

# Ein eigenes Gebet schreiben...



## **FOLGENDE ANREGUNG KANN DIR HELFEN, SELBST EIN GEBET ZU FORMULIEREN:**

- 1.) Sammle Situationen aus deinem Alltag, aus der Freizeit, aus der Schule, in denen du wichtigen Menschen begegnet bist,....  
Also, z.B. dein Weg zur Schule, eine Vorlesungspause an der Uni, ein Abend mit Freundinnen, beim Einkaufen oder Busfahren ...
- 2.) Such dir eine Situation aus, zu der du ein Gebet formulieren möchtest und schreibe zu folgenden Anstößen Gedanken auf:  
Wenn ich an diese Situation, an diese Person(-en), die mir begegnet ist (sind), denke, dann...  
    ...fühle ich...  
    ...wünsche ich mir...  
    ...
- 3.) Wofür möchte ich Gott danken? Worum will ich ihn bitten?

## **STELLE DANN DEIN GEBET AUS DEN 3 SCHRITTEN ZUSAMMEN, z.B.:**

Alltagssituation: Einkaufen auf dem Wochenmarkt  
Gedanken zur Situation:

- Es gibt die unterschiedlichsten Gemüsesorten, Früchte und Blumen zu kaufen.
- Die Farben und Düfte stimmen mich fröhlich.
- Ich bin dankbar, dass so vieles wächst und die Menschen sich die Arbeit machen, all das anzubauen.
- Ich freue mich darauf, etwas auszusuchen und es später zu essen oder etwas Gutes daraus zu kochen.
- Ich fühle, was die „Fülle des Lebens“ bedeuten kann!
- Ich wünsche mir, dass ich immer wieder darüber staunen kann, das...

## **DEIN GEBET KÖNNTE DANN FOLGENDERMAßEN LAUTEN:**

Heute war ich auf dem Markt einkaufen.  
Diese Fülle an Gemüse und Früchten,  
der Duft, den sie verströmen und ihre Farben  
machen mich richtig glücklich.  
Da kann ich spüren, wie üppig das Leben sein kann!  
Gott, ich danke dir für diese bunte Fülle!  
Lass mich immer wieder darüber staunen.