

Beten mit Kindern



Unser Tag ist voller Erlebnisse, Taten und Ereignisse. Wir Menschen besitzen die Fähigkeit über unsere Handlungen nachzudenken und sie zu reflektieren. Die Reflexion unserer Handlungen ist nicht nur wichtig für ein gesundes Miteinander, sondern hilft uns auch unsere Erlebnisse und Handlungen zu verarbeiten.

Beten ist wie ein Gespräch mit Gott führen. Im Gebet können wir Gott all unsere positiven und negativen Erlebnisse darbringen, er hat immer ein offenes Ohr und hilft uns dabei gute Menschen zu bleiben oder zu werden. Ich möchte euch daher jetzt zeigen welche Möglichkeiten es gibt sich Gott anzuvertrauen und wie wir Kindern das Beten näherbringen können.

BEDEUTUNG

Ehrlichkeit ist ein wichtiger Grundstein für ein Gebet. Vor Gott dürfen wir sein so wie wir wirklich sind, mit all unseren Stärken und Schwächen, mit unseren Erfolgen und Misserfolgen. Wir brauchen uns nicht zu verstellen, wie wir das in der Gesellschaft manchmal tun, auch für Gefühle ist im Gebet besonders viel Platz. Gott nimmt uns an und liebt uns wie wir sind. Dieser Gedanke sollte uns bewusst sein bevor wir ein Gebet beginnen.

Es ist wichtig, dass ihr beim Beten, das Gesagte (oder Gedachte) auch ernst meint. Diesen Gedanken solltet ihr auch Kindern klar vermitteln. Das heißt nicht, dass ein Gebet nicht lustig sein darf, aber das Gebet soll nicht lächerlich gemacht werden. Wenn ein Kind nicht mitbeten will, dann solltet ihr diese Entscheidung akzeptieren. Es kann ja dabei sitzen und einfach nur zuhören, ohne dass es mitbeten muss. Gott hat uns die Freiheit gegeben selbst zu entscheiden was wir tun und was wir unterlassen. Diese Freiheit sollten wir auch unseren Kindern lassen, denn nur so werden sie einen positiven Bezug zu Gebeten bekommen.

GEBETSFORMEN

Es gibt verschiedene Gebetsformen. Beispielsweise das freie und das gebundene Gebet. Im freien Gebet geht es darum Bitten und Dank in eigenen Worten zu formulieren. Im gebundenen Gebet werden Gebete z.B. aus Büchern vorgelesen.

Bevor ihr mit Kindern ein freies oder gebundenes Gebet beginnt, solltet ihr euch einen gemütlichen Platz suchen. Ihr könnt auch gemeinsam eine Mitte gestalten um die ihr euch herum setzt. Wenn alle einen Platz gefunden haben, beginnt ihr mit einem Kreuzzeichen. Das Kreuzzeichen steht dafür, dass Gott bei uns ist und uns zuhört. Danach könnten beim freien Gebet zwei Symbolen in die Mitte gelegt werden: erstens eine Feder und zweitens ein Stein. Die Kinder dürfen nun nacheinander sagen, was ihnen beispielsweise heute leicht wie eine Feder und was ihnen schwer wie ein Stein gefallen ist. Zu den konkreten Antworten könnte man dann eine Bitte oder einen Dank formulieren: „Guter Gott ich danke dir heute besonders für... und ich bitte dich...“ Danach ist die Nächste an der Reihe.

Beim gebundenen Gebet kann statt den zwei Symbolen ein Gebetsbuch oder ein Gebetstext zur Hand genommen werden aus dem ihr vorlest, oder die Kinder lesen vor.“

Sowohl das freie als auch das gebundene Gebet könnt ihr mit dem Kreuzzeichen wieder abschließen.

GEBETSHALTUNG

Der körperliche Ausdruck gehört ganz wesentlich zum Gebet dazu, da Körper und Seele eine Einheit bilden. Es gibt unterschiedliche Möglichkeiten wie ihr das Gebet auch Körperlich zum Ausdruck bringen könnt. So können die Hände beim Gebet etwa gefaltet oder ineinandergelegt werden. Es gibt aber auch die Möglichkeit die Hände zu einer Schale zu formen oder diese in Richtung Himmel zu strecken. Ebenso kann im Stehen, im Sitzen oder knieend gebetet werden. Mit Kindern könnt ihr die unterschiedlichen Gebetshaltungen ausprobieren und sie sollten selbst entscheiden, welche Gebetshaltung sie bevorzugen.“

BASTELIDEEN

Wer sich mit den Kindern kreativ betätigen möchte hat dazu auch mehrere Möglichkeiten. Zum Beispiel könnt ihr mit den Kindern einen Gebetswürfel gestalten. Man braucht dazu einen auf Papier ausgedruckten Würfel Grundriss. Der Grundriss des Würfels kann nun bemalt oder mit Gebeten versehen werden. Ist der Würfel fertig gestaltet, wird er ausgeschnitten und zusammengeklebt. Ein Gebetswürfel kann sehr gut bei ritualisierten Gebetszeiten eingesetzt werden etwa beim Frühstück oder Mittagessen.

Eine andere Möglichkeit ist die Gestaltung eines Gebetsbuches. Ihr könnt dafür ein schlichtes Notizbuch verwenden, das ihr außen z.B. mit religiösen Symbolen verziert. In das Buch können dann die Lieblingsgebete geschrieben und schön gestaltet werden.

Welche Gebete ihr wählt und welche Körperhaltungen dabei angenehm sind – das müsst ihr selbst herausfinden. Wichtig sind die Ehrlichkeit und die Ernsthaftigkeit des Gebetes. Unter diesen Voraussetzungen kann das Beten mit Kindern eine große Bereicherung für alle sein. Ich bin jetzt einmal gespannt, was meinen Kindern beim Beten gefällt und was nicht“