

AM MORGEN

Eröffnung:

Herr, du umgibst mich von allen Seiten, jetzt und in jedem Augenblick meines Lebens.
(Ehre sei dem Vater ...)

Hymnus

Atem holen und ein Blick zu Dir
Drängendes von Wichtigem zu unterscheiden
Herr, gib mir die Kraft dafür.

Loslassen für kurze Zeit
Überblick gewinnen über das, was ist
Herr, gib mir den Sinn dafür.

Frieden spüren, denn du schenkst ihn mir
in der Mitte des alltäglichen Besorgens
Herr, nimm meinen Dank dafür.

frei nach Psalm 5

Höre mich, Herr, achte auf mein Rufen.
Vernimm, was ich dir sage.
Am Morgen danke ich für den anbrechenden Tag,
am Morgen komme ich voll Vertrauen zu dir.

Leite mich, Herr, in deiner Gerechtigkeit,
ebne deinen Weg vor mir.
Ich darf dein Haus betreten dank deiner großen Güte,
voll Ehrfurcht bete ich dich an.

Das wird verstörend sein für jene,
die deine Wahrheit verachten.
Du verabscheust Falschheit und Stolz,
du hasst Vandalismus, Missbrauch und Gewalt.

Doch wer Unrecht tut, wird dich nicht hören,
wer überheblich ist, wird dich nicht erkennen,
wer oberflächlich bleibt, wird dich übersehen,
wer Böses tut, wird dich nicht finden.

Sie richten Unheil an mit ihren Worten,
mit ihren Verleumdungen, mit ihrer List.

Mögen sie sich selbst darin verfangen
und in ihre eigenen Fallen taumeln.

Wirf das Unheil auf sie selber hinab,
das sie anderen bereiten wollten.
Sie mögen sich bekehren und ihre Schuld gestehen.
Sie mögen Buße tun und neu beginnen.

Es sollen sich freuen, die dir vertrauen.
Beschütze alle, die deine Boten der Liebe sind.
Du, Herr, segnest die Gerechten
und schenkst ihnen erfülltes Leben.

frei nach Psalm 32

Glücklich ist, dem Schuld vergeben wurde,
den sie nicht mehr belastet.
Solange ich darüber schwieg,
nagte meine Schuld an mir.

Sie nahm mir meine Leichtigkeit,
sie war eine zermürende Last.
Meine Lebenskraft war wie gelähmt.
Ich verlor jede Freude.

Da bereute ich, was ich getan hatte.
Ich stellte mich meiner Verantwortung.
Ich sprach aus, was geschehen war.
Und du hast mir die Schuld vergeben.

Du hast mir den Weg gezeigt, den ich gehen soll.
Du hast mir Rat gegeben, was ich jetzt tun soll.
So hast du mir die Augen geöffnet und Einsicht geschenkt.
Ich lerne, dich zu verstehen und es wird gut.

Aus der Bibel:

Hat dein Feind Hunger, gib ihm zu essen, hat er Durst, gib ihm zu trinken; so sammelst du glühende Kohlen auf sein Haupt und der HERR wird es dir vergelten. (Spr 25,21-22)

(kurze Stille - mein persönliches Anliegen - Vater Unser)

Gebet

Gott, ich traue dir zu,
dass mein heutiger Tag sinnvoll wird.
Ich weiß nicht, was er alles bringen wird,
aber es ist ein Tag mit dir.
So wie die Luft zum Atmen
spüre ich dich oft nicht.
Und lebe doch von dir und in dir.
Du umgibst mich von allen Seiten.
So atme ich mit aller Kraft
und weiß, dass du in mich hineinströmst,
um meinen Sinn zum Guten zu lenken.
Herr, erbarme dich. Amen.

WÄHREND DES TAGES

Eröffnung: Im Namen des Vaters ...

frei nach Psalm 119 (Resch)

Herr, sieh mein Elend und rette mich.
Verschaff mir Recht und erlöse mich.
Ich bin von Menschen abhängig, die mich quälen.
Ich verabscheue sie, doch ich bin machtlos.

Sie missachten deine Gebote.
Sie stürzen andere und sich selbst ins Unglück.
Herr, lass unter uns dein Wort mächtig werden,
damit wir friedlich in Würde leben.

frei nach Psalm 123

Ich hebe meine Augen zum Himmel empor.
Gott, wir schauen aus nach dir, wir hoffen auf dich.
Gib uns Ausdauer und Stärke.
Denn unser Glaube wird auf die Probe gestellt.

