



Mein Gebetbuch

## **Beten ist ...**

*Gott ist wie ein guter Freund,  
wie eine gute Freundin.*

*Beten ist wie bei einem guten Freund,  
einer guten Freundin sitzen:  
still werden, zuhören, erzählen,  
Zeit miteinander verbringen.*

*Du darfst Gott sagen, was dich freut  
und was dich ärgert.*

*Du darfst ihm erzählen,  
was dir Sorgen oder Angst macht.*

*Und du darfst ihn bitten –  
eben wie einen guten Freund, eine gute Freundin.*

*Hast du einen Lieblingsplatz zum Beten?*

 *Male ihn hier:*

# Grundgebete

## Das Kreuzzeichen

Im Namen des Vaters  
und des Sohnes  
und des Heiligen Geistes.  
Amen.



 *Gestalte das Kreuz auf S. 5 mit Farben, Symbolen!*

*Mit dem Kreuzzeichen beginnen und beenden wir das Gebet.*

*Es gibt das „große“ und das „kleine“ Kreuzzeichen.*

<b>Das <i>große</i> Kreuzzeichen</b>	<b>Das <i>kleine</i> Kreuzzeichen</b>
<i>Mit den Fingern der rechten Hand die <b>Stirn</b> berühren, den <b>Bauch</b>, die <b>linke Schulter</b> und die <b>rechte Schulter</b>.</i>	<i>Mit dem Daumen jeweils ein Kreuz über <b>+ Stirn</b>, <b>+ Mund</b> <b>+ Brust</b> zeichnen.</i>

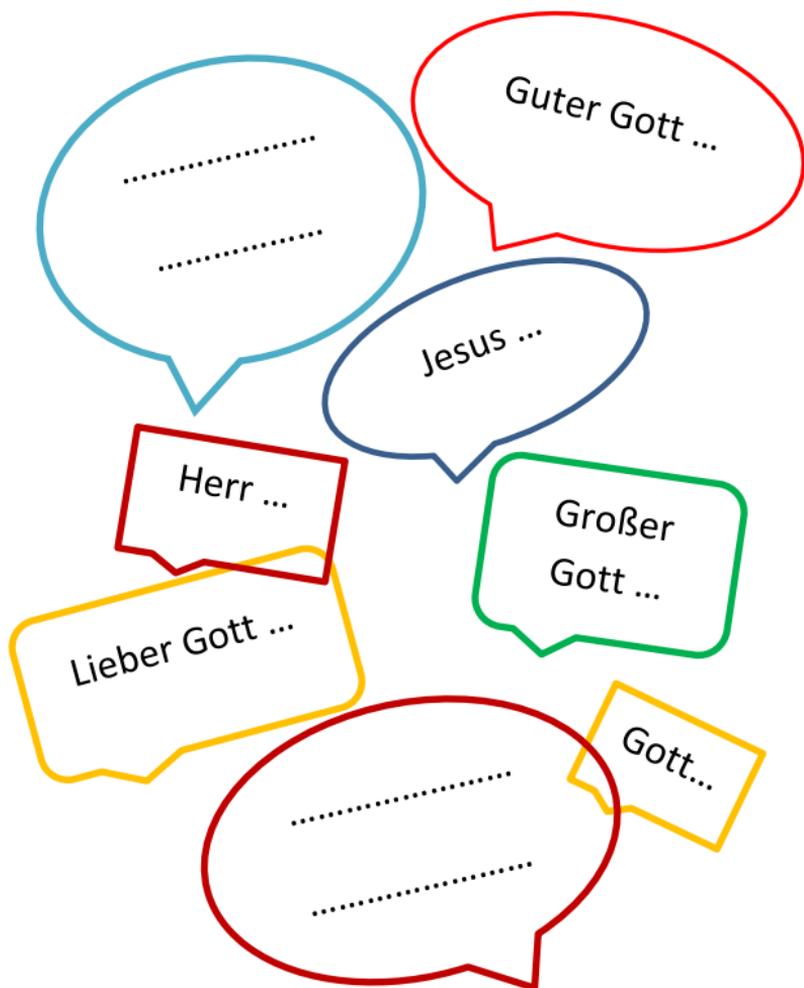
*Probier's aus!*

## Vaterunser

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 unseren  
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.

