

Gebete

Was nicht bewegt wird, verkümmert

*Bewegung macht beweglich – und Beweglichkeit kann manches in Bewegung setzen.
Daher ist es wichtig, Körper, Geist und Seele beweglich zu halten, sich oft umzuschauen, weiterzudenken,
auch mal aus der Rolle zu fallen, Ungewöhnliches zu wagen und scheinbar Unerreichbares zu versuchen.*

Herr, schenke uns Beweglichkeit für unsere Köpfe – damit wir auch mal quer denken,
schenke uns Beweglichkeit für unsere Hände, damit wir Neues anpacken,
schenke uns Beweglichkeit für unsere Beine, damit wir neue Wege gehen können,
schenke uns Beweglichkeit für unseren Rücken, damit wir den Anforderungen standhalten,
schenke uns Beweglichkeit für unsere Schultern, damit wir Lasten auf neue Arten tragen können und
schenke uns Beweglichkeit für unser Herz, damit wir nicht immer nur an uns denken.

Anschl. Beweglichkeitsübung – Tellerjonglage

Kraft – Kraft geben – Kraft rauben

Niemand weiß, wie weit seine Kräfte gehen, bis er sie versucht hat.

Johann Wolfgang von Goethe

Die Tiefe der Menschenseele birgt unergründliche Kräfte, weil Gott selbst in ihr wohnt.

Franz von Assisi

Kräfte lassen sich nicht mitteilen, sondern nur wecken.

Ludwig Büchner

Impulsfragen

- Was gibt mir Kraft für mein Leben? Was sind meine Kraftquellen?
- Was raubt mir meine Kräfte? Was entzieht mir Kraft?
- Was ist meine persönliche Kraft? Was sind meine persönlichen Stärken?

Gnädiger Gott, wir Menschen besitzen die Stärke, unsere Meinung auszudrücken,
uns gegen andere durchzusetzen, und manchmal sogar auch die Kraft, Berge zu versetzen.
Oft schlummert diese Stärke tief in unserem Inneren und es gilt, diese zu erwecken.
Wir lassen uns oft von unserem Alltag ablenken, statt unsere Kraft und Stärke aus uns herauszuholen,
denn wir widmen uns lieber weniger komplizierten und leichten Aufgaben.
Gib du uns die Kraft, unsere Stärken zu entdecken, sie zu verteidigen und zu akzeptieren.
Gib uns die Weisheit, mit unseren Kräften Haus zu halten und sie richtig dosiert
und für deine Lehren einzusetzen.
Amen.

Gebete

Spiel – the game – spielen

Der Mensch spielt nur, wo er in voller Bedeutung des Wortes Mensch ist,
und er ist nur da ganz Mensch, wo er spielt.

Friedrich von Schiller

Beim Spiel kann man einen Menschen in einer Stunde besser kennenlernen
als im Gespräch in einem Jahr.

Platon

Das Spiel ist so notwendig für das menschliche Leben wie das Ausruhen.

Thomas von Aquin

Die guten Gedanken über das Spiel sind rar, was damit zusammenhängt, dass der theoretische Mensch nicht geneigt ist, das Spiel ernst zu nehmen. Er pflegt sich selbst ernst zu nehmen, und indem er dies tut, entzieht er dem Spiel jeden Ernst.

F. G. Jünger

Impulsfragen

- Womit spiele ich in meinem Leben? Mit meiner Gesundheit? Mit meinen Mitmenschen?
- Was ist wichtig beim „Spiel des Lebens“?
- Was würde ich wofür aufs Spiel setzen?

Guter Gott, du bist ein Spieler.

Du spielst mit uns dein Spiel. Mal verlieren wir, mal gewinnen wir.

Oft spielen wir mit unseren Mitmenschen oder auch mit dir.

Wir taktieren, wir brechen Regeln, wir spielen unfair, nehmen rote Karten in Kauf.

Wir bitten dich, schenke uns die Kraft und die Ausdauer,

in unserem Spiel des Lebens fair zu bleiben und auf unsere Mitspieler zu achten.

Nicht immer uns als „Player of the game“ zu betrachten, sondern Teamplayer zu sein
und somit nach deinen Regeln zu spielen.

Amen.

Gebete von Daniela Otto,

Referentin für Kirche und Sport, DJK DV Köln