
Sonntagsimpuls

Anregungen für eine kleine Hausandacht

Ich zünde/wir zünden eine Kerze an und komme/n zur Ruhe

Im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes. Amen.

Alle: Amen.

Einer: Lasst uns beten.

Alle: Gott, wir sind da. Wir sind verbunden. Mit dir. Mit anderen, die zu dir beten. Lass uns zur Ruhe kommen. Wir sind hier mit allem, was uns gerade bewegt. In der Stille bringen wir, das vor dich.

STILLE

Liedstrophe: Ev. Gesangbuch Nr. 644

Meine Zeit steht in deinen Händen.

Nun kann ich ruhig sein, ruhig sein in dir.

Du gibst Geborgenheit, du kannst alles wenden. Gib mir ein festes Herz, mach es fest in Dir.

Psalmgebet: Psalm 84

Wie lieb sind mir deine Wohnungen, Herr Zebaoth! Meine Seele verlangt und sehnt sich
nach den Vorhöfen des Herrn;

mein Leib und Seele freuen sich in dem lebendigen Gott.

Der Vogel hat ein Haus gefunden
und die Schwalbe ein Nest für ihre Jungen --
deine Altäre, Herr Zebaoth, mein König und mein Gott.

Wohl denen, die in deinem Hause wohnen; die loben dich
immerdar.

Wohl den Menschen, die dich für ihre Stärke halten und von Herzen dir
nachwandeln!

Wenn sie durchs dürre Tal ziehen, wird es ihnen zum
Quellgrund, und Frühregen hüllt es in Segen.

Sie gehen von einer Kraft zur andern und schauen den wahren Gott in
Zion.

Herr, Gott Zebaoth, höre mein Gebet; vernimm es, Gott Jakobs!

Gott, unser Schild, schaue doch;
sieh doch an das Antlitz deines Gesalbten!

Denn ein Tag in deinen Vorhöfen ist besser als sonst tausend.

Ich will lieber die Tür hüten in meines Gottes Hause als wohnen in der
Gottlosen Hütten.

Denn Gott der Herr ist Sonne und Schild;
der Herr gibt Gnade und Ehre.
Er wird kein Gutes mangeln lassen den Frommen.

Herr Zebaoth, wohl dem Menschen, der sich auf dich verlässt!

STILLE

Liedruf: Neue Lieder Nr. 180

Meine Hoffnung und meine Freude, meine Stärke, mein Licht: Christus,
meine Zuversicht,
auf dich vertrau ich und fürcht mich nicht,
auf dich vertrau ich und fürcht mich nicht.

Bibeltext für Sonntag Lätare: Jesaja 66, 10-14

Freuet euch mit Jerusalem und seid fröhlich über die Stadt, alle, die ihr sie lieb habt! Freuet euch mit ihr, alle, die ihr über sie traurig gewesen seid. Denn nun dürft ihr saugen und euch satt trinken an den Brüsten ihres Trostes; denn nun dürft ihr reichlich trinken und euch erfreuen an ihrer vollen Mutterbrust. Denn so spricht der HERR: Siehe, ich breite aus bei ihr den Frieden wie einen Strom und den Reichtum der Völker wie einen überströmenden Bach. Da werdet ihr saugen, auf dem Arm wird man euch tragen und auf den Knien euch liebkosen. Ich will euch trösten, wie einen seine Mutter tröstet; ja, ihr sollt an Jerusalem getröstet werden. Ihr werdet's sehen und euer Herz wird sich freuen, und euer Gebein soll grünen wie Gras. Dann wird man erkennen die Hand des HERRN an seinen Knechten und den Zorn an seinen Feinden.

Impuls

Ich ertappe mich dabei, wie ich erst nach und nach die Situation realisiere. Und ich denke, nicht nur mir geht es so. Zuerst hat es sich wie Urlaub angefühlt, doch je länger es geht, desto mehr fühlt sich die Situation wie ein Gefängnis an. Gestern wurde mir klar, dass ich meine Familie nun längere Zeit nicht sehen kann.

In dieser Zeit geht es mir wie dem Psalmbeter: „Meine Seele verlangt und sehnt sich nach den Vorhöfen des Herrn.“ Je kleiner und schwächer ich mich fühle, desto mehr muss ich auf den schauen, der stark ist: Gott.

