

JA!
SO WIRDS
LEICHT

Bettkantenimpuls

WOCHE 5

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

Wie hat sich dein Tag heute angefühlt? War er schwer, weil du viel tun musstest, es vielleicht sogar Streit gab? Oder war er auch leicht, weil die Sonne schien, weil der Busfahrer dir zulächelte, weil es dein Lieblingsessen gab oder weil Mama und Papa heute mal „ein Auge zugedrückt“ haben.

AUS DER BIBEL

Jesus sagte:

Macht euch also keine Sorgen.
Sorgen machen das Leben schwer.
Habt immer frohen Mut.
Gott weiß, was ihr braucht.
Ihr braucht kein dickes Geld für Essen
und Trinken und Anziehen.
Gott kümmert sich um alles.
Verlasst euch auf Gott.
Jeden Tag von neuem.
Das ist genug.

Nach Matthäus 6

GEBET

Gott,
in unserem Alltag gibt es viel,
das wir tun müssen.

Da übersehen wir oft
die schönen und leichten Dinge im Leben.

Gott,
schenke du uns einen „leichten“ Blick auf die Welt
und lass uns das Schöne und Leichte
in unserem Leben sehen.

Amen.

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...“