



GAUDETE

Mit den Worten „Freut euch“ (lat. gaudete) wird am 3. Adventsonntag der Gottesdienst eröffnet. Am Adventkranz brennt die rosa Kerze.

Diesmal tragen wir in unsere ABC-Listen Quellen der Freude ein!

Was macht mir wirklich tiefe innerliche Freude?

Was macht mir Spaß, was tue ich gern?

Was hat sich daran geändert im Gegensatz zu früher?

Was hat mir in der Kindheit, Jugend, im Berufsleben, in Partnerschaft und Familie Freude gemacht?

Freude, Fröhlichkeit und Zufriedenheit erwärmen unser Herz und stärken nicht nur unser seelisches Befinden, sondern auch das Immunsystem!

Auch ich kann für andere eine Quelle der Freude sein.

Wem will ich heute ganz konkret womit Freude machen?

