

## Andacht zu Hause: Beten ist ..... schweigen

Von Pfarrerin Almut Kunzmann nach Andrea Schwarz, Wie ein Gebet sei mein Leben

Es ist hilfreich, einen bewussten Anfang zu setzen.

Das könnte z.B. so aussehen, dass ich bewusst meinen Platz einnehme, eine Kerze anzünde und still werde.

### Beginn

Schweigen möchte ich, Herr,  
und auf dich warten.

Schweigen möchte ich, Herr,  
und unter den vielen Worten  
Dein Wort hören.

Schweigen möchte ich und erkennen,  
dass du ein Wort für mich hast.  
Amen.

### TAGESIMPULS

Viele Menschen meinen, beten sei reden. Sicher ist das eine Form des Gebets. Das Sprechen mit Gott, oft laut und in festen Worten. Aber – und das kennen wir gut aus vielen Gesprächen – wenn ich selbst rede, kann ich nicht zuhören. Dann höre ich nicht auf das, was der andere sagt. Also brauche ich das Schweigen. Und ich brauche die Stille.

### **Beten ist....schweigen**

„Auf den ersten Blick ist Schweigen keine Form der Kommunikation oder Beziehungsaufnahme.

Aber Schweigen kann eine sehr wache Form des Daseins und Verweilens sein. Verstummendes Schweigen ist ja nicht gleichbedeutend mit stumm sein, sondern die Sprache zerbricht an ihren Grenzen, das Erleben an seiner Ausdrucksmöglichkeit. Man ist da und steht gegenüber dem, der immer größer ist als unsere Bilder von ihm, als unsere Sprache und unsere Ausdrucksgebärden.“

*Leo Karrer*

Legen Sie doch bitte jetzt das Blatt einfach einen Moment zur Seite. Schließen Sie die Augen, wenn es Ihnen angenehm ist. Und versuchen Sie einige Minuten still zu sein. Wenn Gedanken kommen, dann lassen Sie sie kommen ..... und wieder gehen.....

„Schweigen möchte ich, Gott,  
und auf dich warten.

Schweigen möchte ich, Gott,  
damit ich verstehe,  
was in deiner Welt geschieht.  
Schweigen möchte ich,  
damit ich den Dingen nahe bin,  
allen deinen Geschöpfen,  
und ihre Stimme höre.

Ich möchte schweigen,  
damit ich unter den vielen Stimmen  
die deine erkenne.

*Als alle Dinge in der Mitte des Schweigens standen,  
sagt die Bibel,  
da kam vom göttlichen Thron, o Herr,*

*dein allmächtiges Wort.*

Ich möchte schweigen  
und darüber staunen,  
dass du ein Wort für mich hast.

Herr, bin ich es wert,  
dass du zu mir kommst?  
Sprich nur ein Wort,  
so wird meine Seele gesund.“

Nach Jörg Zink

### ICH GLAUBE

Ich glaube an Gott,  
die Kraft, die uns in die Schöpfung ruft.  
Ich glaube, dass Gott  
uns aus der Angst und der Verwirrung  
führen kann.  
Ich glaube, dass Gott  
uns Menschen Zeichen gibt, damit wir sie verstehen.  
Ich glaube daran, dass in uns die Kraft für neues Leben  
ruht, die in den Sommer drängt.  
Ich glaube, dass es neben uns  
Schwestern und Brüder gibt,  
die mit uns gehen wollen.  
Ich glaube, dass uns Gottes Geist  
aus dem Sorgen des Alltags  
in die Wachsamkeit des Gebets ruft,  
zum Respekt nötigt,  
zur Gerechtigkeit drängt,  
zur Vergebung einlädt,  
zur Liebe befähigt  
und zum Leben auffordert. Amen

nach Heidi Rosenstock

### **Vaterunser**

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 unsern 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.

### **Segen**

Gott segne und behüte uns  
Gott lasse sein Angesicht leuchten über uns  
und sei uns gnädig  
Gott erhebe sein Angesicht auf uns  
und gebe uns Frieden  
Amen.

Einen Moment Stille halten, Kerze auspusten und in den  
Alltag zurückgehen.