

Richten Sie sich eine kleine Andachtsecke ein

Eine Kerze, ein Kreuz, eine Bibel, ein Gesangbuch, die Losungen, ein schönes Symbol, das Ihnen wichtig ist, ein Bild, ein Engel, ein besonderer Stein, ein schönes Tuch.

Beginn

„Im Namen des Vaters, des Sohnes und des Heiligen Geistes.
Meine Hilfe steht beim Herrn, der Himmel und Erde gemacht hat.“

Gebet

Sprechen sie ein eigenes Gebet oder orientieren Sie sich am Gesangbuch, Nr. 807ff – eine Fundgrube! – Wenn Sie für etwas Danke sagen können, dann tun Sie es.

Lied

Wenn sie gerne singen: Singen sie! Denken Sie daran, während Sie hier sitzen, tun es andere in ihrer Wohnung ebenso.

Wort Gottes

Lesen Sie einen Abschnitt in der Bibel oder die Losungen (www.losungen.de) für den Tag. Wenn Sie nicht wissen, wo beginnen, schlagen sie im Neuen Testament das Markusevangelium oder das Johannesevangelium auf und beginnen Sie beim ersten Kapitel.

Halten Sie 5 Minuten in der Stille und denken Sie über das Gelesene nach. Wenn Sie zu mehreren am Tisch sind, reden sie darüber und teilen sich Ihre Gedanken mit. Wenn Sie möchten, nehmen Sie ein kleines Heft zur Hand und beginnen Sie ein Tagebuch.

Lied

Fürbitten

Es gibt im Augenblick viele Menschen, die unter extrem hohem Druck stehen: Die einen, deren Verantwortung in die Höhe schnellst, andere, die um ihre Existenz fürchten, wieder andere, die einsam sind oder mit der Situation überfordert. Beten Sie für sie. Überlegen Sie für sich: Wo kann ich helfen?

Vaterunser (Gesangbuch Nr. 806)

Segen

„So segne uns der dreieinige Gott: Vater, Sohn und Heiliger Geist.“
(Hier bitte wirklich „uns“ sagen. Auch wenn Sie allein zu Hause sitzen. Sie sind nicht allein.)

Ich wünsche Ihnen von Herzen Gottes Segen! Bleiben Sie gesund! - JB