



Katholische Kirche
im WDR

Katholisches Rundfunkreferat beim WDR
Wallrafplatz 7
50667 Köln
Tel. 0221 / 91 29 781
Fax 0221 / 27 84 74 06
www.kirche-im-wdr.de
E-Mail: info@katholisches-rundfunkreferat.de

Die Text-Rechte liegen bei den Autoren und beim Katholischen Rundfunkreferat. Verwendung nur zum privaten Gebrauch!

Kirche in WDR 2 | 07.03.2016 05:55 Uhr | Stefan Jürgens

Ein Gebet am Abend

Heute Morgen möchte ich Ihnen gleich ein Abendgebet vorstellen. Man soll ja nicht den Tag vor dem Abend loben, aber man darf ruhig schon wissen, wie man den Tag am Abend beschließen möchte. Ich nenne dieses Gebet das Gebet mit der Türklinke. Es ist ganz einfach, und es hat mir schon sehr geholfen.

Am Abend komme ich nach Hause, beladen mit vielen Begegnungen, Problemen und Sorgen. Das alles will mit mir nach Hause gehen, es liegt mir auf den Schultern, will mich belasten, macht mir das Herz schwer.

Wie werde ich den Stein los, der mir auf dem Herzen liegt? Wohin damit? Wie halte ich meine Nacht frei von Sorgen, so dass ich ruhig schlafen kann?

Diese belastenden Dinge werde ich nun los an der Türklinke meines Hauses, meiner Wohnung oder meines Zimmers. Indem ich die Türklinke herunter drücke, kommt ein kleiner Seufzer, ja ein Stoßgebet durch mein Herz (und vielleicht auch über die Lippen), in dem ich sage: "Gott, ich vertraue Deiner Sorge an, was ich jetzt nicht mehr ändern kann. Beschütze und segne alle, an die ich jetzt denke, bewache du meine Sorgen gut, und lass mich morgen an ihnen weiter arbeiten, wenn es nötig ist."

Den Erfolg dieses Gebets erkennt man daran, dass tatsächlich alle Sorgen vor der Tür bleiben.

Und außerdem soll sich kein Mensch so wichtig nehmen, dass er alle Probleme dieser Welt lösen könnte. Das kann niemand, und schon gar nicht über Nacht.

Vielleicht sind über Nacht nicht alle Sorgen weg – aber sie sind zumindest gut aufgehoben. Nach dem Motto: Sage nicht deinem Gott, dass du ein Problem hast, sondern sage deinem

Problem, dass du einen Gott hast.

Copyright Vorschaubild: Türklinke ankrjoe CC BY-SA 2.0 flickr