

# Impuls

## Fastenzeit



Segens  
GEBET

Herr, segne meine Hände, dass sie behutsam seien, dass sie halten können, ohne zur Fessel zu werden, dass sie geben können ohne Berechnung, dass ihnen innewohne die Kraft, zu trösten und zu segnen.

Herr, segne meine Augen, dass sie Bedürftigkeit wahrnehmen, dass sie das Unscheinbare nicht übersehen, dass sie hindurchschauen durch das Vordergründige, dass andere sich wohl fühlen können unter meinem Blick.

Herr, segne meine Ohren, dass sie deine Stimme zu er horchen vermögen, dass sie hellhörig seien für die Stimme der Not, dass sie verschlossen seien für den Lärm und das Geschwätz, dass sie das Unbequeme nicht überhören.

Herr, segne meinen Mund, dass er dich bezeuge, dass nichts von ihm ausgehe, was verletzt und zerstört, dass er heilende Worte spreche, dass er Anvertrautes bewahre.

Herr, segne mein Herz, dass es Wohnstatt sei deinem Geist, dass es Wärme schenken und bergen könne, dass es reich sei an Verzeihung, dass es Leid und Freude teilen könne. Lass mich dir verfügbar sein, mein Gott, mit allem, was ich habe und bin.