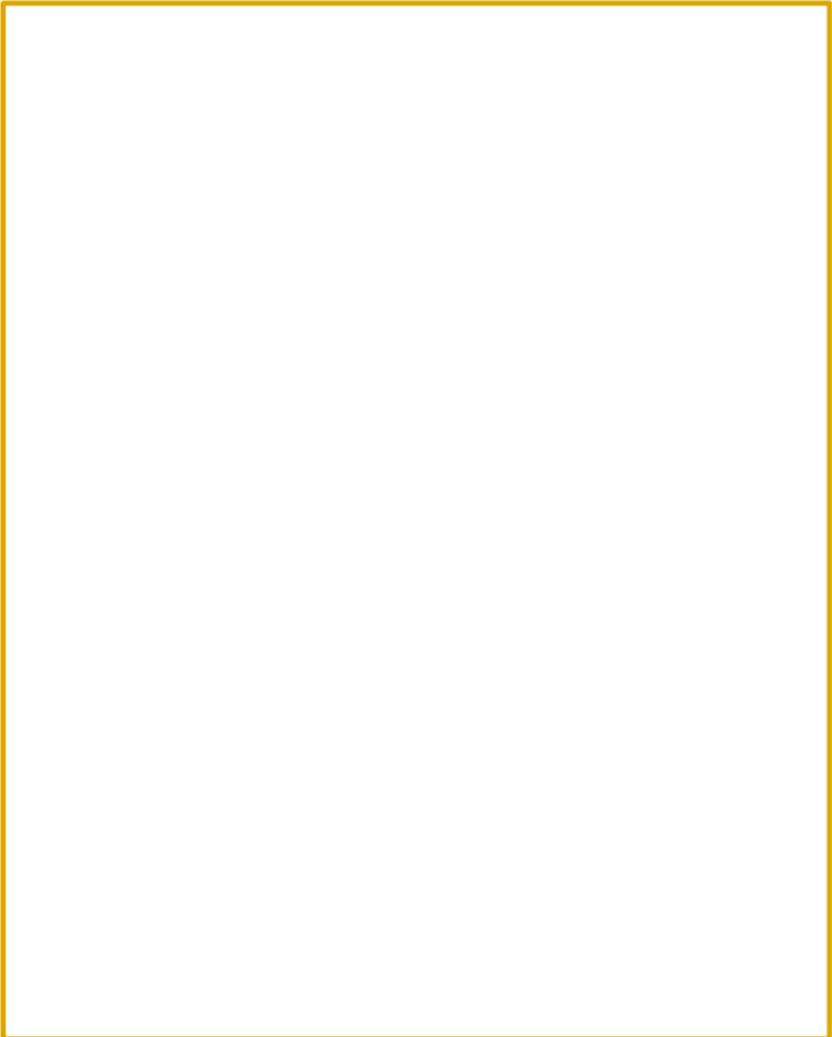
Wir dürfen zu Gott „Vater“ sagen.  
Wie redest du Gott im Gebet am liebsten an? –  
Kennzeichne die Anreden farblich.  
Oder schreibe eigene hinzu.



## Das Glaubensbekenntnis

Ich glaube an **Gott**,  
den **Vater**, den Allmächtigen,  
den Schöpfer des Himmels und der Erde,  
und an **Jesus Christus**,  
seinen eingeborenen Sohn, unsern Herrn,  
empfangen durch den Heiligen Geist,  
geboren von der Jungfrau Maria,  
gelitten unter Pontius Pilatus,  
gekreuzigt, gestorben und begraben,  
hinabgestiegen in das Reich des Todes,  
am dritten Tage auferstanden von den Toten,  
aufgefahren in den Himmel;  
er sitzt zur Rechten Gottes,  
des allmächtigen Vaters;  
von dort wird er kommen,  
zu richten die Lebenden und die Toten.  
Ich glaube an den **Heiligen Geist**,  
die heilige katholische Kirche,  
Gemeinschaft der Heiligen,  
Vergebung der Sünden,  
Auferstehung der Toten  
und das ewige Leben.  
Amen.

*Ich glaube an Gott. Ich vertraue Gott.  
Ich vertraue darauf, dass er immer für mich da ist.  
Kannst du das in einem Bild ausdrücken?*



## Lobpreis

Ehre sei dem Vater  
und dem Sohn  
und dem Heiligen Geist.

Wie im Anfang,  
so auch jetzt und allezeit  
und in Ewigkeit.

Amen.



