

Zeit mit Dir – Ins Gespräch kommen

Eine halbe Stunde Zeit mit Dir – ist Gottes Zeit mit Dir, wenn Du betest. Um in ein ehrliches Gespräch mit Gott zu kommen, in dem wir nicht nur unsere eigenen Gedanken sagen, die wir bereits kennen, kann es helfen, sich an ein bekanntest Gebet zu erinnern.

Wie „Zeit mit Dir“ funktioniert:

Nimm Dir bewusst Zeit, in der Du - ungestört von anderen - für Dich sein kannst. Geh in dieser Zeit spazieren, suche Dir einen schönen Platz in der Natur oder mache es Dir in Deinen eignen vier Wänden mit einer Tasse Tee gemütlich. Manche machen so eine Zeit über mehrere Stunden. Für den Anfang empfehle ich, mit einer halben Stunde zu beginnen. Vom 20.04. bis 26.04.2020 findest Du an dieser Stelle einen Impuls, der Dich durch diese Zeit begleiten kann. Du kannst eigenen Gedanken nachgehen, genauso aber auch diese Zeit als Stille nutzen, in der Du bewusst auf mehr als Deine eigenen Gedanken hörst.

Impuls 2 – Ins Gespräch kommen

Bete immer wieder das Vaterunser bis sich dein Gebet verselbstständigt.

Das Vaterunser immer wieder und wieder zu wiederholen kann helfen, um sich gedanklich auf Gott einzustellen. Sogar wenn ich die Worte anfangs noch nicht mitdenke und nur halbherzig spreche, so verändert sich dennoch meine innere Haltung. Wenn ich noch gar nicht weiß, was ich beten soll oder was Gott mit mir reden möchte, kann es helfen, das Vaterunser immer wieder und wieder zu beten, um hineinzufinden in ein Gespräch mit Gott.