



## Der Lobgesang des Zacharias – das Benedictus Lukas 1,68-79

Gepriesen sei der Herr, der Gott Israels! \*  
Denn er hat sein Volk besucht und ihm Erlösung geschaffen;  
er hat uns einen starken Retter erweckt \*  
im Hause seines Knechtes David.  
So hat er verheißen von alters her \*  
durch den Mund seiner heiligen Propheten.  
Er hat uns errettet vor unseren Feinden \*  
und aus der Hand aller, die uns hassen;  
er hat das Erbarmen mit den Vätern an uns vollendet /  
und an seinen heiligen Bund gedacht, \*  
an den Eid, den er unserm Vater Abraham geschworen hat;  
er hat uns geschenkt, dass wir, aus Feindeshand befreit, /  
ihm furchtlos dienen in Heiligkeit und Gerechtigkeit \*  
vor seinem Angesicht all unsre Tage.  
Und du, Kind, wirst Prophet des Höchsten heißen; /  
denn du wirst dem Herrn vorangehn \*  
und ihm den Weg bereiten.  
Du wirst sein Volk mit der Erfahrung des Heils beschenken \*  
in der Vergebung der Sünden.  
Durch die barmherzige Liebe unseres Gottes \*  
wird uns besuchen das aufstrahlende Licht aus der Höhe,  
um allen zu leuchten,  
die in Finsternis sitzen und im Schatten des Todes, \*  
und unsre Schritte zu lenken auf den Weg des Friedens.



Nehmen Sie sich täglich einige Minuten Zeit für die Stille und das Gebet. Die biblischen Gebete können Ihnen dabei helfen – sie sind die göttliche Stimme und das Echo der menschlichen Seele zugleich.

Für jeden Monat wurde ein Text ausgewählt. Versuchen Sie, ihn täglich zu beten. Denn Bibelworte entfalten ihre Kraft und Schönheit, indem sie wiederholt werden.

Folgende Schritte können Ihnen dabei helfen:

1. Ruhig werden.
2. Den Text langsam rezitieren. Wenn Sie nicht alleine sind: Eine Person liest jeweils eine Zeile vor, alle anderen wiederholen sie.
3. Stille halten, den Text nachklingen lassen.
4. Wichtige Gedanken notieren oder sie mit anderen teilen.
5. Abschließen (Ehre sei dem Vater).

### Hinweis:

Auf der Seite [www.kath-kirche-kaernten.at/psalm](http://www.kath-kirche-kaernten.at/psalm) finden Sie:

- den Text (damit Sie ihn mittels Smartphone immer bei sich haben)
- einen Artikel mit Erläuterungen zum Text
- einen Vortrag zum Text als Videofile
- den gesungenen Text als Audiofile.



Ihre Gedanken oder eigenen Texte dazu veröffentlichen wir gerne auf der Homepage (mit oder ohne Angabe des Namens, Kürzungen vorbehalten). Bitte senden Sie diese an: [klaus.einspieler@kath-kirche-kaernten.at](mailto:klaus.einspieler@kath-kirche-kaernten.at).