

Bettkantenimpuls

WOCHE 1

Der Tag geht zu Ende und bevor wir schlafen gehen, wollen wir einen Moment innehalten:

In dieser Woche denken wir übers Träumen nach: Schöne Träume, Zukunftsträume, Wunschträume, ...

Jetzt ist es Abend, die Nacht liegt vor uns, und vielleicht wartet ein ganz besonders schöner Traum auf uns!

AUS DER BIBEL

Es gibt eine ganz berühmte Geschichte in der Bibel. Sie erzählt von einem Mann mit dem Namen Jakob und was ihm eines Abends mitten in der Wüste passierte: *Nach einer langen Wanderung schlief er ein und hatte einen Traum: Er sah eine Treppe, die von der Erde bis hoch hinauf in den Himmel ging. Auf der Treppe stiegen Engel auf und nieder. Da hörte Jakob eine Stimme. Gott selbst redete mit ihm. Neben vielem anderen sagte er zu Jakob: „Ich bin bei dir, ich behüte dich, wohin du auch gehst...“*

(nach Genesis 28)

GEBET

Guter Gott,
du bist bei uns,
jeden Tag,
jede Nacht.

Du schickst uns deine Engel,
damit sie uns beschützen.

Lass uns darauf vertrauen und gut schlafen!

Amen.

(nach Psalm 91, 11)

SEGEN

Sprecht euren Lieblingssegen oder unseren Gute-Nacht-Segen:

Zeichnet euch gegenseitig mit dem Daumen ein Kreuz auf die Stirn und sagt dabei:

„Schlaf gut ein und träume schön, bis wir uns morgen wiederseh'n...“