

## Hoffnungsläuten – Innehalten und Beten am Mittag

*Halte inne, denk an das, was dich tröstet und stärkt.*

*Bitte für die Menschen, die Kraft brauchen!*

Die Bischöfinnen und Bischöfe der Nordkirche rufen zu einer nordkirchenweiten Aktion auf. In ganz Schleswig-Holstein, Hamburg und Mecklenburg-Vorpommern sollen mittags um 12 Uhr die Glocken läuten, als Zeichen der Hoffnung in schwerer Zeit.

Glocken rufen Christen seit vielen Jahrhunderten zum Gebet. In dieser Zeit können sie zum Erinnerungsruf für alle werden, sich einmal am Tag Zeit zu nehmen, um in sich zu gehen und neue Hoffnung und Kraft zu schöpfen. Die Glocken erinnern uns: Es ist Zeit, sich zu besinnen auf das, was uns tröstet und stärkt und uns weiterträgt angesichts dieser globalen Krise. Es ist gut, ein Ritual zu haben, das uns erinnert: Wir gehören zusammen! Das uns fragt: Was ist jetzt wichtig?

Glocken erreichen die Ohren und Herzen sehr vieler Menschen auch bei Ausgangsbeschränkungen; auch wenn sie einsam in Pflegeheimen und Krankenhäusern liegen; auch wenn sie allein in ihren Wohnungen sitzen. Sie wollen Verbundenheit stärken, Trost und Hoffnung spenden. Die kürzeste Definition von Religion ist: Sich zurückbinden an das, was trägt und hält!

### **Gebetsvorschlag**

*Den Klang hören und durchatmen.*

*Mit Gott sprechen. Vielleicht so:*

Gott, sei bei mir.

Höre meine Sorgen:

*[Stille]*

Höre meine Bitten:

Für die Kranken.

Für ihre Angehörigen.

Für die Pflegenden.

Für die, denen das Geld ausgeht.

Für die Erschöpften.

Für die Sterbenden und die Trauernden.

Tröste, trage, liebe alle, die dich brauchen.

*[Stille]*

*[Vaterunser]*

Gott sagt:

Fürchte dich nicht. Ich bin bei dir.

Lass mich darauf vertrauen.

Danke für alles, was stärkt.

Amen.