

SPÜREN



Atemübung:

Mehrmals täglich stelle ich mich aufrecht hin und fühle meine Kraft.

Ich genieße diese Kraft.

Ich atme tief durch: ein - aus - ein - aus ...

Ich spüre meine Lebenskraft im ganzen Körper.

4. Fastenwoche



SPÜREN



Atemübung:

Mehrmals täglich stelle ich mich aufrecht hin und fühle meine Kraft.

Ich genieße diese Kraft.

Ich atme tief durch: ein - aus - ein - aus ...

Ich spüre meine Lebenskraft im ganzen Körper.

4. Fastenwoche



Die Schöpfung erleben

Wenn du in der Natur unterwegs bist, nimm dir Zeit dafür, einmal zu ertasten, wie sich die Bäume oder das kühle Wasser eines Baches anfühlen.

Wenn man eine Blume berührt oder über das Gras streift, das sich im Wind wiegt, dann kann man auch etwas von der Zärtlichkeit Gottes erspüren ...

Bibel: „Am Abend, als die Sonne untergegangen war, brachte man alle Kranken und Besessenen zu Jesus. Die ganze Stadt war vor der Haustür versammelt, und er heilte viele.“ (Markus 1,32)

Offenes Singen Do. 10. März
um 15.30 Uhr im Andachtsraum, HP B2

Die Schöpfung erleben

Wenn du in der Natur unterwegs bist, nimm dir Zeit dafür, einmal zu ertasten, wie sich die Bäume oder das kühle Wasser eines Baches anfühlen.

Wenn man eine Blume berührt oder über das Gras streift, das sich im Wind wiegt, dann kann man auch etwas von der Zärtlichkeit Gottes erspüren ...

Bibel: „Am Abend, als die Sonne untergegangen war, brachte man alle Kranken und Besessenen zu Jesus. Die ganze Stadt war vor der Haustür versammelt, und er heilte viele.“ (Markus 1,32)

Offenes Singen Do. 10. März
um 15.30 Uhr im Andachtsraum, HP B2