

Beten mit der Bibel

- » *Und das Wort ist Fleisch geworden und hat unter uns gewohnt und wir haben seine Herrlichkeit geschaut.*
Joh 1,14
- » *Jesus antwortete ihnen: Ich bin das Brot des Lebens; wer zu mir kommt, wird nie mehr hungern, und wer an mich glaubt, wird nie mehr Durst haben.*
Joh 6,35
- » *Jesus, der Herr, nahm in der Nacht, in der er ausgeliefert wurde, Brot, sprach das Dankgebet, brach das Brot und sagte: Das ist mein Leib für euch. Tut dies zu meinem Gedächtnis!*
1 Kor 11,23-24
- » *Darum hat ihn Gott über alle erhöht und ihm den Namen verliehen, der größer ist als alle Namen, damit alle im Himmel, auf der Erde und unter der Erde ihr Knie beugen vor dem Namen Jesu.*
Phil 2,9-10
- » *Er ist (das) Bild des unsichtbaren Gottes, der Erstgeborene der ganzen Schöpfung.*
Kol 1,15

BIBEL

Wenn es dir gerade schwerfällt, dich auf Gottes Gegenwart einzulassen, nimm dir einen Bibelvers aus der linken Spalte zu Hilfe. Im Wort Gottes wohnt dieselbe lebendige Kraft, die Jesus von den Toten auferweckt hat! OMG! Und er wird selbst das Wort Gottes genannt. Nimm den Vers, der dich am meisten anspricht. Warum tut er das? Was könnte er mit deinem Leben zu tun haben? Wenn du magst, fang mit Jesus ein Gespräch an.

Jesus, ich finde es faszinierend, ...

HÖREN

Gott spricht zu dir! Dir ist sicher schon mal aufgefallen, wie *laut* Stille sein kann. Wenn du ruhig wirst, geht's im Kopf, im Herz, in den Gefühlen erst so richtig los. Unter den vielen Stimmen und Regungen in uns ist auch Gottes Stimme hörbar. Es erfordert etwas Übung, seine Stimme zu erkennen, aber die gute Nachricht ist: Er hat uns so gestrickt, dass wir ihn hören

Stell dir vor, wie es klingt, wenn Jesus deinen Namen sagt.

und verstehen können! Bleib dran! In der Gegenwart von Jesus in der Eucharistie ist einer der besten Plätze, um Gottes Stimme gut hören zu lernen.

Jesus, möchtest du mir etwas sagen?

FÜRBITTE

Jesus mag nicht nur dich sehr gern, sondern auch die Menschen um dich herum. Er hätte sie gerne nahe bei sich – die, mit denen du gut klarkommst und sogar jene, mit denen du dir schwertust.

Aus irgendeinem Grund hat sich Gott auch gedacht, dass er es super findet, wenn Menschen füreinander beten, zum Beispiel:

- » für eine kranke Freundin
- » für einen traurigen Kollegen
- » für die Person, mit der du gestritten hast
- » für jemanden, der im Sterben liegt

Wer auch immer dir einfällt – du kannst jedes Anliegen vor Gott bringen. Natürlich kannst du auch für dich selber beten.

Jesus, ich bitte für ... um ...

OMG!

Eucharistische Anbetung & was ER dabei tut



OMG!*

Oh mein Gott, du bist da!

Jesus Christus ist vor 2.000 Jahren auf die Welt gekommen. Aber anders als andere bekannte Persönlichkeiten ist er nicht einfach verstorben und jetzt im Himmel. Er ist nicht nur ganz Mensch, sondern auch ganz Gott. Er ist immer noch lebendig und will dir begegnen. Crazy, oder?

Face to face mit Gott

In jeder Heiligen Messe („Eucharistiefeier“) werden durch den Priester Brot und Wein gewandelt. Sie sind dann – und bleiben – der Leib und das Blut von Jesus. Dieses verwandelte Brot, das wir Hostie nennen, ist sehr wertvoll. Wir essen es nicht nur andächtig oder bewahren es in einem goldenen Kästchen (dem Tabernakel) auf, sondern beten auch davor.

*„Oh mein Gott“ sagen wir sonst, wenn uns etwas überrascht, schockiert oder wir erstaunt sind. Hier ist es mal im wahrsten Sinn des Wortes gemeint: Oh mein Gott, du bist ja wirklich da!

**Gott hat uns so gestrickt,
dass wir ihn hören können!
Beten ist ja keine Einbahn-
straße, wo der Mensch zum
Himmel quatscht.**

Eben weil Jesus in diesem Brot wirklich *da* ist, kann man ihm dort besonders gut begegnen. Dieses Gebet nennen wir „Eucharistische Anbetung“. Um Jesus in der Hostie für die Anbetung sichtbar zu machen, wird er in einer Monstranz (das goldene Gefäß am Cover) auf den Altar gestellt und beleuchtet. Menschen setzen sich davor und singen für ihn oder sprechen gemeinsam Gebete. Manchmal wird die Monstranz durch die Straßen getragen und zum Segen ein Kreuzzeichen damit gemacht. Außerdem gibt es die Eucharistische Anbetung ganz in der Stille.

Nur du und er sind da.

Sechs Ideen für deine Zeit mit Gott:



DA SEIN

Du kannst einfach da sein, Jesus im Brot anschauen und dich anschauen lassen. Es kann sein, dass du spürst, wie du zur Ruhe kommst. Es kann aber auch sein, dass es sich erstmal total langweilig anfühlt. Bleib noch ein bisschen sitzen – es ist wie beim Zufahren: Du wirst woanders aussteigen, als du eingestiegen bist!

LOB & LOBPREIS

Jesus möchte so gerne bei uns sein, dass er sogar als ein Stückchen Brot im Tabernakel geduldig wartet, bis wir zu ihm kommen. Es kann faszinierend sein, darüber nachzudenken, dass der große Gott, der alles im Griff hat, gleichzeitig vor dir in dem kleinen Brot ist. OMG! Er ist unglaublich gut und meint es gut mit dir. Er ist treu und verlässlich. Er hat dich gern und wenn er über dich nachdenkt, dann freut er sich! Lobpreis heißt, solche und ähnliche Eigenschaften, die dir zu ihm einfallen, auszusprechen:

Jesus, ich finde es super, dass du ...

DANK

Beim Loben kommt auch schnell das Thema Dankesagen. Außer Jesus fallen dir bestimmt Menschen, Erlebnisse oder Dinge ein, für die du dankbar bist.

Jesus, danke für ...

**„Er schaut mich an,
und ich schaue ihn an.
Das ist genug.“**

Der Bauer aus Ars, auf die Frage,
was er denn stundenlang
allein in der Kirche macht.



www.heiligesjahr25.at

Die Diözese St. Pölten
feiert das Heilige Jahr 2025.

