



MISSIONARISCHE DIENSTE

Multiplikatorin  
Magdalene Fuhr  
Grüninger Straße 25  
70599 Stuttgart  
[diakonin.fuhr@gmx.de](mailto:diakonin.fuhr@gmx.de)

Sekretariat  
Michaela Krapf  
0711 45804 9414  
[rue@elk-wue.de](mailto:rue@elk-wue.de)  
[www.missionarische-dienste.de](http://www.missionarische-dienste.de)

Oktober 2020

Liebe Kursleiterinnen, liebe Kursleiter,  
liebe Freunde und Interessierte von Stufen des Lebens,

ich bin keine Freundin von Bonuspunkten und Rabattmarken. Doch seit meiner Erkrankung sammle ich Kur-Taler! Diese gibt es in meiner Apotheke. Für fünf Kur-Taler bekomme ich eine Müslischale. „Welche Farbe möchten Sie denn?“ werde ich gefragt. „Das ist egal. Ich nehme verschiedene Farben“, antworte ich. „Ich brauche sie für einen Glaubenskurs. Die Schale steht für unsere Leben und für das Gebet“. So kommen wir zwischen Rezept und Medikamentenausgabe ins Gespräch über den Glauben.

Inzwischen stapeln sich bei mir die Müslischalen. Hinzu kommen große und kleine, bunte und weiße, getöpferte und bemalte Schalen aus dem Gebrauchtwarengeschäft. Alltagsschalen.  
„Jeden Tag die Schale meines Lebens Gott hinhalten.“

Die Schale symbolisiert in dem neuen Kurs „Beten - Atemholen der Seele“ unsere Lebens-Schale. Mal ist sie reich gefüllt mit dem, was unser Leben tagtäglich ausfüllt. Ein anderes Mal ist sie leer und steht für unsere innere Leere und Bedürftigkeit, aber auch für unsere Offenheit Gott gegenüber.

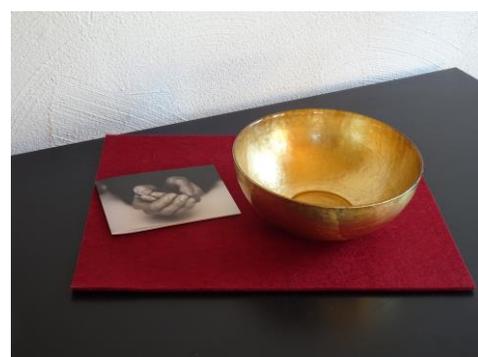
Seit ein paar Jahren steht eine goldene Schale auf meinem Schreibtisch. Eine Freundin hat sie mir geschenkt. Sie lädt mich mitten am Tag zum Innehalten ein. Bei Gott loslassen und empfangen. Sie ist die goldene Mitte, die mir Geborgenheit und Ruhe schenkt, Kraft und Weisheit zum Weitergehen, damit ich mich im Vielerlei des Alltags nicht verliere.

“Hier stehe ich, Gott, vor dir. Eine Schale will ich sein, offen für dich.”  
Verschiedene Rituale und Gebetsimpulse lassen diesen Kurs praktisch werden.

Ich freue mich, wenn wir uns bei einem der Kurse begegnen und ins Gespräch kommen über unseren Glauben und über das, was uns trägt und ermutigt.

Ihre

*Magdalene Fuhr*



## **Eine Schale will ich sein**

Körpergebet - sitzend oder stehend - die Hände als Schale formen

Hier bin ich, Gott, vor Dir!  
Eine Schale will ich sein, offen für dich.  
Fülle mich mit deiner Liebe.

Durchströme mich mit deinem Geist

- mein Denken und Fühlen
- mein Sehen, Hören und Wahrnehmen
- mein Reden
- mein Herz und meine Kraft zu lieben
- mein Handeln in dieser Welt

Gib mir den Mut, mich auf mein Maß zu beschränken

- das Maß meiner Kraft
- das Maß meiner Berufung

Lass mich tief mit dir verbunden sein.  
Dir vertraue ich mich an, du Gott des Lebens.  
Segne mich und lass mich heute  
ein Segen sein für diese Welt.  
Amen.

