

Hören

Gebetstool: Wie man im (Eltern-)Alltag beten kann

Was?

Gebet kann einfach sein. Dieses Gebetstool enthält eine einfache Meditation für Eltern und Betreuer kleiner Kinder.

Warum?

„Immer und überall ist Gott gegenwärtig, und immer versucht er, sich jedem zu offenbaren.“ AW Tozer

Bibelbezug:

„Mein Herz ist nicht stolz, Herr, meine Augen sind nicht hochmütig; Ich beschäftige mich nicht mit großen Angelegenheiten oder Dingen, die zu wunderbar für mich sind. Aber ich habe mich beruhigt und bin still, ich bin wie ein entwöhntes Kind bei seiner Mutter; wie ein entwöhntes Kind bin ich zufrieden.“
Psalm 131

Eine kurze Einführung in das Beten im (Eltern-)

Alltag

Eine erschöpfte Mutter besuchte ein Seminar über die Wüstenväter. Sie suchte ein paar Tipps für ihr Gebetsleben. Sich um ihr Baby zu kümmern war anstrengend und alles verzehrend, und sie hatte Mühe, auf kohärente, disziplinierte Weise zu beten.

Ihre alten Routinen waren aus dem Fenster verschwunden, seit sie Mutter geworden war, und sie war die ganze Zeit müde. Sie hatte das Gefühl, dass ihre Beziehung zu Gott genau zu der Zeit am schlimmsten war, als sie in eine große mystische Offenbarung seines Vaterherzens hätte eintreten sollen.

Als der Redner über das außergewöhnliche Leben dieser großen Gebetskämpfer sprach, die alles aufgegeben hatten, um als einfache Einsiedler für Jesus zu leben, wurde diese Mutter immer frustrierter.

Am Ende hob sie die Hand um eine Frage zu stellen: „Sag mal, gab es in der ägyptischen Wüste eine Kinderbetreuung?“

Es ist wichtig, dass wir Modelle der Spiritualität entwickeln, die für gewöhnlich Menschen mit Kindern funktionieren, nicht nur für diejenigen, die das Privileg eines langsameren, einfacheren Lebensstils haben. Das liegt daran, dass die meisten Menschen beschäftigt sind, aber auch, weil Gott in der Geschäftigkeit des Lebens ist – nicht davon getrennt.

Eines der großartigen Dinge an der keltischen Spiritualität ist, wie sehr erdverbunden und gewöhnlich sie ist. Hier ist ein einfaches, kraftvolles keltisches Gebet:

„Ich mache dieses Bett im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes. Amen.“

Als Pete Greig gezwungen war, die Hauptsorge für zwei Babys zu übernehmen, wurde ihm klar, dass er dies als Problem oder Chance sehen konnte:

„Einmal brachte ich Baby Daniel, der gerade ein paar Monate alt war und in seiner Tragetasche schlief, mitten in der Nacht in den Gebetsraum. Ich war gerade dabei, mich niederzulassen, um Zeit mit dem Herrn zu verbringen, als er aufwachte und anfang zu schreien, so dass er eine Veränderung brauchte. Nach einem anfänglichen Ausbruch von Frustration beschloss ich, den Prozess der Veränderung und Ernährung in einen Akt des Gebets zu verwandeln und die ganze Übung nicht als Ablenkung vom Gebet und der Meditation zu betrachten, sondern als Ausdruck davon.“

Tu es: Wie man im (Eltern-)Alltag beten kann

Petes Gebet unten mag für manche seltsam erscheinen, aber wahrscheinlich nicht für jemanden, der sich um ein Baby kümmert. Die gleichen Prinzipien können auf viele Aspekte des gewöhnlichen Lebens angewendet werden – wie z. B. den Weg zur Arbeit, das Kochen einer Mahlzeit, die Zeit im Fitnessstudio oder sogar ein Bad.

Eine Vermittlung zum Wickeln und Füttern eines Babys (3.30 Uhr)

Baby weint

Vater, das bin so oft ich. Ich weiß nicht einmal, warum ich weine. Ich kann die Dinge, die ich fühle, nicht verstehen. Ich bin völlig hilflos, wenn Du mir nicht hilfst. Völlig abhängig von dir. Nimm mich in deine Arme und tröste mich. Jesus, es ist fast unglaublich, sich vorzustellen, dass Du einmal so verletzlich und hilflos warst wie dieses kleine Baby. Ich wette, du hast auch manchmal den Laden runtergeschrien. Heiliger Geist, versteh meine Schreie. Erfülle mich mit Frieden.

Entfernen der Windel, während das Baby weiter schreit

Vater, du weißt es am besten. Du willst nur das Beste für mich. Ich beschwere mich so oft über deinen Versuch, meine Sünde zu reinigen und mich vom Stinken abzuhalten.

Sauber wischen

Vater, ich bekenne meine Sünde: meinen selbst produzierten, stinkenden Dreck. Vergib mir. Danke, dass du mich gereinigt hast. (Nennen Sie Einzelheiten, während Sie das Baby sauber wischen).

Auftragen von Creme auf Windeldermatitis

Ja, mein Schmutz macht mich wund. Und ich bin sicher, es nervt dich genauso wie es mich nervt. Heile meine Sündenwunden. Ich weiß nicht, was das spirituelle Äquivalent dieser Heilcrème ist, aber salbe mich jetzt damit.

Windel anlegen

Vater, du vergibst mir, reinigst mich, heilst mich, tröstest mich und kleidest mich in die reine weiße Gerechtigkeit Jesu. Danke, dass du mich von meiner besten Seite siehst, auch wenn ich mich von meiner schlechtesten Seite sehe.

Nähren

Herr, halte mich fest und sicher. Füttere mich mit Milch. Erfülle mich mit deiner Güte. Reinige alle Unreinheiten des Verstehens. Gib mir neue Energie. Nähre meine Seele. Spreche mich an – ich bin ganz Ohr. Ich ruhe in deinen Armen, wie dieses Baby in meinen ruht.

Wickeln

Gott, ich weiß, dass du meine Gier magst, aber ich weiß auch, dass ich aufgebläht werde, wenn ich dein Essen zu schnell, zu hektisch nehme. Trag mich.

In den Schlaf schaukeln

„Mein Herz ist nicht stolz, Herr, meine Augen sind nicht hochmütig; Ich beschäftige mich nicht mit großen Angelegenheiten oder Dingen, die zu wunderbar für mich sind. Aber ich habe mich beruhigt und bin still, ich bin wie ein entwöhntes Kind bei seiner Mutter; wie ein entwöhntes Kind bin ich zufrieden.“ - Psalm 131

Bücher über Wie man im (Eltern-)Alltag beten kann

The Parenting Book – Nicky and Sila Lee

The Practice of the Presence of God – Brother Lawrence

Gebetstool: Wie man im (Eltern-)Alltag beten kann