

## beten

### Vater unser

Vater unser im Himmel.  
Geheiligt werde dein Name.  
Dein Reich komme.  
Dein Wille geschehe,  
wie im Himmel, so auf Erden.  
Unser tägliches Brot gib uns heute.  
Und vergib uns unsere Schuld,  
wie auch wir vergeben unsern Schuldigern.  
Und führe uns nicht in Versuchung,  
sondern erlöse uns von dem Bösen.  
Denn dein ist das Reich und die Kraft  
und die Herrlichkeit in Ewigkeit.  
Amen.

Weitere **Gebete** finden Sie im *Evangelischen Gesangbuch*  
unter den Nummern 812 - 951.

Eine Auswahl an **Psalmen** finden Sie  
unter den Nummern 702 - 758.



Zentrum Verkündigung der EKHN, Markgrafenstraße 14, 60487 Frankfurt,  
Pfarrerin Dorothea Hillingshäuser, Telefon: 069.7 13 79-125,  
Fax: 069.7 13 79-133, dorothea.hillingshaeuser@zentrum-verkuendung.de

## gestärkt werden

*Wenn Sie diese Kirche wieder  
verlassen, möge die Kraft Gottes  
Sie segnend begleiten.*

### Segen

Gott sei vor dir,  
um dir den rechten Weg zu zeigen.  
Gott sei neben dir,  
um dich in die Arme zu schließen  
und dich zu schützen.  
Gott sei hinter dir,  
um dich zu bewahren  
vor der Heimtücke böser Menschen.  
Gott sei unter dir,  
um dich aufzufangen, wenn du fällst,  
und dich aus der Schlinge zu ziehen.  
Gott sei in dir,  
um dich zu trösten,  
wenn du traurig bist.  
Gott sei um dich herum,  
um dich zu verteidigen,  
wenn andere über dich herfallen.  
Gott sei über dir,  
um dich zu segnen.  
So segne dich Gott,  
heute und morgen und allezeit.



*Herzlich Willkommen*  
zu Gebet und Meditation

## *willkommen*

*Tut mir auf die schöne Pforte,  
führt in Gottes Haus mich ein!  
Ach, wie wird an diesem Orte  
meine Seele fröhlich sein.  
Hier ist Gottes Angesicht,  
hier ist lauter Trost und Licht.  
Evangelisches Gesangbuch 166, 1*

## *da sein*

Diese Kirche gibt mir Raum,  
egal, ob ich mich Gott nah oder fern fühle.  
Ich gönne mir einen Moment Stille  
und genieße die Ruhe.

Einfach da sein,  
sitzen,  
den eigenen Atem wahrnehmen,  
das eigene Herz schlagen hören.

Mich ganz dem Augenblick anvertrauen.  
Gedanken kommen und gehen lassen.

Zeit haben.  
Mehr nicht.  
Und weniger nicht.

## *vertrauen*

Gott, ich komme zu dir,  
mit allem, was ich bin.  
Ich komme mit meiner Freude  
und meiner Dankbarkeit,  
ich komme mit meinen Sorgen  
und mit dem, was mich belastet.  
Dir kann ich alles mitteilen,  
Du kennst mich und weißt,  
was ich brauche.  
In Jesus Christus bist Du Mensch geworden,  
um uns frei zu machen.  
Schenke mir Kraft für den Alltag,  
führe mich durch Zweifel,  
lass mich Grenzen überwinden.  
Erfülle mich mit deiner Liebe,  
die stärker ist als der Tod.  
Amen.



In dieser Kirche können Sie:

- einen Moment innehalten***
- sich umschauen***
- den Alltag unterbrechen***
- über das Leben nachdenken***
- spüren, was Sie bewegt***
- Kraft schöpfen***
- mit Gott sprechen***
- sich in der Kirche und vor Gott bewegen***

Dabei können Sie sich von den folgenden  
Texten anregen lassen.