

Meditatives Stundengebet Reihe 3

Täglich im Gebet verbunden. Auch ohne körperliche Nähe oder Internet.
Zum mir selber kommen, eine umfassende Gemeinschaft erleben, in der Stille
zu Gott finden



Herzlich willkommen zum meditativen Stundengebet! Dieses Gebet ist für Menschen mit unterschiedlichen religiösen Hintergründen gedacht. Jeder Wochentag hat sein eigenes Programm. **Am Dienstag findet anstelle des meditativen Stundengebetes die Friedensmeditation statt.** (siehe Homepage)

Wir beten von zuhause aus, **täglich um 19.00 bis ca. 19.25.** Du kannst gelegentlich oder regelmässig teilnehmen. Wer möchte, kann schon um **18.45** mit einer **Stille-Meditation** beginnen.

Wenn Du mit Namen dabei sein willst, schicke ein Mail an astrid.rotner@kathluzern.ch

Sonntag

Der Anblick gibt den Engeln Stärke



Begrüßung

Ich vergegenwärtige mir alle Menschen, die mitbeten, und begrüße sie. Auch wenn ich ihre Namen/ihre Person nicht kenne.

Eröffnung

Gott, Du bist meine Quelle und mein Heil. Auf Dich vertraue ich.

Betrachtung

Du

Sollst Dich selbst unterbrechen

Zwischen

Arbeiten und Konsumieren

Soll Stille sein und Freude

Zwischen

Aufräumen und Vorbereiten

Sollst du es in dir singen hören
Gottes altes Lied
Von den sechs Tagen
Und dem einen, der anders ist
Zwischen
Wegschaffen und Vorplanen
Sollst du dich erinnern
An diesen ersten Morgen
Deinen und aller Anfang
Als die Sonne aufging
Ohne Zweck
Und du
Nicht berechnet wurdest
In der Zeit
Die niemandem gehört
Ausser dem Ewigen
Dorothee Sölle

Vers zur Stille

Voller Dankbarkeit und Demut trete ich ein in die Stille des Gottesgeistes. Ich lasse mich davon umgeben und werde sein Ort.

Stille ca. 10 Minuten

Lobgesang der Erzengel

Die Sonne tönt nach alter Weise
In Brudersphären Wettgesang
Und ihre vorgeschriebne Reise
Vollendet sie mit Donnergang
Ihr Anblick gibt den Engeln Stärke
Wenn keiner sie ergründen mag
Die unbegreiflich hohen Werke
Sind herrlich wie am ersten Tag
Und schnell und unbegreiflich schnelle
Dreht sich umher der Erde Pracht
Es wechselt Paradieseshelle

Mit tiefer, schauervoller Nacht
Es schäumt das Meer in breiten Flüssen
Am tiefen Grund der Felsen auf
Und Fels und Meer wird fortgerissen
Im ewig-schnellen Sphärenlauf.
Und Stürme brausen um die Wette
Vom Meer aufs Land, vom Land aufs Meer
Und bilden wütend eine Kette
Der tiefsten Wirkung ringsumher
Da flammt ein blitzendes Verheeren
Dem Pfade vor des Donnerschlags
Doch Deine Boten, Gott verehren
Das sanfte Wandeln Deines Tags
Der Anblick gibt den Engeln Stärke
Da keiner Dich ergründen mag
Und alle Deine hohen Werke
Sind herrlich wie am ersten Tag

Johann Wolfgang Goethe, Faust

Freie Fürbitten ca. 5 Minuten

Ich bete nach meiner eigenen Wahl für verschiedene Anliegen, für einzelne Menschen, für Gruppen und Völker, für mich selber.

Vater unser

Ich bete das traditionelle Vaterunser oder die Version der Bibel in gerechter Sprache

Du, Gott, bist uns Vater und Mutter im Himmel
Dein Name werde geheiligt
Deine gerechte Welt komme
Dein Wille geschehe
Wie im Himmel so auf der Erde
Das Brot das wir brauchen gib uns heute
Erlasse uns unsere Schulden

Wie auch wir denen vergeben
Die uns etwas schuldig sind
Führe uns nicht zum Verrat an Dir
Sondern löse uns aus dem Bösen
Denn Du allein regierst gerecht
Du bist mächtig
Dir gebührt die Ehre in Ewigkeit
Amen

Lied oder Gebet

Ich singe ein geistliches Lied meiner Wahl oder spreche mein Lieblingsgebet

Segen

Wir senden einander den Segen Gottes

Die Liebe Gottes
Segne und behüte uns
Sie stärke und befreie uns
Sie tröste und beflügle uns
Sie öffne unser Herz
Und schenke uns das Leben in Fülle
Amen

Verabschiedung

Ich verabschiede mich von allen Menschen, die mitbeten.
Ich bin ganz bei mir selber, du bist ganz bei dir selber, und im Fluss des Lebens
sind wir verbunden.