

Evangelische Tochtergemeinde A.B. Haid  
Adalbert-Stifter-Straße 15  
4053 Haid  
Tel.: 07229 87 6 78  
Mail: [haid@evang.at](mailto:haid@evang.at)  
[www.evang-haid.at](http://www.evang-haid.at)



## Eine Andacht für daheim

von Vikar Werner Graf

*Sonntag Laetare, 22. März, 2020 – eine kleine Vorfreude auf Ostern*

### **Am Anfang**

Die Andacht feiern wir im Namen des Dreieinigen Gottes,  
im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes.  
Amen

*Falls ein Gesangbuch zur Hand ist:*

**Lied: Evangelisches Kirchengesangbuch: Nr. 650: 1-4 „Die Erde ist des Herrn“**

### **Das Gebet ist der Atem des Leibes und der Seele**

Wiederum stärken wir unseren inneren Akku, in dem wir auf unseren Atem achten.  
Besonders wichtig ist uns heute zweierlei: **das Einatmen als ein Aufatmen:** Gott vergisst uns nicht. Und **das Ausatmen als ein Seufzen: Der Barmherzige gibt sich uns als der Bewahrer und Beschützer zu erkennen.**

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:* worum 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 84: Evangelisches Kirchengesangbuch Nr. 713**

**Ermütigung:** Liebe Gemeinde! Es gibt derzeit viele Appelle, was zu tun oder zu lassen ist. Und doch ist es so, dass uns - trotz dieser vermeintlichen Sicherheit – Angst breit macht. Die Frage ist: was machen wir gegen die Angst? was gibt uns Halt? Was gibt uns Hoffnung? Was hilft uns weiter? Was wir jetzt brauchen, sind keine heldenhaften Lichtgestalten, die von uns fordern, was einige zustande bringen mögen und woran andere kläglich scheitern. Was wir jetzt brauchen, ist das Licht Gottes, das unsere Zweifel, Ängste und Sorgen erträglich macht. Das Licht des Schöpfers trägt und tröstet uns durch die Sorgen, Ängste und Zweifel hindurch und verspricht uns: ja, es gibt es: das Licht am Ende des Tunnels, selbst wenn es derzeit für uns noch nicht sichtbar ist. Ja, es gibt es: das Licht Christi, das uns den Weg durch „das Tal des Todes“ vorausleuchtet. Ja, sie gibt sie: die Nähe des Geistes Gottes, die alle Distanz überwinden hilft, die wir jetzt ertragen müssen. Ja, es gibt sie: die Gemeinschaft auf unserer Erde und die Gemeinschaft in unserer Kirche, selbst wenn wir sie derzeit schmerzlich vermissen. Gott macht sie für uns auf geheimnisreiche Art spürbar und teilbar!

Amen

*Falls ein Gesangbuch zur Hand ist:*

**Lied: Evangelisches Kirchengesangbuch: EG 597: „Wo zwei oder drei..“  
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 und behüte dich der allmächtige und barmherzige Gott:  
Der Vater und der Sohn und der Heilige Geist.

Amen

**Da gibt´s eine geistliche Ermütigung als Podcast**

<https://www.evangelium-haid.at>