

## Innehalten

Wahrnehmen was los ist in dieser Welt  
in der Stadt  
in meinem Dorf  
um mich herum  
in meiner Familie  
in mir  
mich nicht verwirren lassen  
von Schwerem und Beängstigendem  
mitfühlen  
und die Not an mich heranlassen  
und da wo Not-wendig  
überlegt und gelassen  
entschieden  
klar handeln

Gott,  
ich halte inne und suche Deine Nähe.  
Vieles in unserer Welt und unserer Umgebung  
Ist anders geworden und ungewohnt:  
Unser Alltag hat sich so sehr verändert:  
Keine Versammlungen und gemütliche Abende in der Kneipe,  
kein spontaner Besuch bei Freunden,  
kein Kinobesuch

Stille – (persönliche Situation kann eingefügt werden)

Hilf mir, dass ich mich nicht verwirren lasse  
vom Schweren und Ungewissen,  
von der Angst in dieser neuen Situation.  
Lass mich mitfühlen  
mit den schwachen und kranken,  
den älteren und hilfsbedürftigen Menschen.  
Schenke mir die Kraft und den Mut  
verantwortlich zu handeln  
und notwendende Entscheidungen zu treffen.  
Stärke mich mit deinem Heiligen Geist,  
der Klarheit schafft und ermutigt,  
der tröstet und Hoffnung schenkt.  
Durch Christus unseren Bruder ,  
der uns nahe ist

