



Vom Morgen bis zur Nacht: Impulse zum Beten

Als pdf verfügbar unter:
www.katholisches-flingern-duesseldorf.de

Da formte Gott, der Herr, den Menschen, Staub vom Erdboden, und blies in seine Nase den Lebensatem. So wurde der Mensch zu einem lebendigen Wesen.
Genesis, 2,7

Du
Kraft über mir
Du
Kraft der Geschichte

Du
Kraft in mir

Hände hast Du mir gegeben
und Geist
Gefühl und Energie

Ich will heute tun, was dem Menschen dient
Ich will
mit meinen Händen ein Stück Welt gestalten
mit meinem Geist die Möglichkeiten ertasten
mit meinem Gefühl das Rechte erspüren
mit meiner Energie alle Hürden überwinden

Lass mich erleben
dass ich Anteil habe an Dir
Du
göttliche Kraft

Anton Rotzetter, aus: Gott, der mich atmen lässt, S.18

Start in den Tag

Mit dem Himmelreich ist es wie mit einem Senfkorn, das ein Mann auf seinen Acker säte. Es ist das kleinste von allen Samenkörnern, sobald es aber hochgewachsen ist, ist es größer als die anderen Gewächse und wird zu einem Baum, so dass die Vögel des Himmels kommen und in seinen Zweigen nisten. Matthäus 13,31-32

Danken will ich für alle,
die mich herausfordern
durch ihr Anderssein,
ihren Widerstand, ihre Kritik.
Nicht immer sind sie mir willkommen,
aber wenn ich sie annehme,
wachse ich an ihnen.

Dir lasse ich die Menschen,
die ich nur schwer ertrage.
Bewahre mich davor,
auf sie herabzusehen
und ihnen achtlos zu begegnen.

Danken will ich Dir,
Freund aller Menschen,
für die, denen ich verbunden bin
im Glauben an Dich.
Es ist Dein Wohlwollen,
das mich nicht allein sein lässt
auf dem Weg zu Dir.

Segne Du unsere Begegnungen,
dass wir einander Mut machen,
Dir zu vertrauen,
der Du uns alle
liebervoll umfängst.

Antje Sabine Naegeli, Umarme mich, damit ich weitergehen kann,
S.172f

Kleine Pause

Ich will dich rühmen, Herr, meine Stärke, Herr, du mein Fels, meine Burg, mein Retter, mein Gott, meine Feste, in der ich mich berge, mein Schild und sicheres Heil, meine Zuflucht. Psalm 18,2-3

Psalm 18

mit meinem Gott
überspringe ich mauern
mit ihm
wird hell
was dunkel war

mit meinem Gott
springe ich schnell von stein zu stein
kein hindernis ist zu hoch

mit meinem Gott
lernen meine hände zu handeln
und den händeln zu widerstehen

mein Gott
ist mir geneigt
seine augen schauen mich an
seine rechte stützt mich
er macht mich groß

meine schritte greifen aus
weil er bei mir ist
und meine Knöchel wanken nicht

mein Gott
mit dir überspringe ich mauern
dir will ich danken
aus ganzem herzen

Susanne Körber

Mittagspause

Sammelt euch Schätze im Himmel, wo weder Motte noch Wurm sie zerstören und keine Diebe einbrechen und sie stehlen. Denn wo dein Schatz ist, da ist auch dein Herz. Matthäus 6,20-21

Möge Gott der Herr
uns über alle Zeiten und Gezeiten
hinweg führen fröhlichen Herzens
weil wir seinen Frieden in uns tragen
der uns mit allen und allem versöhnt
weil seine Liebe in uns wohnt
die uns unendlich macht
die uns aber auch zurückholt
zu unseren Tagesresten
zu unseren Widersprüchen
zu unseren Konflikten
uns zurückführt in unsere Wohnküchen
zu unseren Schlafstätten
an unsere Schreibtische
an unsere Drehbänke und Reparaturwerkstätten
in unsere Studios und Ateliers
Kindergärten und Altersheime
Um wieder von Neuem zu beginnen.
Behutsam zwar
aber um im Laufe der Zeit
immer sicherer zu werden.

Hanns Dieter Hüsck, Das kleine Buch zum Segen, S.20

Feierabend

Ich hebe meine Augen auf zu den Bergen: Woher kommt mir Hilfe? Meine Hilfe kommt vom Herrn, der Himmel und Erde gemacht hat. Psalm 121, 1-2

Am Ende
fließt alles zurück
in den Schoß der Nacht

Ich weiß,
dass ich geborgen bin
und getragen

So will ich alles loslassen
den Schmerz, die Mühe und alle Wunden
die Lust, das Lachen und alle Beschwingtheit

Ich will loslassen
was ich gehört und gesehen
gesagt und getan habe

Ich will alles loslassen
Freunde und Feinde
auch mich selbst

Wie ein Kind an der Brust der Mutter
lass mich schlafen
im Schoß der Nacht
bei Dir
Du unendliche Liebe

Anton Rotzetter, Gott, der mich atmen lässt, S.30

Nachtebet