

Entspannen Sie sich und  
beobachten Sie Ihren Atem.  
Begrüßen Sie Gott in einem Gebet.

**Meine Hoffnung und meine Freude,  
meine Stärke, mein Licht:  
Christus meine Zuversicht,  
auf dich vertrau ich und fürcht mich nicht.**

*Gesang aus Taizé © Ateliers et Presses de Taizé, 71250 Taizé, Frankreich*



© Peter Weidemann, in: Pfarrbriefservice.de



- Aus Zuversicht wächst Hoffnung, Freude, Stärke und Licht – welches Bild oder welche Erfahrung ist für mich am stärksten?
- Von Lothar Zenetti stammt die Aussage: „Was Jesus für mich ist? Einer der für mich ist. Was ich von Jesus halte? Dass er mich hält!“ Wann habe ich die Erfahrung gemacht, im Glauben getragen zu sein?
- Ich [höre](#) oder singe das Lied „Meine Hoffnung und meine Freude“. „Christus meine Zuversicht“ – kann ich diesen Gedanken mit Leben füllen?



- Weiter-Sehen: Lothar Zenetti

Du hinter uns  
hinter allem, was war  
Kraft, die hervorbringt  
die Leben will  
Entfaltung

Du in uns  
in allem, was ist  
Kraft, die durchdringt  
die Reifung will  
Verwandlung

Du vor uns  
vor allem, was wird  
Kraft, die vorantreibt  
die Liebe will  
Vollendung

*Lothar Zenetti*

Beide Texte aus: Lothar Zenetti, Auf Seiner Spur. Texte gläubiger Zuversicht © Matthias Grünewald Verlag. Verlagsgruppe Patmos in der Schwabenverlag AG, Ostfildern 2011. [www.verlagsgruppe-patmos.de](http://www.verlagsgruppe-patmos.de)