

AM MORGEN

Eröffnung

Herr, ich komme zu dir. Sprich zu mir dein Wort und hilf mir, es zu verstehen. (*Ehre sei dem Vater...*)

Hymnus

Herr und Gott, der diese Welt
erschafft, umsorgt, am Leben hält:
Du sendest Licht nach Dunkelheit.
Dir sei dieser Tag geweiht.

Mit deinem Wort fing alles an.
Darin zeigt sich schon dein Plan
für jede Stunde, jeden Tag,
in allem, was da kommen mag.

Herr, dein Wille soll gescheh'n
auf allen Wegen, die wir geh'n.
Zu Boten hast du uns bestellt
und zu lieben uns erwählt.

Du schenkst Freude, Trost und Mut.
Mit dir wird alles heil und gut.
Herr der Welt und Herr der Zeit:
Du bist Gott in Ewigkeit.

frei nach Psalm 86

Höre mich, Herr, Ich rufe zu dir.
Ich fühle mich müde und schwach.
Wie soll ich diesen Tag überstehen?
Gib du mir die Kraft, die ich brauche.

An irgendetwas würde ich mich gern freuen,
aber ich empfinde nichts.
Es fällt mir schwer, an andere zu denken.
Ich bin sehr mit mir selbst beschäftigt.

Herr, hole mich heraus aus meiner Trägheit.
Öffne mich für diesen Tag und für diese Welt.
Du bist es, an den ich mich wende.
Du bist stark und bereit zu helfen.

Ich will dir danken aus ganzem Herzen.
Mit dir überwinde ich meine Niedergeschlagenheit.
Mit dir habe ich keine Angst vor anderen Menschen.
Mit dir fürchte ich mich nicht vor Gefahren.

Zeig mir heute den Weg, den ich gehen soll,
den Weg, den ich gehen darf mit dir.
Groß ist über mir deine Liebe.
Lass mich dies heute erfahren.

Wende dich mir zu und stärke mich.
Wirke an mir, schenke mir ein Lächeln für die Menschen.
Begleite mich mit deinem Wort,
dann wird es ein guter Tag.

frei nach Psalm 26

Herr, ich gehe meinen Weg mit dir.
Du führst mich sicher durch meine Tage.
Ich vertraue dir und halte mich an deine Wahrheit.
Erforsche mich! Prüfe mein Denken, Reden und Tun.

Ich halte mich fern von Heuchlern.
Ich sitze nicht mit denen zusammen, die Unrecht tun.
Sie sind korrupt, verlogen und gewalttätig.
Mit ihnen will ich nichts zu tun haben.

Ich bin mir keiner Schuld bewusst.
Ich lebe in Frieden mit meiner Familie, mit meinen Freunden.
Ich trete gerne ein in dein Haus, um dir zu begegnen.
Ich liebe die Orte, an denen ich dich finde.

Ich will erzählen, was du unter den Menschen bewirkst,
alle sollen meine Begeisterung miterleben.
Mit dir gehe ich meinen Weg,
aufrichtig, zuversichtlich und voll Vertrauen.

Aus der Bibel:

Wohin ich dich auch sende, dahin sollst du gehen, und was ich dir auftrage, das sollst du verkünden. Fürchte dich nicht, denn ich bin bei dir. (Jer 1, 7-8)

(kurze Stille – mein persönliches Anliegen – Vater Unser)

Gebet

Jeder Tag birgt eine neue Chance in sich.
Ich kann sie nützen
und diesen Tag zu meinem Tag machen,
zu einer guten Zeit meines Lebens.
Auch wenn dieser Tag nichts Besonderes bietet:
Ist nicht mein Alltag mit dir schon etwas Besonderes?
Ich will mich besinnen auf das, was ich habe:
Es ist so viel.
Jeder Tag birgt eine neue Chance in sich.
Dafür danke ich dir, himmlischer Vater,
ich danke dir für deine Liebe. Amen.

WÄHREND DES TAGES

Eröffnung: Im Namen des Vaters...

frei nach Psalm 119 (Sajin)

Herr, dein Wort gibt mir Hoffnung und Trost.
Es sagt mir, was im Leben wichtig ist.
Hochmütige lachen über mich, sie verachten dein Wort.
Das macht mich zornig.

