



Manchmal hilft nur noch beten

Wie alle Gespräche ist auch das Gebet, das Gespräch mit Gott, eine sehr persönliche Sache. Trotzdem können vorformulierte Gebete eine Hilfe sein. Sie können die folgenden gern zu Ihren eigenen machen. Vielleicht sind sie auch der Anfang Ihres persönlichen Dialogs mit Gott.

O Gott, ich weiß nicht mehr aus noch ein. Meine Gedanken kommen nicht zur Ruhe und ich finde keinen Frieden. Die bohrenden Fragen nagen in meinem Herzen. Die Vorwürfe machen mich bitter. Die Selbstanklagen rauben mir den Schlaf. Ich fühle mich wie ein Vogel im Käfig. Hilflos, gefangen, flügelahm und ohne Kraft. Ich weiß wirklich nicht mehr, was ich tun soll. Darum wende ich mich in meiner Not an dich. Bitte verlass mich jetzt nicht. Ich brauche deine Hilfe. Gib mir Kraft, diese schwere Zeit durchzustehen, ohne zu verzweifeln. Hilf mir, meine Gedanken zu sortieren. Hilf mir, richtige Entscheidungen zu treffen. Lass mich erkennen, was ich tun soll. Ich vertraue dir. Amen.

Jesus Christus,

ich habe Angst um _____. Sie ist in der letzten Zeit so abweisend und verschlossen. Ich habe Angst, dass die dunklen Gedanken, das Grübeln und die Depressionen wieder über sie hereinbrechen. Gleichzeitig merke ich, wie auch mein Herz von wilder Panik und plötzlicher Angst überspült wird. Jesus, ich will meine Angst vor dir aussprechen. Ich will dir alles sagen, was mein Herz bedrückt. Du hörst mir zu. Du verstehst mich. Du weißt, was ich denke, ahne und fühle. Bitte sei _____ jetzt ganz nahe. Steh ihr zur Seite und lass immer wieder einen frohen und hellen Gedanken in ihr Herz fallen. Bewahre ihre Seele vor dunklen Grübeleien und schütze sie vor den negativen Einflüssen, die ihr Leben zerstören wollen. Sei bei ihr auf allen Wegen und lass sie heute deine Nähe spüren. Amen.

Herr, wir bringen Dir alle Erkrankten und bitten um Trost und Heilung. Sei den Leidenden nahe, besonders den Sterbenden. Bitte tröste jene, die jetzt trauern. Schenke den Ärzten und Forschern Weisheit und Energie. Den Politikern und Mitarbeitern der Gesundheitsämter Besonnenheit.

Wir beten für alle, die in Panik sind. Alle, die von Angst überwältigt sind. Um Frieden inmitten des Sturms, um klare Sicht.

Wir beten für alle, die großen materiellen Schaden haben oder befürchten. Guter Gott, wir bringen Dir alle, die in Quarantäne sein müssen, sich einsam fühlen, niemanden umarmen können. Berühre Du Herzen mit Deiner Sanftheit. Und ja, wir beten, dass diese Epidemie abschwilt, dass die Zahlen zurückgehen, dass Normalität wieder einkehren kann. Mach uns dankbar für jeden Tag in Gesundheit. Lass uns nie vergessen, dass das Leben ein Geschenk ist. Dass wir irgendwann sterben werden und nicht alles kontrollieren können. Dass Du allein ewig bist.

Dass im Leben so vieles unwichtig ist, was oft so laut daherkommt.

Mach uns dankbar für so vieles, was wir ohne Krisenzeiten so schnell übersehen.

Wir vertrauen Dir.

Danke.
Amen.

Dieses Gebet für die Coronakrise stammt von Johannes Hartl, dem Leiter des Gebetshauses Augsburg.

**GOTT HAT DICH BEGLEITET,
ALS DU DICH SICHER FUHLTEST;
WARUM?
SOLLTE ER DICH VERLASSEN,
WENN DU IHN BRAUCHST?**

HANS-
JOACHIM
ECKSTEIN