

Zeit für mich -
Zeit für uns

moment
zum innehalten und aufatmen

Das Vaterunser



©pixabay/neelam 279

Vater Unser im Himmel.



Gott ist mir Vater und Mutter.

Gott ist lebensspendende Kraft für alle Menschen.

Mein Leben ist Geschenk.

Geheiligt werde Dein Name.



Ich verbinde mit dem Namen GoTT
Vertrauen, Hoffnung und Liebe.

Das ist mit heilig.

Darauf baue ich.

Dafür lasse ich Raum in mir.

Dein Reich komme.



Ich habe Sehnsucht
nach Frieden und Heil
unter uns Menschen.

Ich erhoffe Frieden - auch in mir.

Dein Wille geschehe, wie im
Himmel so auf Erden.

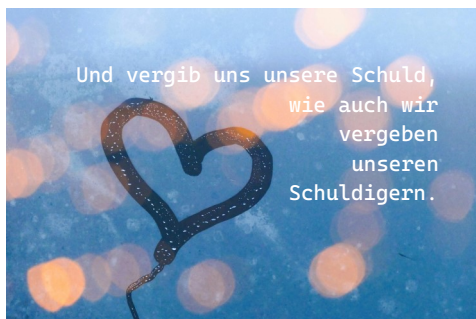


Ich wünsche mir Mut und Kraft ,
Dinge zu verändern,
die ich verändern kann.

Ich wünsche mir Gelassenheit und
Zuversicht, loszulassen,
was nicht in meiner Hand liegt.



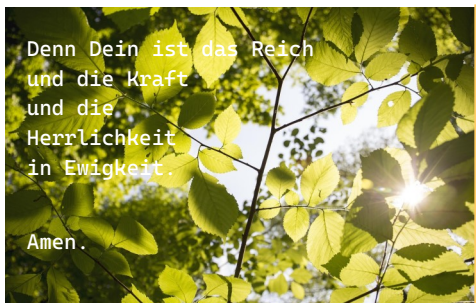
Das Brot steht für all das,
was ich wirklich zum Leben brauche.
Es wird mir zuteil werden.



Ich bin nicht perfekt.
Niemand ist perfekt.
Jeder Tag kann ein neuer Anfang sein.
Ich lasse los,
was mich unangenehm bindet.



Ich will mich nicht in Oberflächlichkeiten
oder Selbstzweifeln verlieren.
Du führst mich in den Versuchungen
des Lebens, damit ich meinen Weg finde.
Lass mich mein Leben spüren.



Ich glaube an etwas,
was über mich hinaus geht — etwas, was
schon immer da war und immer da sein wird.
Ich bin darin geborgen.
Ich bin ein Teil davon.

Das Vater Unser ist ein Herzstück unseres Glaubens. Vielen von uns ist es bekannt und wohlvertraut, meist von Kindesbeinen an. Dieses alte Gebet, das schon unsere UrUrgroßeltern kannten, sprechen wir im Gottesdienst, mit den Kindern in der Kita oder auch manchmal wenn uns die Worte fehlen.

Vielleicht ist es uns auch Geländer, an dem wir uns festhalten können.

Das Vater Unser ist uns als das Lieblingsgebet Jesu überliefert.

In ihm wird sein Glaube, sein Vertrauen und seine Grundhaltungen wunderbar deutlich.

Wir laden Sie ein auf Jesu Spuren zu gehen, indem Sie die Bitten aus dem

Vaterunser und die rechts stehende Deutung auf sich wirken lassen.

Was spricht Sie jetzt im Moment am meisten an? Verweilen Sie dabei.

Und dies soll Dir zum Segen sein:

Gott – VATER UND MUTTER -, segne mich mit Vertrauen,
dass ich aus Deinem Licht geboren bin.

Gott, segne den heiligen Raum in mir, den nur Du kennst.
Dort kommt meine Seele zur Ruhe.

Gott segne mich mit Frieden.
Dass wir in der Vielfalt Deine Einheit spüren, die alle wachsen lässt.

Gott segne mich mit dem, was ich wirklich zum Leben brauche.
Lass mich tagtäglich im Heute leben, weil ich auf das Morgen vertraue.

Gott segne mich mit der Kraft im HIER und JETZT zu Leben.
Löse in mir, was mich in der Vergangenheit hält,
damit ich mich und mein Leben spüre.

Führe uns durch die Untiefen des Lebens, damit ich auch dort deine Nähe spüre.
Gott segne mich mit staunenden Sinnen, damit das Wunder des Lebens mein Herz
erfreut. Gott segne uns und lass uns zum Segen sein.

Amen

©pixabay/anaterate