

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 31

Herr, ich suche dich, lass mich doch niemals scheitern.
Erlöse mich aus meiner Ratlosigkeit.
Du bist meine Stärke, meine Hilfe, mein Trost.
Lass mich erkennen, was ich tun soll.

Man übersieht mich, man verdreht meine Worte.
Freunde von früher meiden mich.
Die Nachbarn spotten hinter meinem Rücken.
Um mich herum ist Leere und Trostlosigkeit.

Die Zeit verrinnt nutzlos in meinen Händen.
Sorgen halten mich gefangen.
Man hat mich vergessen. Ich bin draußen.
Herr, du siehst mein Elend.

Herr, mein Leben ist in deinen Händen.
Du bist mit meiner Angst vertraut.
Mit dir will ich mich ihr stellen und sie überwinden.
Ich lasse mich nicht unterkriegen.

Herr, lass mich nicht scheitern!
Du wirst mein Unheil wenden.

Ich vertraue dir, denn du bist mein Gott.
Ich deine Hände lege ich mein Leben.

Scheitern sollen jene, die Unrecht tun.
Wer frech redet, soll verstummen.
Wer hochmütig und verächtlich ist,
soll schließlich klein begeben müssen.

Du stehst allen bei, die dich rufen.
Du lässt sie deine Güte erfahren.
Du erhebst sie aus dem Elend
und gibst ihnen einen Ehrenplatz in deiner Gemeinde.

Du bewahrst sie vor Intrigen und Streit.
So leben sie in Frieden und Sicherheit.
Du bist ihnen nahe, sie fürchten sich nicht.
Ihr Herz ist stark, denn sie warten auf den Herrn.

Ich werde voll Freude sein,
wenn ich aufatmen kann.
Rette mich! Ich vertraue dir.
Bei dir ist Geborgenheit.

frei nach Psalm 130

Aus der Tiefe rufe ich, Herr, zu dir.
Herr, höre meine Stimme.
Voll Ehrfurcht komme ich zu dir.
Du hast Worte ewigen Lebens.

Würdest du, Herr, die Sünden beachten,
wer könnte vor dir bestehen?
Doch bei dir ist Vergebung.
Ich hoffe voll Vertrauen auf dein Wort.

Ich warte voll Sehnsucht auf den Herrn.
Mehr als die Nachtwache den Morgen erwartet,
so wartet unser Volk auf den Herrn.
Er wird uns aus allen Sünden erlösen.

Aus der Bibel:

Denkt nicht mehr an das, was früher war; auf das, was vergangen ist, achtet nicht mehr! Siehe, nun mache ich etwas Neues. Schon sprießt es, merkt ihr es nicht? Ja, ich lege einen Weg an durch die Wüste und Flüsse durchs Ödland. (Jes 43,18-19)

(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 (Kaf)

Ich sehne mich nach deinem Wort.
Wann wirst du mich trösten?
Wie viele Tage muss ich noch durchhalten,
bis es besser wird?

Man unterstellt mir, ich hätte Unrecht getan.
Man will mich ausspielen und täuschen.
Wer wird noch zu mir halten?
Hilf mir, erhalt mich am Leben.

frei nach Psalm 120

Herr, ich bin fremd unter diesen Menschen.
Sie lassen mich spüren: Ich gehöre nicht dazu.
Sie sind verschlossen, sie lehnen mich ab.
Sie verdrehen meine Worte, sie suchen Streit.

Herr, wie lange muss ich noch unter ihnen sein?
Ich bleibe friedlich, ich tue nichts Schlechtes.
Herr, gib mir die Kraft, das alles auszuhalten.
Erhöre mich und rette mich.

Aus der Bibel:

Fürchte dich also nicht und hab keine Angst; denn der HERR, dein Gott, ist mit dir überall, wo du unterwegs bist. (Jos 1,9)
(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 brodeln 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 61

Herr, ich bin mutlos und schwach.
Ich kann mir nicht selber helfen.
Sende du mir Hilfe und neue Kraft.
Ermutige mich durch ein gutes Wort.

Wenn du meine Bitten erfüllst,
will ich dir danken und anderen Gutes tun.
Zeige mir, was ich machen kann,
damit dein Reich aufgebaut wird.

Segne die Menschen, die mir vertraut sind.
Schenke langes, glückliches Leben.
Tag für Tag will ich mitwirken,
dass mehr Liebe in diese Welt kommt.

frei nach Psalm 22

Mein Gott, mein Gott, warum hast du mich verlassen?
Warum bist du fern, warum schweigst du?
Mein Gott, ich rufe zu dir am Tag, doch du antwortest nicht.
Ich bete zu dir bei Nacht und finde keine Ruhe.

Du bist heilig, du bist unser starker Gott.
Dir hat dein Volk immer vertraut.
Du hast es oft und oft gerettet.
Es rief zu dir und du hast alles zum Guten gewendet.

Ich jedoch fühle mich wie ein Wurm.
Leute verspotten und verachten mich.
Sie lachen mich aus und schütteln den Kopf.
Sie verziehen ihren Mund zum Lästern.

„Möge ihm sein Gott helfen, wo bleibt er denn?
Er soll etwas für ihn tun, wenn er kann!“
Herr, wo bist du in meiner Not?
Niemand ist da, der hilft.

Wenn ich die Augen schließe, sehe ich Schreckliches,
wilde Tiere umringen mich und brüllen vor Zorn.
Wölfe umkreisen mich mit gierigen Blicken.
Sie reißen ihre Rachen auf und wollen sich auf mich stürzen.

Man entblößt mich und lacht.
Man kann all meine Knochen zählen,
Sie verteilen unter sich, was sie mir weggenommen haben,
sie werfen das Los um mein Gewand.

Ich bin gelähmt vor Angst, ich zittere.
meine Kehle ist trocken, die Zunge klebt am Gaumen.
Man durchbohrt meine Hände und Füße.
Man weidet sich an meinem Schmerz.

Herr, du bist es, der von Anfang an mit mir war.
Schon im Mutterleib hast du mich erkannt,
von Geburt an war ich dein Kind,
geborgen an der Brust meiner Mutter.

Herr, bleib nicht fern! Sei meine Kraft und hilf mir!
Rette mich aus dem Verderben und rette mein Leben.
Dann werde ich erzählen, was du an mir vollbracht hast.
Und deine Gerechten werden sich mit mir freuen.

Denn Gott hat den Verachteten nicht verachtet,
Er hat den Elenden nicht dem Schicksal überlassen.
Er hat nicht weggeschaut, sondern er kam zu Hilfe.
Gott ist der Herr über Lebende und Tote.

Alle Enden der Erde sollen es sehen und umkehren zum Herrn.
Mächtige werden demütig und dienen ihm.
Die Armen sollen feiern, essen und trinken,
denn Gott empfängt sie als seine Gäste.

Vom Herrn wird man allen Generationen erzählen
und seine Taten des Heils verkünden.
Wir werden seine Wunder verstehen.
Er hat das große Werk getan.

Aus der Bibel:

Euch aber, die ihr zuhört, sage ich: Liebt eure Feinde; tut denen Gutes, die euch hassen! Segnet die, die euch verfluchen; betet für die, die euch beschimpfen! (Lk 6,27-28)

(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.