Aber ich halte mich an dir fest.
Tag und Nacht ist dein Wort bei mir.
In ihm entdecke ich den Sinn meines Lebens.
Das verstehe ich immer mehr.

frei nach Psalm 138

Herr, ich danke dir, dass du bei mir bist.
Du gibst mir Rückhalt, du schenkst mir Ermutigung.
Nicht alle meine Wünsche werden erfüllt,
aber du fügst zum Guten, was wichtig ist.

Wenn ich dich rufe, hörst du mich.
Du weckst ungeahnte Kräfte in mir.
In meinen Sorgen und Nöten
sendest du Hilfe, damit ich sie überwinde.

Du erkennst, was Menschen denken und tun.
Freundlich schaust du auf die Liebenden.

Sie haben doch auch deine Worte verstanden.
Sie leben, wie es dir gefällt.

Aus der Bibel:

Ich werde euch erretten, damit ihr ein Segen seid. Fürchtet euch nicht. Stark sollen eure Hände sein.

(Sach 8,13)

(Ehre sei dem Vater)

AM ABEND

Eröffnung

Gott, nimm an meine Gedanken, meine Worte, meine Stimmung. Wirke in sie hinein. Begegne mir im Raum deiner Gegenwart. *(Ehre sei dem Vater...)*

Hymnus

Führt mich auch dein hartes Wort
schwer prüfend in die Wüste,
in die Einsamkeit:
Ich bin schon bereit.

Im Vertrauen auf den Weg
da wir uns einst begegnen
fürchte ich mich nicht,
suche ich dein Licht.

Nimm mein Leben an von mir,
schenk mir den Blick der Liebe.
Langsam werd' ich frei.
Was du willst: Es sei.

frei nach Psalm 71

Gott, ich rufe zu dir, erhöre mich.
Lass mich doch niemals scheitern.
Lass mich deine Nähe spüren
und gib mir die Kraft, die ich brauche.

Als Kind habe ich dich kennengelernt.
In meiner Jugend habe ich auf dein Wort gehört.
Es ist mir vertraut geblieben
in all den Jahren meines Lebens.

Ich habe Höhen und Tiefen erlebt.
Ich kenne Begeisterung und Verzweiflung.
Ich erlebe das kleine Glück des Alltags,
das nicht selbstverständlich ist.

Auch wenn ich jetzt alt und grau bin,
wenn meine Kräfte schwinden,
Gott, du verlässt mich nicht.
Du bist bei mir. Das zählt.

Man sagt, ich sei nutzlos, man braucht mich nicht,
Man sagt: Ich bin eine Last.
Denn ich kann nur wenig tun.
Vor allem brauche ich Hilfe.

Aber ich habe etwas zu sagen.
Ich will Erfahrungen weitergeben:
Den Jungen erzähle ich, wie Gott unter uns wirkt.
Er hat Großes und Wunderbares vollbracht.

Herr, zeige mir meinen Platz in diesem Leben.
Belebe mich und brauche mich.
Dann will ich froh Anteil nehmen an allem Geschehen
und dankbar sein für jeden Tag.

frei nach Psalm 67

Gott sieht freundlich auf uns, er segnet uns.
Er lässt seine Gegenwart über uns leuchten.
Auf der ganzen Erde soll man seine Wege erkennen,
die zum Guten führen.

Alle Völker sollen dir danken, o Gott,
und deine Güte erkennen.
Die Nationen leben versöhnt und in Freiheit.
Du führst sie auf Wegen des Friedens.

Alle Völker sollen dir danken, o Gott.
Das Land trägt reichlich seine Früchte.
Gott sieht lächelnd auf uns.
Alle Menschen sollen sich freuen.

Aus der Bibel:

Alles, was deine Hand, solange du Kraft hast, zu tun vorfindet, das tu! Denn es gibt weder Tun noch Rechnen noch Können noch Wissen in der Unterwelt, zu der du unterwegs bist. (Koh 9,10)

(mein Anliegen für diese Welt – Vater Unser)

Gebet

Herr, der Tag geht zu Ende.

Ich blicke zurück auf Straßen, Zimmer, Tische,
aber besonders auf Menschen.

Ich habe mit ihnen gesprochen, habe gelächelt.

Ich habe mit ihnen gearbeitet und gegessen.

Ich bin ihnen begegnet

und wohl auch auf die Nerven gegangen.

Ich habe sie gereizt, getröstet, geliebt.

Dies alles und mehr, o Herr, habe ich Menschen getan –
das alles habe ich dir getan.

Vergib mir, tröste mich, bleibe bei mir. Amen.