

Pause machen, Atem holen: Gebete

.

Alle Sinne öffnen für Gott

Gott, öffne meine Augen,
damit ich dich entdecke
in allem, was mir begegnet:
in dieser Zeit der Stille,
verborgen in meinem Tag.

Gott öffne meine Ohren,
damit ich deine leisen Töne höre:
im Gewirr der Stimmen,
in den Geräuschen meines Alltags,
im Lärm der Informationen,
und in den Worten auf Papier.

Gott öffne mein Herz,
damit es weit werde
zu liebevollem Sein
mit mir, mit dir
und mit dem Menschen neben mir.

Verfasser unbekannt

Einfach da sein

Einfach
da sein
ist
nicht einfach

einatmen
da sein
ausatmen
einfach
im Atem sein
in Gottes
sanftem
Lebensstrom
einfach
da sein
vor Gott
alles sein lassen
weil
er da ist

und
Gottes
Lebensmelodie
fängt wohl
zu singen
an.

Fridolin Löffler

Lebendiger Gott

Der mich atmen lässt, bist du lebendiger Gott,
der mich leben lässt, bist du, lebendiger Gott,
der mich schweigen lässt, bist du, lebendiger Gott
der mich reden lässt, bist du, lebendiger Gott

Der mich warten lässt, bist du, lebendiger Gott,
der mich handeln lässt, bist du, lebendiger Gott,
der mich Mensch sein lässt, bist du, lebendiger Gott,
der mich atmen lässt, bist du lebendiger Gott

Der mich pflanzen lässt, bist du, lebendiger Gott,
der mich wachsen lässt, bist du, lebendiger Gott,
der mich reifen lässt, bist du, lebendiger Gott,
der mich atmen lässt, bist du, lebendiger Gott

Der mich glauben lässt, bist du, lebendiger Gott,
der mich hoffen lässt, bist du, lebendiger Gott,
der mich lieben lässt, bist du, lebendiger Gott,
der mich atmen lässt, bist, lebendiger Gott.

Der mich weinen lässt, bist du, lebendiger Gott,
der mich lachen lässt, bist du, lebendiger Gott,
der mich trösten lässt, bist du, lebendiger Gott,
der mich atmen lässt, bist du, lebendiger Gott.

Der mich tanzen lässt, bist du, lebendiger Gott,
der mich still sein lässt, bist du, lebendiger Gott,
der mich singen lässt, bist du, lebendiger Gott,
der mich atmen lässt, bist du, lebendiger Gott.

Beten

Beten
indem man atmet
die Augen schließt
sich verwahrt
sich auf tut und schaut
plant organisiert
es gut machen will
die Sache einrenkt
weiterdenkt

Beten im Gehen
auf eigenen Beinen
im Rollstuhl
in und mit dieser Welt

Arbeit als Gebet
die Phantasie und die Hoffnung
die Aufmerksamkeit
der innere Ruck
das Telefongespräch

Beten im Alltag
in allem und jedem
im Zimmer das Glück
das Glas in der Hand
Umarmung Gebet mit der Haut
Gebet der Zärtlichkeit

Beten jeden Tag neu
der graue Morgen
der Regentag und die Sonne im Herbst
und ach Gott einfach nur so
und doch einfach Vertrauen
einfach du Gott

nach Lothar Zenetti, Beten durch die Schallmauer

Einfach da sein

Eine Pause einlegen
und da – sein
Nicht mehr und nicht weniger
Einfach da sein:
die eigene Unruhe spüren und zulassen
Einfach da sein:
die Kraft des Schweigens erfahren
Einfach da sein:
und Gott mit Leib und Seele spüren

Eine Pause einlegen:
Luft holen
die Spannung unterbrechen
die Gedanken sammeln
ich bringe vor dich
das, was
ganz
rund
schön war
was gut getan hat
das, was gebrochen ist
verletzt
was unverstanden und verloren ist
bringe ich vor dich
schau alles
mit deinen gütigen Augen an
füge zusammen
und heile, tröste und belebe mich!

Beten

Der mich beten lässt, bist du, lebendiger Gott,
der mich preisen lässt, bist du, lebendiger Gott,
der mich bergend hält, bist du, lebendiger Gott,
der mich atmen lässt, bist du, lebendiger Gott.

Der mir Freude schenkt, bist du, lebendiger Gott,
der mir Freiheit schenkt, bist du, lebendiger Gott,
der mir Leben schenkt, bist du, lebendiger Gott,
der mir atmen schenkt, bist du, lebendiger Gott.

Anton Rotzetter