schlusslied: Von guten Mächten, Liedheft Seite 14**

Zum Abschluss singen wir gemeinsam „**Von guten Mächten, Liedheft , Seite 14, Strophen 1, 2 und 5**

**Gelobt sei Jesus Christus!!**

**Hotel Vienna House Easy**