



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 | 22.02.2016 05:55 Uhr | Stefan Jürgens

Drei Gebete am Morgen

Es gibt drei Morgengebete, für die ich überhaupt keine Zeit brauche: Das Gebet vor dem Spiegel, mit der Tageszeitung und mit dem Terminkalender. Damit beginnt mein Tag.

Das erste ist das Gebet vor dem Spiegel. Jeden Morgen gehe ich zuerst ins Bad. Das erste, was ich vom neuen Tag zu sehen bekomme, ist mein eigenes Gesicht. Das Gesicht, das ich dann im Spiegel sehe, ist noch nicht das Gesicht, mit dem ich anderen begegnen möchte.

Das erste Morgengebet besteht nun darin, dass ich mir in Ruhe sage: Dieser Mensch, den ich da sehe, ist ein von Gott geliebter und bejahter Mensch! Vielleicht frage ich mich: Was ist an dem da schon liebenswert? Aber das ist meine Frage – nicht Gottes Frage. Gott liebt mich, wie ich bin. Diesen Gedanken soll ich morgens vor dem Spiegel so lange aushalten, bis ich ihm zustimme. Bis ich sage: Diesen Menschen, den ich da im Spiegel sehe, den liebe ich auch. Ich nehme ihn an, so wie er ist. Wenn ich das morgens vor dem Spiegel versuche, mich selber anzunehmen, dann habe ich viel für den Tag getan, der eben beginnt.

Ein weiteres Morgengebet ist das Durchblättern der Zeitung. In den Schlagzeilen erfahre ich, was die Redaktion für wichtig hält. Dann bin ich um viele Fragen und Sorgen reicher. Was ist das für eine Welt, in der wir leben? Aber ich lese auch von guten Ideen und Taten.

Das Gebet beim Durchblättern der Zeitung besteht darin, dass ich das alles lese im Gedanken an Gott; dass ich ihm so manches anvertraue, um Vergebung bitte, um Hilfe für Menschen in Krieg und Not. Wenn ich beim Lesen der Tageszeitung an Gott denke, habe ich viel für die Verbindung von Glauben und Leben getan.

Das dritte Morgengebet ist das mit dem Terminkalender. Dort sehe ich, was ich heute alles tun muss, wen ich anrufe, wen ich treffe, was für Gespräche es heute gibt. Jeden Tag ist da manches, auf das ich mich spontan freue; anderes, das mir Angst macht.

Ich werde einen Menschen anders begrüßen, ihm anders zuhören, wenn ich morgens im Gebet an ihn gedacht habe. Wenn ich so mit dem Terminkalender bete, habe ich viel für den Tag getan. Mein Alltag hat auf einmal mit Gott zu tun. Mein Glaube wird konkret.