*Geheimnisvoll!*

*Gott ist einer, einzig.*

*Er ist der Vater, der uns liebt.*

*Er ist der Sohn, Jesus, der Mensch geworden ist.*

*Er ist der Heilige Geist, Gottes Kraft mit uns.*

*So war es schon immer.*

*Und so wird es immer sein.*

*Gott ist einzig und doch in sich Gemeinschaft.*



## Gegrüßet seist du, Maria



Gegrüßet seist du, Maria,  
voll der Gnade,  
der Herr ist mit dir.  
Du bist gebenedeit unter den Frauen,  
und gebenedeit ist die Frucht  
deines Leibes, Jesus.  
Heilige Maria, Mutter Gottes,  
bitte für uns Sünder,  
jetzt und in der Stunde unseres Todes.  
Amen.





## Gebete durch den Tag

Wo ich gehe, wo ich stehe,  
bist du, lieber Gott, bei mir.  
Wenn ich dich auch niemals sehe,  
weiß ich dennoch, du bist hier.

Überliefert



### Segen

*Segnen heißt „Gutes sagen“, „Gutes wünschen“.  
Ein Segenswunsch in der Bibel heißt:*

Gott behüte dich,  
wenn du fortgehst und wiederkommst,  
von nun an bis in Ewigkeit.

Psalm 121

## Am Morgen

Guter Gott,  
ich danke dir  
für die Ruhe der Nacht.  
Ich danke dir  
für den neuen Tag.  
Ich danke dir  
für meine Familie,  
für meine Freunde und Freundinnen,  
für all das Schöne.  
Hilf mir,  
dass dieser Tag gut wird.  
Sei bei mir und begleite mich.  
Schütze und segne mich.  
Amen.



Guter Gott,  
ein neuer Tag hat angefangen.  
Heute ...

*(erzähle Gott, wie's dir geht,  
z.B. heute bin ich aufgeregt, weil ...  
heute habe ich gar keine Lust ...  
heute freu ich mich ...)*

Gott, was auch immer sein mag,  
ich weiß, dass du bei mir bist.  
Gib mir Kraft für diesen Tag.  
Schenke mir Geduld mit mir und anderen.  
Segne und begleite mich.  
Segne und begleite alle, die mir lieb sind.  
Amen.



## Am Mittag – Tischgebete

O Gott, von dem wir alles haben,  
wir danken dir für diese Gaben.  
Du speisest uns, weil du uns liebst.  
O segne auch, was du uns gibst.  
Amen.

---



Alle guten Gaben,  
alles, was wir haben,  
kommt, o Gott, von dir;  
Dank sei dir dafür.

---

Gott, wir haben zu essen und zu trinken.  
Dafür danken wir dir.  
Segne unser Mahl  
und unsere Gemeinschaft.  
Lass uns mit anderen zu teilen.  
Amen.

## Am Abend

Gott,  
ich danke dir für diesen Tag.  
Ich danke dir ...



*(Nun kannst du erzählen,  
was heute schön war,  
worüber du dich gefreut hast, ...)*



Es gab auch etwas, das nicht so gut war heute:

*(Erzähle Gott davon, z.B. der Streit mit ...;  
ich habe mich geärgert ...;  
traurig hat mich gemacht ...)*

Gott,  
diesen Tag lege ich nun zurück in deine Hände.  
Behüte mich in dieser Nacht.  
Behüte all die Menschen,  
die mir lieb sind.  
Amen.

## Mein Lieblingsgebet

A large rectangular box with a yellow border and a folded bottom-right corner, containing ten horizontal dotted lines for writing.

# Beten mit der Bibel

## Ein Lied für Gott – nach Psalm 23

Gott ist mein Hirte.

Er sorgt für mich.

Es fehlt mir an nichts.

Er führt mich auf saftige Wiesen.

Er führt mich zum Ruheplatz am Wasser.

Er gibt mir Kraft.

Er führt mich auf sicheren Wegen.

Gott ist bei mir, wenn es dunkel wird,

Er ist bei mir, wenn es schwierig wird.

Ich brauche keine Angst zu haben.

Denn du, Gott, bist bei mir.

Dein Stock und dein Stab beschützen mich.

Du deckst einen Tisch für mich.

Du machst mich besonders.

Du gibst mir genug von allem.

Du gibst mir nur Gutes und Liebes.

Bei dir darf ich wohnen.

Für immer.

