

# hoffnungsläuten

innehalten  
und beten  
am mittag



## GEBETSVORSCHLÄGE

### GEBET 1

#### Hoffnungsläuten

Den Klang hören und durchatmen.  
Mit Gott sprechen. Vielleicht so:

Gott, sei bei mir.  
Höre meine Sorgen.  
[Stille]  
Höre meine Bitten:  
Für die Kranken.  
Für ihre Angehörige.  
Für die Pflegenden.  
Für die, denen das Geld ausgeht.  
Für die Erschöpften.  
Für die Sterbenden und die Trauernden.  
Tröste, trage, liebe alle, die dich brauchen.  
[Stille]

[Vaterunser]

Gott sagt:  
Fürchte dich nicht. Ich bin bei dir.  
Lass mich darauf vertrauen.  
Danke für alles, was stärkt.  
Amen.

### GEBET 2 [für Menschen ohne christlichen Hintergrund]

#### Hoffnungsläuten

Es ist Zeit, eine kurze Pause einzulegen.  
Ich denke an Menschen, die es schwer haben.  
Ich erinnere mich an alles, was mich tröstet und stärkt.  
Ich halte einen guten Gedanken fest.  
Ich verbinde mich mit Menschen, die gerade auch die Glocken hören.  
Ich bin nicht allein.

# hoffnungsläuten

innehalten  
und beten  
am mittag



## GEBET 3

### Hoffnungsläuten

Es ist Zeit innezuhalten, durchzuatmen, zu beten.

Wir bringen vor Gott, was uns bewegt.

Wir bitten für die Menschen, die jetzt für uns ihren Dienst tun.

Wir bitten für die Kranken.

Wir bitten um Hoffnung und Herzenskraft.

Wir sind verbunden mit allen.

Gott hat uns nicht gegeben den Geist der Furcht, sondern der Kraft und der Liebe und der Besonnenheit.

Amen

## GEBET 4

### Hoffnungsläuten

Hören Sie auf den Klang

Atmen Sie tief durch.

Schließen Sie die Augen,

vielleicht legen Sie sich die Hand aufs Herz.

Denken Sie an die Menschen, die es jetzt besonders brauchen.

Schweigen, auf die Glocken hören

Beten Sie ein Vaterunser

Von guten Mächten wunderbar geborgen,

erwarten wir getrost, was kommen mag.

Gott ist bei uns am Abend und am Morgen,

und ganz gewiss an jedem neuen Tag.

Amen