

# CHRISTSEIN KONKRET

## Campus-Exerzitien

### GLAUBE

1/6



### 1 Halte inne und frage Dich:

Wer bin ich als Person?

### 2 Das sagt die Heilige Schrift:

Dann sprach Gott: Lasst uns Menschen machen als unser Bild, uns ähnlich! So schuf Gott den Menschen als sein Bild, als Bild Gottes erschuf er ihn.

nach Gen 1,26 f.

### 3 Spüre nach:

Was berührt mich?

Welche Orientierung bietet die Bibel?

## 4 Bedenke:

G1/6

### Wer bin ich als Person?

Ich beschreibe mich selbst. Ich finde positive und negative Charakterzüge und erinnere mich an wichtige Stationen in meinem Leben. Ich nehme wahr, wer ich bin, wer ich gerne sein möchte. Mein Selbstbild gibt mir Orientierung. Ich spüre mich und fühle mich authentisch. So bin ich als Mensch ein Abbild Gottes.

## 5 Halte inne und bete:

**Vater unser** im Himmel, geheiligt werde Dein Name, Dein Reich komme, Dein Wille geschehe wie im Himmel so auf Erden.

**Amen.**

## 6 Christsein konkret - heute:

### Spiegelbild

Betrachte Dein Gesicht im Spiegel und schau Dir so achtsam und liebevoll wie möglich in die Augen.

**Du möchtest weitere Impulse oder ein Gespräch?**

### Exerzitienbegleitung:

Markus Brutscher

hochschulseelsorger@kuz-hd.de

Tel.: 06221 / 3263807



# CHRISTSEIN KONKRET

## Campus-Exerzitien

### LIEBE

1/6



### 1 Halte inne und frage Dich:

Wer bin ich in Gemeinschaft?

### 2 Das sagt die Heilige Schrift:

Wenn ich in den Sprachen der Menschen und Engel redete, hätte aber die Liebe nicht, wäre ich dröhnendes Erz oder eine lärmende Pauke.

nach 1 Kor 13,1

### 3 Spüre nach:

Was berührt mich?

Welche Orientierung bietet die Bibel?

## 4 Bedenke:

L1/6

### Wer bin ich in Gemeinschaft?

Ich versetze mich hinein in einen lieben Mitmenschen, der mir zur Zeit nahe steht. Ich fühle mich möglichst tief in dieses Du ein: Wer bin ich jetzt? Was ist mir im Leben wichtig? Welchen Blick habe ich als Du auf mich selbst? ... Nun komme ich gedanklich wieder zu mir zurück. Ich kann dankbar sein für diese liebevolle Beziehung zu meinem Du.

## 5 Halte inne und bete:

**Herr Jesus Christus**, unser tägliches Brot gib uns heute und vergib uns unsere Schuld, wie auch wir vergeben unseren Schuldigern und führe uns nicht in Versuchung, sondern erlöse uns von dem Bösen.

**Amen.**

## 6 Christsein konkret - heute:

### Wortfeld „Liebe“

Ich achte heute besonders auf meine Sprache und versuche das Wortfeld „Liebe“ voll auszuschöpfen: zugewandt, mitfühlend, herzlich, zärtlich, ...

### Du möchtest weitere Impulse oder ein Gespräch?

#### Exerzitienbegleitung:

Markus Brutscher

hochschulseelsorger@kuz-hd.de

Tel.: 06221 / 3263807



# CHRISTSEIN KONKRET

Campus-Exerzitien

**HOFFNUNG** 1/6



## 1 Halte inne und frage Dich:

Auf was hoffe ich wirklich?

## 2 Das sagt die Heilige Schrift:

Die Hoffnung lässt nicht zugrunde gehen, denn die Liebe Gottes ist ausgegossen in unsere Herzen durch den Heiligen Geist, der uns gegeben ist.

nach Röm 5,5

## 3 Spüre nach:

Was berührt mich?

Welche Orientierung bietet die Bibel?

## 4 Bedenke:

H1/6

### **Auf was hoffe ich wirklich?**

Ich spüre in mich hinein und entdecke eine tiefe Sehnsucht danach, letztlich nicht zugrunde gehen zu wollen. Ich frage mich ernsthaft: Was hat mein Leben für einen Sinn, wenn am Ende doch der Tod steht? - In mir regt sich Widerstand gegen diese Sinnlosigkeit. Ich spüre in mir eine Hoffnung wider allen Unsinn in dieser Welt. Wenn doch nur alles in Gott zur Vollendung gebracht werden könnte! Welch großartige Hoffnung wäre das im Heiligen Geist, der uns gegeben ist!

## 5 Halte inne und bete:

**Du, Heiliger Geist,** Dein ist das Reich und die Kraft und die Herrlichkeit in Ewigkeit.

**Amen.**

## 6 Christsein konkret - heute:

### **Geistreich**

Zu jeder vollen Stunde halte ich inne und bete: „Du Heiliger Geist, Dein ist das Reich und die Kraft und die Herrlichkeit in Ewigkeit. Amen.“

**Du möchtest weitere Impulse oder ein Gespräch?**

### **Exerzitienbegleitung:**

Markus Brutscher

hochschulseelsorger@kuz-hd.de

Tel.: 06221 / 3263807

