

## Eucharistische Anbetung im Schweigen

Eine „Anbetungsstunde“ im Schweigen ist für viele Menschen die Gelegenheit, zur Ruhe zu kommen und alle Sorgen, die im Alltag auf sie einprasseln, vor Gott hinzulegen.

Manchen dauert eine Stunde zu lange. Diese Menschen bleiben dann 10 min oder 20 Minuten und gehen dann zurück in ihren Alltag.

Diese Form des Gebetes ist einfach, weil es neben einer offenen (im Winter beheizten!!) Kirche nur unser DA SEIN braucht.

- Zünden Sie einige Kerzen an.
- Wenn vorhanden, stellen Sie eine Weihrauchschale auf.
- Stellen Sie das Allerheiligste auf den Altar

### Am Beginn:

Kreuzzeichen

Gebet im **GL Nr. 6/1**

*Noch bevor wir dich suchen, bist du bei uns. Bevor wir deinen Namen kennen, bist du schon unser Gott. Öffne unser Herz für das Geheimnis, in das wir aufgenommen sind: dass du uns zuerst geliebt hast und dass wir glücklich sein dürfen mit dir. Nicht weil wir gut sind, dürfen wir uns dir nähern, sondern weil du Gott bist.*

Und/oder:

**Liedruf:** *Meine Hoffnung und meine Freude* mehrmals wiederholen **GL 365**

## Eine Stunde STILLE und SCHWEIGEN vor Gott.

### Zum Abschluss:

Liedruf: *Meine Hoffnung und meine Freude*

### Gebet: GL Nr. 6/5

Wachse, Jesus, wachse in mir, in meinem Geist, in meinem Herzen, in meiner Vorstellung, in meinen Sinnen. Wachse in mir in deiner Milde, in deiner Reinheit, in deiner Demut, deinem Eifer, deiner Liebe. Wachse in mir mit deiner Gnade, deinem Licht und deinem Frieden. Wachse in mir Zur Verherrlichung deines Vaters, zur größeren Ehre Gottes.

So segne uns der liebende und barmherzige Gott: der Vater, der Sohn und der HI. Geist. Amen.