



Hausandacht

Anregungen für eine Andacht im familiären Kreis

Rahmen klären

In einer Zeit, in der wir uns herausnehmen können oder müssen aus dem gewohnten hektischen Alltag, kommt möglicherweise das Bedürfnis auf, gemeinsam besinnliche Momente zu gestalten. Eine solche «ausserordentliche» Zeit kann eine Chance sein. Sei es, dass wir uns eine Auszeit als Einzelne oder sogar als Familie nehmen können, sei es aber auch eine unerwartet oder ungebeten gegebene Zeit durch Krankheit oder jetzt durch die Pandemie. Doch setzen wir uns auch nicht unter Druck, jetzt endlich die schon lange gewünschte «geistliche Zeit» umzusetzen, die sich bisher nie eingefunden hat.

Vorab empfiehlt es sich, einige Fragen zu den Voraussetzungen zu klären. Wer möchte mitmachen in unserem Haushalt? Wann ist eine günstige Zeit für uns alle?

Jeder hat, (sofern er dies überhaupt sucht,) seine eigenen Zugänge zu Stille und persönlicher Andacht. Am besten ist es für unser Projekt einer Hausandacht, dass wir zuerst einander erzählen, wo und wie wir Gott erleben, in die Stille kommen oder auftanken können. Und zu welcher Zeit das für uns am häufigsten geschieht. Unser Lebensrhythmus kann unter Umständen ganz verschieden sein, und für Frühaufsteher wie für «Nachteulen» kann die Zeit, in der wir «auf Empfang» sind, recht unterschiedlich sein. Je grösser unsere Verschiedenheit und je vielfältiger unsere Zugänge sind, desto behutsamer sollten wir die Sache angehen. Es kann gut sein, dass wir uns zunächst als Hausgemeinschaft (Ehepaar, Kleinfamilie, WG usw.) einmal eingestehen, dass wir da ganz verschieden ticken. Das ist normal.

Nach diesem Gespräch zur Vorbereitung können wir uns auf eine Zeit einigen, die für alle möglich scheint und für einen Ort entscheiden, an dem es uns wohl ist zur Andacht. Das kann einfach am Esstisch sein, wo wir uns auch sonst begegnen. Möglicherweise ist die Verbindung mit einem (einfachen) Essen, z.B. am Abend ganz günstig. Oder am Morgen – nach der persönlichen Bibellese oder dem Spaziergang mit dem Hund – beim Frühstück.

Gerade mit kleineren Kindern ist vielleicht die Zeit nach (oder während!) einem Essen ganz natürlich. Jedenfalls bei uns als Familie erzählten bei dieser Gelegenheit unsere Kinder von ihren Erlebnissen, Streitigkeiten, brachten ihre Fragen. Das war wertvoll, wenn wir uns dann die Zeit nehmen konnten zum Zuhören und Rückfragen stellen – und vielleicht auch Anregungen und eigene Erfahrungen

weiter zu geben. Ein Gebet konnte sich dann ganz natürlich an das Essen anschliessen, wo wir all die ausgesprochenen Anliegen Gott ausbreiten konnten. Und auch das Zubettgehen und den Tag Revue passieren lassen ist so ein natürlicher Ort des Austauschs und des Gebets in der Familie. Denken wir nicht zu gering von diesen Zeiten, die sich so ergeben und da und dort eingespielt sind. Ich finde es wichtig, diese natürlichen Anknüpfungspunkte wahrzunehmen und wertzuschätzen, noch bevor wir uns daran machen, eine bewusste und «besondere» Zeit der Andacht einzuführen.

Vielleicht haben wir dann auch das Bedürfnis, uns an einem speziellen Ort zu sammeln. Was möchten wir dort dabei haben: eine Kerze, Blumen, unsere persönliche Bibel (oder eine Familienbibel hervorholen), auch Liederblätter oder das Gesangbuch?

Bausteine für die Gestaltung

«Himmelsmomente» erzählen: Wo hat mir in meinem Alltag (heute, gestern, in der letzten Woche) etwas gut getan, mich angenehm berührt? Habe ich «ein Stück Himmel auf Erden» erlebt? Habe ich etwas Alltägliches ganz neu wahrgenommen, das mich gefreut hat? Inwiefern ist mir Gott darin nahe gekommen?

«Lobe den Herrn, meine Seele, und vergiss nicht zu danken, was er dir Gutes getan hat!» An den Austausch über alltägliche Glaubenserfahrungen kann sich eine gemeinsame Runde des Dankes anschliessen. Auf einem Bogen Papier oder in einem Gebetsbuch könnten wir uns die Punkte kurz notieren, für die wir danken können.

Und sagen wir Gott, wie er in den von uns erzählten Momenten ist, was er uns bedeutet. Wir müssen unserer Seele und unseren Gewohnheiten vielleicht einen Ruck geben und es wagen, Gottes Person, seine Schönheit, sein Wirken zu rühmen – und auch ein Lob (das ist ein Segen!) auszusprechen, wo Menschen uns «Zubringer» zu einer guten, ermutigenden Erfahrung waren.