## Mein Lied für Gott

*Schreibe dein Lied für Gott!*



Gott, du bist wie .....

.....

Wo ich auch bin, du .....

.....

Wenn ich Angst habe, .....

.....

Du machst .....

.....

Du bist .....

## Ein Danklied für Gott – nach Psalm 104

Gott, ich lobe dich!

Mein Gott, wie groß du bist. Und wie schön!

Du hüllst dich in Licht wie in einen Mantel.

Du spannst den Himmel aus wie ein Zeltdach.

Du hast Himmel und Erde gemacht,

Wolken und Wasser,

Berge und Täler.

Du lässt es regnen.

Du machst Wind und Wetter.

Du lässt Gras und Getreide wachsen.

So haben wir Brot und Wein,

Salböl für unsere Haut

und Nahrung, die uns stärkt.

Jedes Tier hat seinen Platz:

Vögel nisten in den Bäumen.

Der Steinbock lebt in den Bergen.

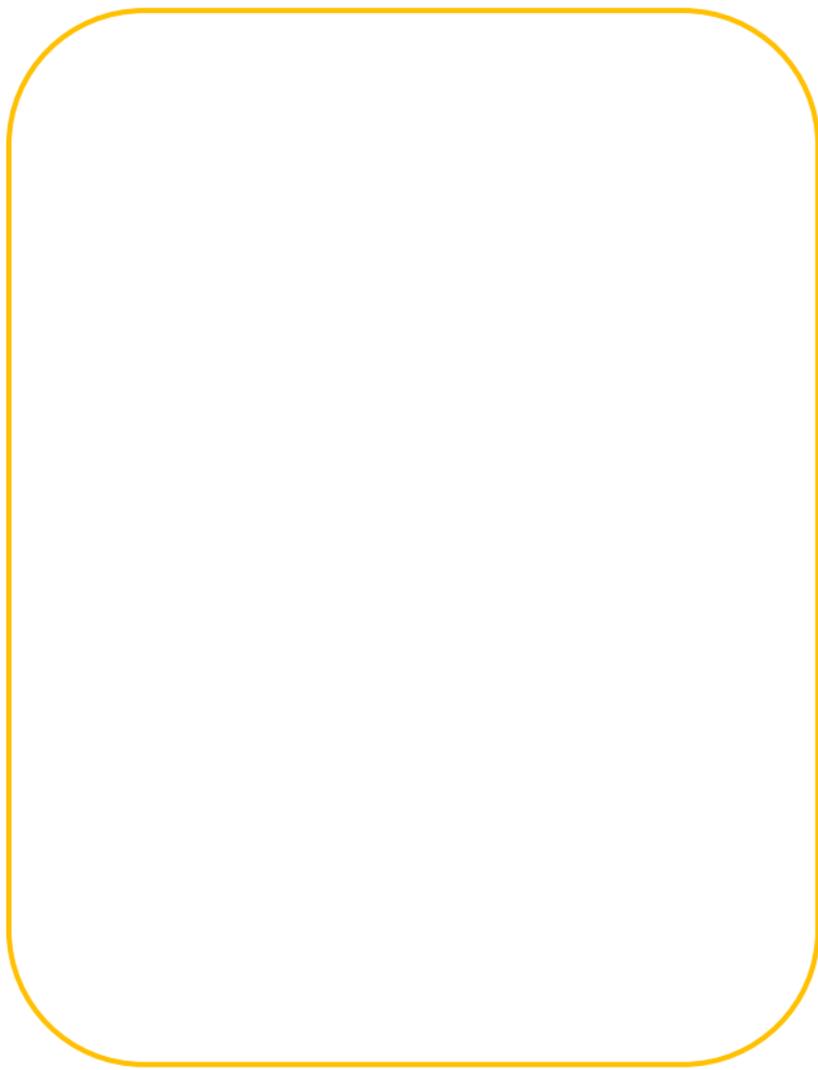
Im Wasser tummeln sich die Fische.

Gott, wie hast du alles schön gemacht.

Ich staune und danke dir.

*Worüber staunst du?*

 *Male dazu ein Bild oder schreibe es auf.*





Titelbild und Schlussbild © Ciker-Free-Vector-Images | pixabay.com

Zusammengestellt von Pastoralreferentin Heidi Braun |  
Fachstelle Gemeindekatechese | HA Seelsorge im Bistum Regensburg 2022