

Evangelische Tochtergemeinde A.B. Haid
Adalbert-Stifter-Straße 15
4053 Haid
Tel.: 07229 87 6 78
Mail: haid@evang.at
www.evang-haid.at



Eine Andacht für daheim

- von Vikar Werner Graf

Am Anfang

Die Andacht richtet sich an den Dreieinigen Gott,
an den Vater und den Sohn und den Heiligen Geist.
Amen

Falls ein Gesangbuch zur Hand ist:

Lied: Evangelisches Kirchengesangbuch: Nr. 432: 1-3 „Gott gab uns Atem“

Das Gebet ist der Atem des Leibes und der Seele

Die alten Wüstenväter pflegten im 3. Jahrhundert nach Christus eine körperfreundliche Gebetshaltung.

Wir lernen von ihnen heute: beim Einatmen richten wir eine persönliche Bitte an Gott. Beim Ausatmen richten wir unseren Dank an Gott.

Wir tun das, ohne dass wir das Gebet laut aussprechen. Wir konzentrieren uns ganz auf das Atmen. Wir beginnen mit dem Ausatmen.

Gebetsübung

Ausatmen: wofür bin ich heute besonders dankbar?

Einatmen: was ist meine Bitte für den heutigen Tag?

Ausatmen: wofür kann ich mich bei meinen lieben Verwandten bedanken?

Einatmen: was wünsche ich von meinen lieben Verwandten?

Ausatmen: wofür bedanke ich mich bei meinen Nachbarn?

Einatmen: wofür bitte ich meine Nachbarn?

Ausatmen: Was ist mein ganz persönlicher Dank an Gott?

Einatmen: was ist meine ganz persönliche Bitte an Gott?

Ausatmen: selbst formulierter Dank.

Einatmen: selbst formulierte Bitte.

Stille

...bitte wenden

Falls ein Gesangbuch zur Hand ist:

Psalm 25: Evangelisches Kirchengesangbuch Nr. 713

Lesung: Was ist gut, was ist gerecht, was ist lebendig und echt? Lass es mich versteh'n, was wirklich zählt. Gib mir dein Wort für mein Herz. Gib mir ein Herz für dein Wort, das mich trifft und trägt auf meinem Weg. Du bist noch, ehe ich bin. Du wirst noch sein, wenn ich schon war. Halte lebenslang zu mir, mein Gott. Öffne mein Herz für dein Wort. Öffne dein Wort für mein Herz, das mich reifen lässt und leben lehrt.

Amen

Falls ein Gesangbuch zur Hand ist:

Lied: Evangelisches Kirchengesangbuch Nr. 251, 1-3 + 6 + 7 „Herz und Herz...“

Vater Unser

Vater Unser im Himmel.

Geheiligt werde dein Name

Dein Reich komme.

Dein Wille geschehe wie im Himmel so auf Erden

Unser tägliches Brot gib uns heute.

Und vergib uns unsere Schuld

wie auch wir vergeben unseren Schuldigern.

Und führe uns nicht in Versuchung,

sondern erlöse uns von dem Bösen.

Denn dein ist das Reich

und die Kraft und die Herrlichkeit

in Ewigkeit.

Amen.

Am Ende

Es segne dich der Allmächtige und Barmherzige Gott:

Der Vater und der Sohn und der Heilige Geist.

Amen