

gutes leben  
**bene!**



Margot & Lea Käßmann

Du gibst immer  
auf mich acht



Mit Kindern beten

Mit Illustrationen von Melanie Brockamp





# Inhalt

Mit Kindern beten	7
Morgengebete	9
Abendgebete	15
Bitten	23
Dankgebete	27
Wenn es Streit gab ...	31
Ängste und Sorgen	35
Zweifel	47
Krankheit	51
Trauer	55
Aufregung	59
Gebet um Frieden	63
Tischgebete	68
Traditionelle Gebete	71





# Mit Kindern beten

Wie gut tut es, beten zu können. Wenn du Angst hast oder überglücklich bist – Gott ist ein Adressat für deine Gedanken und Gefühle, er ist für dich da, sie hört dir zu.

Wenn Kinder sich einüben können ins Beten, begleitet sie das oft ein Leben lang. Denn Beten erzeugt eine Haltung: Ich bin nicht für alles allein verantwortlich, es gibt Gott, an den oder die ich mich wenden kann. Das kann das Leben entscheidend prägen.

Im vorliegenden Band haben wir Gebete zusammengestellt, die Eltern mit ihren Kindern beten können. Einige reimen sich, weil sich die Texte so gut einprägen und ich mich dann daran erinnere, wenn mir selbst die Worte fehlen. Andere sind frei formuliert und können anregen, eigene Worte zu finden für eine bestimmte Situation oder individuelle Gefühle, die ein Kind vor Gott bringen möchte.

Schön ist es, wenn das Gebet ein kleines Ritual wird. Etwa abends vor dem Schlafengehen noch einmal den Tag in Gottes Hand zu legen. Oder vor dem Essen zu danken für das, was wir haben. Rituale sind wie Geländer, die uns durchs Leben (beg)leiten können. Einmal eingeübt, können sie Halt geben, Orientierung in unübersichtlicher Zeit bieten. Heute stehen Individualität, Selbstverwirklichung und Flexibilität oft an erster

Stelle – das ist auch gut. Aber gerade dann brauchen unsere Kinder Verlässlichkeit und Sicherheit.

Wir möchten Eltern ermutigen, mit ihren Kindern zu beten. Denn es gibt so viele Gelegenheiten, mit Gott zu sprechen. Wir können um etwas bitten, aber auch unsere Sorgen oder Freude teilen. Und wenn uns Mitgefühl mit anderen umtreibt, dann können wir für sie beten, sie Gottes Fürsorge anvertrauen.

Wir sind überzeugt, Beten verändert Menschen und Beziehungen. Wer miteinander betet, erlebt Nähe und Geborgenheit. Wer füreinander betet, ist miteinander verbunden. Das Beten kennenzulernen, kann den Horizont erweitern, zur Selbst-reflexion anregen und den Blick auf das Leben anderer lenken.

Wichtig ist uns, dass es keine Pflicht zum Beten gibt, es nie mit Zwang einhergehen sollte. Es gibt keine richtige Zeit und keinen falschen Ort. Aber eines steht fest: Es tut gut, eine regelmäßige Form zu finden. Probieren Sie es aus!

Unsere Erfahrung ist, dass Kinder gern beten, da geht es nicht um Verpflichtung, sondern um ein Bedürfnis. Ich möchte etwas teilen. Wie gut tut es zu wissen, dass ich mich jederzeit an Gott wenden kann, vor allem wenn es gerade sonst niemanden gibt, mit dem ich sprechen kann. Wir haben gute Erfahrungen mit dem Beten und möchten sie gern weitergeben. Aus diesem Gedanken ist dieses Buch entstanden.

Margot und Lea Käßmann

# Morgengebete





Lieber Gott,

schick die Wolken heute fort,  
lass die Sonne hell erstrahlen,  
zeig mir die ganze schöne Welt,  
in all ihren Formen und Farben.

Amen.

Gott,  
du lässt die Regentropfen tanzen,  
den Wind wehen  
und die Blätter fliegen.  
Neues möchte ich heut erleben.  
Behüte mich auf meinen Wegen.

Ich möchte Blumenwiesen sehen,  
im Wald spazieren gehen,  
ins Wasser springen  
und mit den Vögeln um die Wette singen.  
Danke für diesen neuen Tag!

Ich freue mich auf diesen Tag,  
ihn zu füllen, mit allem, was ich mag.

Ich will Abenteuer erleben  
und mich mit Fröhlichkeit umgeben.