Selbtsichere verachten uns öffentlich.
Ungebildete verspotten uns.
Sie meinen, es besser zu wissen.
Herr, aber wir wissen von dir.

Aus der Bibel:

Gott hat uns nicht einen Geist der Verzagttheit gegeben, sondern den Geist der Kraft, der Liebe und der Besonnenheit. (2 Tim 1,7)

(Ehre sei dem Vater ...)

AM ABEND

Eröffnung:

Herr, du kennst mich. Mit allem, was ich bin, komme ich zu dir. (Ehre sei dem Vater ...)

Hymnus

O Gott, du siehst mit einem Blick
der Menschen Freude und ihr Glück,
den Schmerz, das Leid und auch den Tod,
die Hoffnungslosigkeit der Not.

O Gott, es brodelt diese Welt.
Wo ist der, den du erwählt',
in deinem Sinne Mensch zu sein?
Und ist er machtlos und allein?

O Gott, der du die Welt erschufst,
ich ahne, dass du mich heut rufst,
dir unbeirrbar zu vertrau'n
und dein Reich mit-aufzubau'n.

O Gott, ich will dein Zeuge sein,
heilen, helfen und befrei'n,
Versöhnung sein in Wort und Tat,
dass mancher neue Hoffnung hat.

O Gott, ich glaube, dass du lenkst,
dass du bewirkst, was du gut denkst
für die Menschen; sie sind frei,
zu streben, dass mehr Liebe sei.

frei nach Psalm 6

Herr, lass mich nicht sinnlos leiden.
Meine Krankheit macht mich einsam.
Schmerzen quälen mich und ich bin schwach.
Ich bin verstört und wende mich an dich.

Erlöse mich aus dieser Not und bring mir Hilfe.
Denn wenn ich zu den Toten zähle und nicht mehr bin?
Wie kann ich noch mit dir sprechen?
Wie wirst du dennoch mit mir sein?

Ich bin erschöpft und müde, depressiv und kraftlos.
Ich bin verwirrt und enttäuscht.
Doch bei anderen, die mein Elend sehen,
sehe ich Schadenfreude.

Geht mir aus den Augen!
Lasst mich mit meinem Gott allein.
Er nimmt mich an, wie ich bin.
Er verlässt mich nicht.

frei nach Psalm 25

Zu dir, o Herr, rufe ich, mein Gott, auf dich vertraue ich.
Lass mich nicht scheitern.
Lass nicht zu, dass ich ins Unglück stürze.
Wende dich mir zu, denn ich bin allein.

Befreie mich aus meiner Angst, tröste mich
und führe mich hinaus aus meiner Verzweiflung.
Erhalte mich am Leben, begleite mich.
Lass mich nicht scheitern.

Meine große Schuld bereue ich vom Herzen.
Ich bekenne meine Sünden, vergib mir!
Denk nicht an meine kleinen Verfehlungen.
Hilf mir, ein besserer Mensch zu sein.

Lass mich jenen vergeben, die mich hassen, bekehre sie.
Du führst Irrende zurück auf den rechten Weg.
Zeige mir, Herr, deine Wege.
Lass mich zuversichtlich auf ihnen gehen.

Führe mich in deiner Treue durch dein Wort.
Niemand, der auf dich hofft, geht zugrunde.
Die Kleinen und Schwachen blickst du liebevoll an.
Du lässt dich von ihnen finden.

Wer dir vertraut, wird deine Liebe erfahren.
Wer liebt, erfüllt Gottes Willen.
Er findet sein Glück und wird stolz sein auf seine Kinder.
Gott ist ihnen allezeit nahe.

Ich schaue auf den Herrn.
Denk an mich freundlich und steh mir bei.
Du bist mein Gott, auf den ich hoffe.
Schenke mir das Gefühl von Freiheit.

Du bist gut, gerecht und verlässlich.
Aufrichtig will ich nach deinem Willen leben.
Denk an deine großen Taten seit Anbeginn.
Erlöse aus allen Nöten, die zu deinem Volk gehören.

Aus der Bibel:

Du hast mit allen Erbarmen, weil du alles vermagst, und siehst über die Sünden der Menschen hinweg, damit sie umkehren. (Weish 11,23)

(mein Anliegen für diese Welt - Vater Unser)

Gebet

O Herr, so vieles beschäftigt mich.
Unruhige Gedanken treiben mich vor sich her...
Hilf mir loszulassen.
Mein Atem und mein Herzschlag sollen ruhig werden.
Finde mich mit deinem Frieden
Dann wird es gut. Amen.