

Lebenszeichen. Mit Gott ins Gespräch kommen

Einheit 9: „Amen! So sei es!“ Wie bete ich?

Impulspapier 113

Und wie bete ich?

Gehen Sie die folgende Liste durch, um ein genaues Bild Ihrer augenblicklichen Gebetspraxis zu bekommen. Kreuzen Sie die auf Sie zutreffenden Punkte an.

Wo bete ich?

- zu Hause
- an meinem Arbeitsplatz
- in der Kirche
- im Freien
- irgendwo anders
- ...

- jedes Mal am gleichen Ort
- an verschiedenen Orten
- eher allein
- eher mit anderen Menschen
- ...

Wann bete ich?

- morgens
- abends
- zu einer anderen Tageszeit
- jeden Tag
- wenn mir danach zumute ist
- ...

Womit bete ich?

- mit einer bestimmten Form
- mit einem Bibelleseplan
- mit eigenen Worten
- mit vorformulierten Gebeten aus einem Buch
- mit den Losungen
- in stillem Hören und mit Worten
- mit Liedern
- mit inneren Bildern vor Augen
- ...

Wie bete ich?

- kniend
- auf einem Stuhl
- im Liegen
- in Bewegung
- ...

Ich finde es hilfreich, wenn ...

- ... ich eine Kerze anzünde
- ... ein Bild oder eine Ikone anschauen kann
- ... Musik höre
- ... das Kreuzzeichen mache
- ... auf ein Kreuz oder ein Kruzifix schaue
- ...

Meine Gebete umfassen...

- ein Bekenntnis
- Lob und Dank
- Fürbitte
- Meditation
- Hören auf Gott
- ...

Erzählen Sie nun in der Gesamtgruppe (oder, wenn diese zu groß ist, in einer Dreier- oder Vierergruppe) von dem, was Ihnen an dieser Stelle wichtig ist:

1. Eine Form des Betens, die ich hilfreich finde ...
2. Einen Aspekt des Betens, der mir schwer fällt ...

Schritte auf dem Weg: „Amen. So sei es!“ Im Gebet wachsen

Nehmen Sie sich ein paar Minuten Zeit, um aufzuschreiben, in welcher Form Sie nach Beendigung dieses Kurses mit Gott in Kontakt bleiben möchten. Seien Sie so genau wie möglich.

3. So sei es! Eine Anregung, die ich aufnehme, ist ...
4. Gerne würde ich mit anderen und mit Gott in Kontakt bleiben, indem ...

Täglich:

Wöchentlich:

Monatlich

Jährlich/gelegentlich:

Erzählen Sie einem/r anderen Kursteilnehmer/in von Ihren Plänen.

Als Jesus mit seinen Jüngern weiterzog, kam er in ein Dorf, wo ihn eine Frau mit Namen Martha in ihr Haus einlud. Sie hatte eine Schwester, die Maria hieß. Maria setzte sich dem Herrn zu Füßen und hörte ihm zu. Martha hingegen machte sich viel Arbeit, um für das Wohl ihrer Gäste zu sorgen. Schließlich stellte sie sich vor Jesus hin und sagte: »Herr, findest du es richtig, dass meine Schwester mich die ganze Arbeit allein tun lässt? Sag ihr doch, sie soll mir helfen!« - »Martha, Martha«, erwiderte der Herr, »du bist wegen so vielem in Sorge und Unruhe, aber notwendig ist nur eines. Maria hat das Bessere gewählt, und das soll ihr nicht genommen werden.«