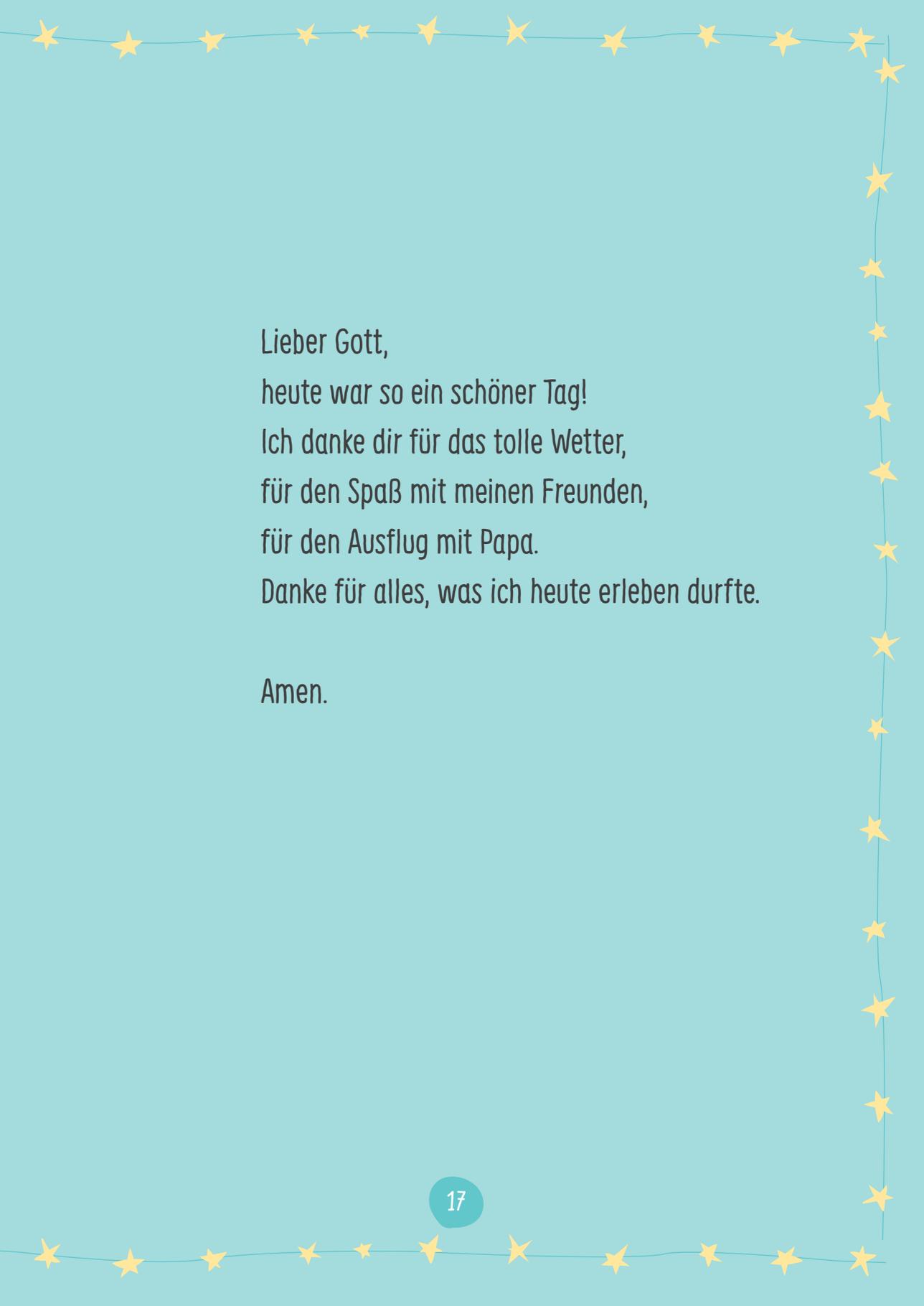
Ich will Zeit mit meinen Freundinnen verbringen  
und sie zum Lachen bringen.

Vielleicht lachst ja auch du.  
Und schaust uns vom Himmel aus zu.

# Abendgebete







Lieber Gott,  
heute war so ein schöner Tag!  
Ich danke dir für das tolle Wetter,  
für den Spaß mit meinen Freunden,  
für den Ausflug mit Papa.  
Danke für alles, was ich heute erleben durfte.

Amen.



Der Tag war richtig schön,  
so viel hab ich gesehen.

Jetzt schließe ich die Augen zu  
und weiß, du hörst mir zu.

Danke, lieber Gott.

Manches hätte ich heute  
lieber anders gemacht.  
Ich bin traurig und geschafft.

Ich möchte noch so vieles sagen.  
Doch jetzt wird erst einmal geschlafen.

Morgen ist ein neuer Tag.  
Sei bitte bei mir – mit Rat und Tat.

Amen.