

08.08.2019 um 17:45 Uhr

hr4 ÜBRIGENS



Ein Beitrag von

Johanna Fröhlich,

Evangelische Pfarrerin, Gießen

Roller, Sonne, Danke. Amen!

Paula kuschelt sich in ihr Bett nach einem langen Tag. Sie ist müde vom Spielen und Toben, als ihre Mama sie zum Schlafen hinlegt. Sie murmelt leise: „Lieber Gott, Roller, Sonne, Danke. Amen.“ Dann schläft sie ein.

Von diesem kleinen Gebet hat mir ihre Mutter erzählt. Ich fand es so schön. Ganz einfach und doch tief. „Lieber Gott, Roller, Sonne, Danke. Amen.“ Manchmal, wenn ich abends nach einem erfüllten Tag im Bett liege, denke ich an Paula und ihr Gebet. Und dann bete ich selber so. Zum Beispiel: „Lieber Gott, Segnen, Lachen, Danke. Amen.“ Oder an einem anderen Abend: „Lieber Gott, Wandern, Freunde, Danke. Amen.“

Mir hilft es, am Ende eines Tages an das Schöne zu denken, für das ich dankbar bin. Ganz einfach. Ohne Schnörkel. So wie die kleine Paula Gott für das Rollerfahren in der Sonne dankt. Mit diesem Minigebet teile ich mein Glück mit demjenigen, dem ich es verdanke. Ich wende mich an Gott und sage ihm, worüber ich mich an diesem Tag gefreut habe. Das macht mein Herz ruhig. Ich beende den Tag zufrieden. Und dann schlafe ich glücklich ein.