



## Fastendialogreise „Ruhe und Frieden“

*Gerade in Krisenzeiten ist es besonders schwer, Ruhe und Frieden zu finden. Dieser Mangel kann sich auch auf uns als Paar auswirken. Deswegen haben wir unsere heurige Fastendialogreise dem Thema „Ruhe und Frieden“ gewidmet.*

Bilder: [www.pixabay.com](http://www.pixabay.com) Text und Bildauswahl: Anita & Martin Deutsch, Seebenstein



*Was verbinde ich mit dem Begriff „Ruhe“? WFIM, wenn ich dir das mitteile?*



*WFIM, wenn ich daran denke, wie viel Ruhe in unserem Alltag herrscht?*



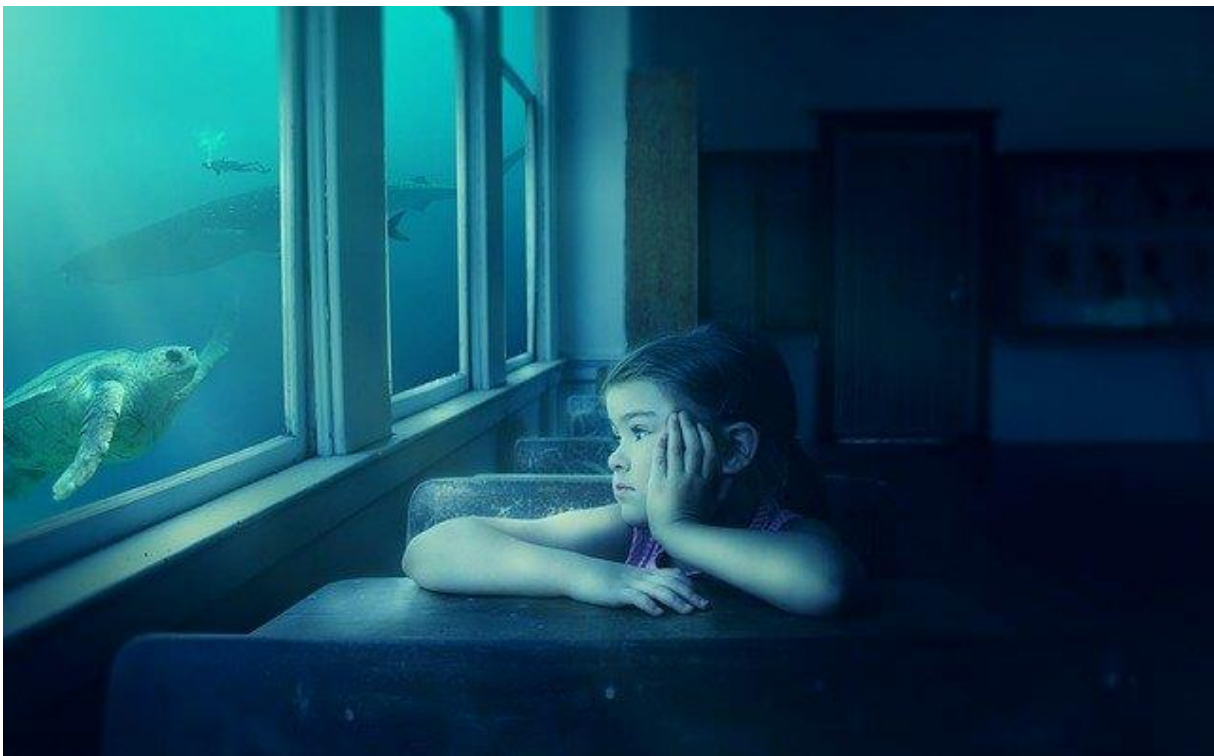
*Wann brauche ich Ruhe ganz besonders? WFIM, wenn ich dir das mitteile?*



*Welches Grundbedürfnis kommt bei mir zum Klingen, wenn ich es schaffe, mir ruhige Phasen zu gönnen? WFIM, wenn ich dir das mitteile?*



*Welche Möglichkeiten sehe ich, mehr Ruhe in unseren Alltag zu bringen? WFIM, wenn ich dir das schreibe?*



*Kommt es bei mir vor, dass es zu ruhig ist? Welches Grundbedürfnis ist da im Mangel? WFIM, wenn ich dir das mitteile?*



**Was verbinde ich mit der Redewendung "In der Ruhe liegt die Kraft"? WFIM, wenn ich dir das mitteile?**



**„Der Herr ist mein Hirte, / nichts wird mir fehlen. Er lässt mich lagern auf grünen Auen / und führt mich zum Ruheplatz am Wasser. Er stillt mein Verlangen; / er leitet mich auf rechten Pfaden, treu seinem Namen. (Psalm 23)**

**WFIM, wenn ich den Zuspruch Gottes im Psalm 23 höre, dass ich "zum Ruheplatz am Wasser geführt" werde? WFIM, wenn ich dir das mitteile?**



*Der heilige Benedikt hat die Grundregel "Ora et labora" empfohlen, also einen Ausgleich aus Ruhe und Arbeit. WFIM, wenn ich daran denke, wie die Balance zwischen Ruhe und Arbeit in meinem Berufsalltag ausfällt? WFIM, wenn ich dir das schreibe?*



*WFIM, wenn ich an das Wort Frieden denke?*



*Welches Grundbedürfnis kommt bei mir sofort zum Klingen, wenn ich mein eigenes Bedürfnis nach Frieden anschaue?*



*Führe ich ein friedliches Leben? WFIM, wenn ich diese Frage beantworte und dir vertrauensvoll mitteile?*



***"Friede - Freude - Eierkuchen" - Wann ist Frieden für mich nur vorgetäuscht und unecht? WFIM, wenn ich dir davon erzähle?***



***Jesus preist diejenigen selig, die Frieden stiften. Wann habe ich in letzter Zeit eine solche Friedens-Stiftung erlebt? WFIM, wenn ich dir davon berichte?***



*WFIM, wenn ich an Phasen des Unfriedens in unserer Beziehung denke? WFIM, wenn ich dir das mitteile?*



*Schon von Anbeginn an haben die Christen einander mit dem Wunsch "Pax tecum" den Frieden zugesagt. WFIM, wenn ich dir diesen Frieden heute am Ostersonntag zusage?*

**Viel Freude beim Schreiben und Austauschen!**