

## Ein Gebet an jedem Finger

Von "Himpelchen und Pimpelchen" bis "Zehn kleine Zappelmänner": Diese kleinen, lustigen Fingerspiele kennen viele Eltern und Kinder von klein auf. Gereimte, oft gesungene Verse werden mit spielerischen Bewegungen der Finger oder der ganzen Hand bebildert. Es wird mit eingängigen Rhythmen aufgezählt oder abgezählt. Oft bekommen die Finger bestimmte Rollen zugeschrieben, mit denen alltägliche Vorgänge beschrieben und erklärt werden – Fingerspiele sind für viele eine bekannte und bewährte „Lernmethode“.

Warum also nicht auch mit den Fingern beten?

Das geht auch gut mit schon älteren Kindern. Die Finger werden dabei zu fünf Gebetsvorschläge.

Dabei handelt es sich übrigens um eine alte Tradition aus dem angelsächsischen Raum.

Als Papst Franziskus Bischof von Buenos Aires war, empfahl er sie als einfache Gebetsform, mit der man gut in jeder Situation beten kann.

Nicht nur, aber gerade in diesen Zeiten, in denen wir alle verunsichert sind und vielleicht auch Angst haben, kann beten uns helfen, um einen Moment zur Ruhe zu kommen, uns auf Gott auszurichten und wieder gestärkt zu werden.

Das geht gut mit den folgenden Gebetsvorschlägen (hier in kursiv), aber auch mit den eigenen Gedanken und Worten, die man im Gebet an Gott richtet. Jede und Jeder für sich und / oder gemeinsam als Familie.



### 1. Das Gebet des DAUMENS

Der Daumen ist der Finger, der uns am nächsten steht. So ist das erste Gebet für die Menschen, die für uns am wichtigsten sind.

*Vorschlag:*

*Lieber Gott, gib den Menschen, die wir lieben und die uns nahe sind Gesundheit und Kraft in dieser schwierigen Zeit. Wir denken besonders an ..... (Oma und Opa, Nachbarn, Schulfreunde u.a.), die wir im Moment nicht persönlich treffen können. Hilf ihnen in dieser Zeit und zeige ihnen, dass sie nicht alleine sind und Du sie mit Deiner Liebe trägst.*

## 2. Das Gebet des ZEIGEFINGERS

Der nächste Finger ist der Zeigefinger. Er hilft, für diejenigen zu beten, die heilen, helfen, schützen, versorgen: Ärzte und Pflegekräfte, Rettungskräfte und Feuerwehren, Polizisten, LKW-Fahrer und Supermarktmitarbeiter\*innen.

*Vorschlag:*

*Lieber Gott, wir danken Dir für die, die sich um andere kümmern, auf sie Acht geben und dafür sorgen, dass es uns gut geht. Wir sind froh, dass es sie gibt. Wir bitten Dich, mach sie stark, damit sie nicht den Mut verlieren und durchhalten.*

## 3. Das Gebet des MITTELFINGERS

Der Mittelfinger ist der längste Finger und soll an Menschen erinnern, die regieren und leiten: Staatschefs und Führungskräfte. Sie sind für das Schicksal vieler Menschen verantwortlich.

*Vorschlag:*

*Lieber Gott, in diesen Tagen müssen die Frauen und Männer in den Regierungen, aber auch die Führungskräfte in den Betrieben und Firmen schwierige Entscheidungen treffen. Schenke ihnen gute Gedanken, so dass sie sich weiterhin für Frieden und Gerechtigkeit einsetzen. Mach, dass ihnen mehr als alles andere das Gute für alle am Herzen liegt.*

## 4. Das Gebet des RINGFINGERS

Der vierte Finger ist der Ringfinger und es ist der schwächste Finger, wie die Klavierlehrer<sup>innen</sup> sagen. Gerade jetzt erinnert er uns besonders daran, für die Schwachen und Kranken zu beten. Und noch mehr als sonst, brauchen sie das Gebet.

*Vorschlag:*

*Lieber Gott, Du hast Dich durch deinen Sohn Jesus um die Kranken und Schwachen gekümmert. Gib deinen Zuspruch all denjenigen, die krank sind und leiden. Sei ihnen in ihrer schweren Zeit nahe und tröste sie. Lass Sie durch die Menschen, die sich um sie kümmern, Deine Liebe und Zuwendung spüren und schenke ihnen Hoffnung.*

## 5. Das Gebet des KLEINEN FINGERS

Und zum Schluss ist da unser kleiner Finger, der kleinste von allen Fingern. Der kleine Finger soll daran erinnern, für einen selbst zu

beten. Wenn bereits für die ersten vier Gruppen gebetet wurde, kann man die eigenen Bedürfnisse in der richtigen Perspektive sehen und so besser dafür beten.

*Vorschlag:*

*Lieber Gott, ich danke Dir für mein Leben, meine Familie und meine Freunde. Ich bin froh, dass ich in einer so wunderbaren Welt leben darf. Hilf mir, dass ich das nicht vergesse. Weil du, Gott, mich liebst, möchte ich diese Liebe weitergeben, besonders an alle, die meine Hilfe brauchen. Leite mich in meinem Tun und meinem Lassen.*

AMEN

