



AUS-WEG

Weiser Gott,  
stärke mich dabei  
hinter meiner Kraftlosigkeit und Schwäche  
nicht zu vergessen,  
dass ich in mir innere Kräfte beheimate,  
die mich bis hierher brachten.

Auch wenn ich mich leer und erschöpft fühle,  
ich stehe nicht mit leeren Händen vor dir.

In mir schlummern  
die Zuversicht,  
dass sich alles zum Guten Ende wendet  
das Vertrauen,  
dass ich diese Herausforderung  
allmählich annehmen kann  
der Mut,  
für mich und meine Bedürfnisse gut zu sorgen  
die Dankbarkeit,  
für jeden Menschen und jeden Augenblick  
der mir Zuwendung,  
Liebe und Achtsamkeit schenkt.

Barmherziger Gott,  
in mir reift die Ahnung,  
dass in aller Ausweglosigkeit,  
du dich mir als Ausweg erweist.

