



Vom Morgen bis zur Nacht: Impulse zum Beten

Als pdf verfügbar unter:
www.katholisches-flingern-duesseltal.de
 Foto: Susanne Körber

*Unsere Hilfe ist im Namen des Herrn,
 der Himmel und Erde erschaffen hat.
 Psalm 124,8*

Du unser Gott, du unser Trost,
 am Morgen rufen wir zu dir.
 Erhebe, Herr, dein Angesicht,
 komm, send uns deines Lichtes Spur.

Wir fürchten Menschenmacht und Schuld
 und bangen um des Friedens Kraft.
 Breit' deinen Segen über uns;
 komm, lenke unser Herz zu dir.

Sprich du das Wort, das Leben schafft
 und sende aus des Geistes Kraft,
 dass Licht in unser Dunkel bricht
 und jeder Schrecken von uns weicht.

Erfülle uns mit deinem Klang
 und tauche uns in Morgenlicht;
 lass' staunend durch die Welt uns geh'n,
 die neu wird durch dein Schöpferwort.

Gott, dir sei Lob zu jeder Stund'
 in Jesus Christus, deinem Sohn,
 der durch den Geist uns Leben schenkt,
 für alle Zeit und Ewigkeit. Amen.

*Auch zu singen nach
 "Bevor des Tages Licht vergeht" GL 663
 Susanne Körber*

Start in den Tag

Einladend
 ist der Stuhl
 neben der Birke
 auf dem Titelbild.

Gedanklich
 setze ich mich darauf
 und halte meine Seele in die Sonne
 deiner heilsamen Gegenwart.

Stark wie ein Baum
 stehst du mir zur Seite,
 bietest mir Schutz unter den Zweigen
 deiner himmlischen Verheißungen.

Lauschen will ich
 dem leisen Rauschen deines Geistes
 in den Blättern meines Alltags
 und atme auf.

Einen Moment lang
 muss ich nichts erledigen
 und überlasse mich
 dem Empfangen.

Benedikt Bünnagel

Kleine Pause

*Herr, du hast mich erforscht und du kennst mich.
 Ob ich sitze oder stehe, du weißt von mir.
 Von fern erkennst du meine Gedanken.
 Ob ich gehe oder ruhe, es ist dir bekannt;
 du bist vertraut mit all meinen Wegen.
 Psalm 139,1-3*

*Ja, du lässt meine Leuchte erstrahlen,
der Herr, mein Gott, macht meine Finsternis hell.
Ja, mit dir überrenne ich Scharen,
mit meinem Gott überspringe ich Mauern.
Psalm 18, 29-30*

Dass du unsere Dunkelheit hell machst
dass du uns voller Liebe anschaust
dass du die Kraft des Friedens in uns legst
dass du uns stark machst
darum bitten wir
mitten am Tag.

Dass wir freundlich sind
dass unser Herz groß ist
dass wir Mut zeigen
dass die Ideen sprudeln
dass wir lachen und tanzen mögen
dazu hilf uns
mitten am Tag!

Susanne Körber

Mittagspause

*Die mit Tränen säen, werden mit Jubel ernten.
Sie gehen, ja gehen und weinen
und tragen zur Aussaat den Samen.
Sie kommen, ja kommen mit Jubel
und bringen ihre Garben.
Psalm 126,8*

Wenn alles getan ist,
Gott,
dann leg' ich jetzt die Hände in den Schoß, ja?

Noch wirbelt der Tag
durch meine Gedanken.
Noch tanzen Worte und Menschen
durch meinen Kopf.

Draußen wird es ruhiger.
Gerade möchte ich gar nichts tun als Sein.

Ich richte mich ein:
Mit mir.
Mit dir, Gott.
Sei du mein Sessel,
meine Ruhebank,
mein Abendbrot.
Ich atme tief ein.
Ich atme aus.

Feierabend!

Susanne Körber

Feierabend

*Während Josef noch darüber nachdachte,
erschien ihm ein Engel des Herrn im Traum.
Matthäus 1,20*

Müde bin ich
und die Anspannung
steckt noch in meinen Gliedern.

Ausruhen möchte ich
bei Dir im Schutzraum der Nacht
und neue Kraft schöpfen.

Dankbar für das Geschenk des Lebens
bringe ich zu dir,
was mich heute bewegt hat.

Nimm an dein Herz,
was mir noch nachgeht,
damit ich es loslassen kann.

Sobald die Stimmen des Tages schweigen,
lass mich hören deine Botschaft
in meinen Träumen.

Wache über mich
und sei bei meinen Lieben,
die ich deiner Obhut anvertraue.

Und wenn der Morgen mich weckt,
dann führe mich ins Heiterhelle
des neuen Tages.

Benedikt Bünnagel

Nachtgebet