Gott, derjenige, der alles in seiner Hand hat. Derjenige, der alles unter Kontrolle hat. Wenn bei uns auf der Erde alles im Chaos versinkt, hat er immer noch die Kontrolle. Im Psalm, den wir gebetet haben heißt es: „Der Herr ist Sonne und Schild.“

Die Sonne, die mich wärmt, wenn mir kalt vor Angst wird. Die Sonne, die hoch oben steht und alles überblickt. Sie hat den Überblick, wenn hier unten alles chaotisch wirkt. Sie weiß, wie lange diese Zeit noch dauern wird.

Es ist wichtig sich im Moment an die Regeln und Vorgaben zu halten, aber alles andere habe ich nicht in der Hand. Alles andere kann ich in Gottes Hände abgeben. Werde ich den Virus bekommen? Wie schlimm wird es werden? Diese Fragen kann ich nicht beantworten und muss es auch nicht. Gott weiß es und er hat es unter Kontrolle.

Wenn mich die Fragen aber doch zu sehr beschäftigen gilt, was im Bibeltext steht: „Ich will euch trösten, wie einen seine Mutter tröstet.“

Im Gebet komme ich zu Gott und vertraue ihm alles an. Und je länger ich bete, desto mehr spüre ich einen Frieden. Je länger ich bete, desto mehr merke ich wie meine Angst einer Gelassenheit weicht. „Der Herr ist meine Sonne und mein Schild.“ Amen.

STILLE

Gebet:

Treuer Gott,

Du siehst die Kälte in uns. Du siehst die Angst in uns. Wir haben Angst um uns und unsere Liebsten. Bitte sei du die Sonne. Lass diese Angst weichen. Bitte sei unser Schild und schenke uns Gesundheit. Bitte sei ein Schild für unsere Liebsten und schenke Ihnen Gesundheit.

Wir bitten dich: Erhöre uns.

Wir bitten für die Sterbenden - in unserer Nähe und in aller Welt. Wir bitten dich für alle, die sich um die Sterbenden kümmern. Gib du Ihnen Kraft. Wir danken dir für alle, die das System aufrechterhalten. Behüte und bewahre sie.

Wir bitten dich: erhöre uns.

Es heißt wir müssen zu Hause bleiben. Es gibt aber Menschen, die kein zu Hause haben. Wir bitten dich für alle Obdachlosen und Flüchtlinge an den Grenzen. Sei du ganz besonders bei Ihnen. Schenk Ihnen einen Ausweg aus ihrer Lage. Und lass sie gesund bleiben.

Wir bitten dich: erhöre uns.

Gemeinsam wollen wir das Gebet sprechen, das Christus uns gelehrt hat:

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.

Lied

1. Bewahre uns, Gott, behüte uns, Gott, / sei mit uns auf unsern Wegen.
/ Sei Quelle und Brot in Wüstennot, / sei um uns mit deinem Segen, / sei
Quelle und Brot in Wüstennot, / sei um uns mit deinem Segen.
2. Bewahre uns, Gott, behüte uns, Gott, / sei mit uns in allem Leiden. /
Voll Wärme und Licht im Angesicht, / sei nahe in schweren Zeiten, / voll
Wärme und Licht im Angesicht, / sei nahe in schweren Zeiten.
3. Bewahre uns, Gott, behüte uns, Gott, / sei mit uns vor allem Bösen. /
Sei Hilfe, sei Kraft, die Frieden schafft, / sei in uns, uns zu erlösen, / sei
Hilfe, sei Kraft, die Frieden schafft, / sei in uns, uns zu erlösen.
4. Bewahre uns, Gott, behüte uns, Gott, / sei mit uns durch deinen
Segen. / Dein Heiliger Geist, der Leben verheißt, / sei um uns auf
unsern Wegen, / dein Heiliger Geist, der Leben verheißt, / sei um uns
auf unsern Wegen.

Segen

Der Friede Gottes, der höher ist als unsere Vernunft, der bewahre
unsere Herzen und Sinne in Christus Jesus. Amen.