Brot des Lebens – ein Wort der Bibel miteinander «essen»: Das kann ein Wort oder Schriftabschnitt aus der täglichen Bibellese sein. Oder wir lesen fortlaufend ein ganzes Kapitel, beginnend zum Beispiel im Markusevangelium, in einem der Briefe des Paulus oder bei Genesis (1. Buch Mose). Wie eingangs gesagt, müssen wir hier auf unseren je eigenen Zugang achten. Für manche mag es hilfreich sein, erst allein für sich einen Bibeltext zu lesen, darüber nachzudenken, sich Notizen mit Einfällen aber auch Fragen zu machen. Andere empfinden es als schön und anregend, zusammen zu lesen und gleich spontan auszutauschen. Dann ist es hilfreich, wenn jemand das Gespräch leitet und darauf achtet, dass alle zum Zug kommen und sich beteiligen können. Auch selbst zu zweit bewährt es sich, wenn wir uns von Mal zu Mal in der Leitung des Gesprächs und der Verantwortung für den Ablauf abwechseln. Dazu können wir verschiedene Fragen benutzen als eine Art Leitfaden; wir dürfen verschiedene Zugänge einfach mal ausprobieren. Schlicht und treffend ist etwa das Muster «Fünf Finger».

Stille – auf die Stimme Gottes hören: Da Gott uns mit zwei Ohren und nur einem Mund ausgestattet hat, kann uns sehr gut tun, aufmerksam auf einander zu hören. (Ob wir sogar für uns selbst oder im gemeinsamen Gebetsbuch notieren wollen, was uns als Erfahrung oder Erkenntnis des andern jetzt wertvoll geworden ist? Also ein direktes oder indirektes Feedback geben.) Und still werden und auf Gott hören: Was möchte Gott mir jetzt (durch das Gehörte oder darüber hinaus) sagen? Und ruft mir Gott ein ermutigendes (Bibel-) Wort in Erinnerung, das ich einer Person aus der Hausandacht nach der Stille weitersagen kann? Oder ein Lied, das ich jetzt aufschlagen und lesen oder singen möchte? Oder rückt ein Bild (symbolisches Bild/Sinnbild oder eine bildhafte Erfahrung) vor mein inneres Auge, welches die andere Person oder unsere Gemeinschaft aufbauen, trösten oder positiv motivieren kann?

Weitere Bausteine: Eine Sammlung von Liedern, Gebeten und Segensworten anlegen. Alle genannten Elemente sind Bausteine, sie können in dieser Reihenfolge wie oben praktiziert werden. Oder ganz anders zusammengesetzt, und jedenfalls passend zur Gruppe und Situation ausgewählt und auch weggelassen werden.

Lieder zu Beginn oder eingestreut oder am Schluss, ein immer wiederkehrendes Gebet als Einstieg und zur Sammlung können uns wohltun, ein Geländer geben. Mit einem vertrauten Gebet oder Segenswort können wir rechtzeitig (vorher abmachen!) einen bewussten Abschluss setzen.

Ein Einstieg und Abschluss für das persönliche tägliche Gebet und gelegentlich auch für eine gemeinsame Andacht, die ich benütze:

Heiland Jesus,

Du hast mich gerufen durch das Zeugnis von Menschen und durch Dein Wort.

Lass mich Dir folgen zusammen mit Brüdern und Schwestern!

Ewiger, treuer Gott und Vater,

Danke, dass ich durch Jesus Christus Dein Kind bin.

Heilige Ruach,

Du, die Liebe, Du, die Wahrheit, Du, die Gerechtigkeit, Du, die Kraft,

lass mich ein Ort sein, wo Du wohnst nach Deiner Verheissung zum Segen für viele!

Das ist das Ganze, das Vollkommene, das Heilende,

die leiblichen Augen schliessen, die Augen des Herzens öffnen

und eintauchen in Deine Gegenwart.

Ich hole mich aus aller Zerstreutheit zusammen und vertraue mich Dir an.

Ich lege mich in Dich hinein wie in eine grosse Hand.

Ich brauche nicht zu reden, damit Du mich hörst.

Ich brauche nicht aufzuzählen, was mir fehlt.
Ich will schweigen, damit ich unter den vielen Stimmen die Deine erkenne.
Ich will schweigen und staunen, dass Du für mich ein Wort hast.
In Dir sein, Gott, ist alles, was ich mir erbitte.
Damit habe ich alles erbeten was ich brauche für Zeit und Ewigkeit.
Amen

Üse Vatter, Du, wo Du üs u das ganze Wältall umgisch,
Di Name söu bekannt wärde als dä, wo tröi isch u sini Zuneigig schänkt!
Dis Rych vom Fride söu würksam sy i üsere Zyt!
Dini Gedanke vom Heil söue ds Gschick vo däre Wäut u üses Härz länke!
Du gisch üs, was mir bruche Tag für Tag.
Du nimmsch üs d Lascht vo üsne Verfählige
u so gäh o mir aui frei, wo sech an üs verfählt hei oder üs öppis si schuldig blibe.
Du steisch üs by, wo mir uf d Prob gestellt wärde.
Du hesch üs erlöst vor Macht vom Tod u vor Zerstörig.
Aui Herrschaft ghört Dir. Geng wider schöpfe mir us Dire Chraft.
Dini Herrlechkeit strahlet auizyt. Amen.

(Unser Vater, der du uns und das ganze All umgibst,
dein Name werde bekannt als der Treue und Schenkende.
Dein Friede durchwirke unsere Zeit.
Deine Gedanken des Heils mögen die Geschicke dieser Welt und unsere Herzen
lenken.
Du gibst uns, was wir bedürfen Tag für Tag.
Du nimmst uns die Last unserer Verfehlungen
Und so geben auch wir alle frei, die sich an uns verfehlt haben oder etwas schul-
dig geblieben sind.
Du stehst uns bei, wo wir auf die Probe gestellt werden.
Du hat uns erlöst von aller Macht des Todes und der Zerstörung.
Alle Herrschaft gehört dir, immer und immer schöpfen wir aus deiner Kraft.
Dein Glanz strahlt allezeit. Amen.)