

Spirituelle Ausklang

GV Katholischer Frauenbund St.Gallen-Appenzell, 5. Juni 2026

1. **Musik**
2. **Bibelvers**, Sprichwörter 20,15:
Gold gibt es und viele Perlen, ein kostbarer Schmuck aber sind verständige Lippen.
3. **Wir sprechen abwechselnd Sätze:**
Du bist goldrichtig, weil du wunderbare Kuchen backen kannst
Du bist goldrichtig, weil du ein perfektes Protokoll schreibst
Du bist goldrichtig, weil du immer beim Abwaschen hilfst
Du bist goldrichtig, weil du an der Sitzung die richtigen Worte findest
Du bist goldrichtig, weil du uns mit deinen kreativen Ideen begeisterst
Du bist goldrichtig, weil du immer ein gutes Wort für mich hast
Du bist goldrichtig, weil du unsere Dekorationen mit Liebe gestaltest
Du bist goldrichtig, weil du immer Zeit hast
Du bist goldrichtig, weil du gut zuhören kannst
Du bist goldrichtig, weil du da bist!
4. **Bibelvers**, Sprichwörter 20,15:
Gold gibt es und viele Perlen, ein kostbarer Schmuck aber sind verständige Lippen.
5. **Überlege** dir, was für ein Wort ist richtig für meine Kollegin, Nachbarin am Tisch
6. **Kleine Goldschnur** an jemanden verteilen und ein Zuspruch geben: Du bist goldrichtig, weil...
7. **Wir halten** uns an der grossen Goldschnur und beten: «Unsere Mutter im Himmel»

GEBET „UNSERE MUTTER“

Unsere Mutter im Himmel
heilig ist uns deine Liebe.
Sei uns nahe und erfülle uns
wie du Himmel und Erde erfüllst.
Nähre uns mit dem,
was wir bedürfen.
Umarme uns,
wenn wir schuldig geworden sind
und lehre uns, auch die zu umarmen,
die uns weh getan haben.
Wenn wir zu fallen drohen
fang uns auf und zeig uns
die nächsten Schritte.
Denn du bist die Güte, die Liebe
und das Licht – ohne Ende. Amen.

8. **Bibelvers**, Sprichwörter 20,15

Gold gibt es und viele Perlen, ein kostbarer Schmuck aber sind verständige Lippen.

9. **Segenslied**: Du bist ein Segen...

Du bist gesegnet, ein Segen bist du
Text & Musik: Helge Burggrabe

The musical score is written in 4/4 time with a key signature of one flat (Bb). It consists of two systems of music. The first system has four measures with lyrics: 'Du bist ge - seg - net, ein Se - gen bist Du.' The second system has three measures with lyrics: 'Du bist ge - seg - net, ein Se - gen bist Du. A - men.' The score includes various chords (F, C/E, Bb/D, F/C, Bb, F/A, C4-3, Bb/F, F) and performance instructions such as 'beliebig oft wiederholen' and 'Abschluss'. The music is presented in both treble and bass clefs.

*Wenn einer aus seiner Seele singt,
heilt er zugleich seine innere Welt. Wenn alle
aus ihrer Seele singen und eins sind in der Musik,
heilen sie zugleich auch die äußere Welt.*
Sir Yehudi Menuhin