

Einleitung

Betet ohne Unterlass! 15

Mit Psalmen beten

Selig der Mensch, der nicht dem Rat der Frevler folgt 17
PSALM 1

Wenn ich rufe, gib mir Antwort 18
PSALM 4

Der Herr ist mein Hirt, nichts kann mir fehlen 19
PSALM 23

Nur zu Gott hin wird meine Seele still 20
PSALM 62

Gott, du mein Gott, dich suche ich 22
PSALM 63

Wahrlich, Gott ist gut für Israel 23
PSALM 73

Wie liebenswert ist deine Wohnung 26
PSALM 84

Wer wohnen darf im Schutz des Höchsten 28
PSALM 91

Den Herrn will ich feiern von ganzem Herzen 30
PSALM 111

Lobet, ihr Knechte des Herrn 31
PSALM 113

Ich hebe meine Augen auf zu den Bergen 32
PSALM 121

Wäre da nicht der Herr gewesen, der uns beistand 33
PSALM 124

Da waren wir wie Träumende 34
PSALM 126

Gebete zum Lobpreis Gottes

Gepriesen bist du, Herr, du Gott unsrer Väter 35
DANIEL 3,52–56

Meine Seele preist die Größe des Herrn 36
LUKAS 1,46–55

Gepriesen sei der Herr, der Gott Israels 37
LUKAS 1,68–79

Nun entlässt du, o Herr, deinen Knecht 38
LUKAS 2,29–32

Stimmt meinem Gott ein Lied an 39
JUDIT 16,1–15

Gepriesen bist du, Herr 40
1 CHRONIK 29,10–13

Gebete großer Menschen

Lasst uns zum Herrn beten 41
JOHANNES CHRYSOSTOMUS

Herr, verwandle erst meine Ähre in Brot 42
ISAAK VON ANTIOCHIEN

Erbarme dich meiner 43
MAKARIOS DER ÄGYPTER

Wie eine leuchtende Morgenröte 44
METHODIUS

Gottes Weg will ich gehen 45
PATRICK

Erleuchte unsere Herzen 46
ALKUIN

Schenke auch das Übrige 47
ANSELM VON CANTERBURY

Überreiche Quelle aller Gnaden 48
ANSELM VON CANTERBURY

Im Schutze deiner Flügel geborgen 49
ANSELM VON CANTERBURY

Dich rufe ich in meine Seele 50
ANSELM VON CANTERBURY

Nach deinem Angesicht, o Herr, verlange ich 51
ANSELM VON CANTERBURY

Herr, lehre mich, dich suchen 52
ANSELM VON CANTERBURY

Lass mich dich erkennen und mich an dir freuen 53
ANSELM VON CANTERBURY

Sei begrüßt, geliebter Jesus 54
BERNHARD VON CLAIRVAUX

Komm, Heiliger Geist 55
BERNHARD VON CLAIRVAUX

Mein Gott, mein Helfer, ich will lieben 56
BERNHARD VON CLAIRVAUX

Du lässt dich suchen 57
BERNHARD VON CLAIRVAUX

Den Baum des Lebens pflanzest du mir ein 58
HILDEGARD VON BINGEN

Ich lobe und preise deine unerforschliche Weisheit 59
MECHTILD VON HACKEBORN

Lass mich in dir in Frieden ruhen 60
GERTRUD DIE GROSSE

Mein Gott, dich habe ich lieb 61
GERTRUD DIE GROSSE

Erbarme dich doch über meine Kinder 62
GEBET EINER MUTTER AUS JERUSALEM

Du hast uns erschaffen, deinen Willen zu tun 63
RABBI TANCHUM BAR SCHOLASTIKA

Mache uns zu lebendigen Menschen 64
SERAPION VON THMUIS

Vaters Allmacht kündend 65
SYNESIUS VON KYRENE

Lass dies Herz dich lieben 66
HRABANUS MAURUS

Wessobrunner Gebet 67
KLOSTER WESSOBRUNN

Herr meiner Stunden und meiner Jahre 68
MARTIN LUTHER

Mit Gebeten durch den Tag

Ich danke dir für diesen Morgen 69

Morgengebet 70

Entreiß uns der Finsternis 71

Auf der Fahrt zur Arbeit 72

Gebet vor der Arbeit 73
Wie soll ich auf den Brief antworten? – Bei der Arbeit 74
Ich bin mitten bei der Arbeit 75
In der Pause 76
Gebet am Mittag 77
Lass uns ein wenig bei dir ruhn 78
Lass mich langsamer gehen 79
Gebet in der Freizeit 80
Ich danke dir für den vergangenen Tag 81
In dieser Nacht trägst du mich 82
Behüte uns an Seel und Leib 83
Gebet zur Nacht 84
Gebet vor dem Einschlafen 85
Bei Schlaflosigkeit 86

Beten in der Familie und mit Kindern

Am Morgen 87
Lass mich heute auf dich hören 88
Vor dem Essen 89
Zur Nacht 90
Vor einem Ausflug 91
Segen zum Geburtstag 92
Segen zum Namenstag 93
Im Kindergarten 94
Zum Schulbeginn 95
Bei einer Klassenfahrt 96
In der Schule 97
Zum ersten Schultag nach den Ferien 98

Vor Prüfungen 99
Um Mut und Kraft 100

Freude und Leid – Gebete in besonderen Situationen

Gebet in Traurigkeit 101
Gebet in Angst 102
Ich danke dir für alles, was du mir geschenkt hast 103
Gebet um Vertrauen 104
Ich danke dir für jeden Augenblick 106
Gebet um Trost 107
Schenke mir den Mut, für das Leben und für meine
 Zukunft zu kämpfen 108
Gebet um Stärke 109
Gebet um Gelassenheit 110
Um Rat und Erkenntnis 111
Im Zweifeln 112
Bei Einsamkeit 113
Vor einer Meditation 114
Gebet der Weisheit 115
Gebet um Liebe 116
Gebet um Freundschaft 117
Gebet um Freiheit vom Ego 118
Gebet um Selbstannahme 119
Um den Mut, gütiger mit mir selbst umzugehen 120
Bei Schuldgefühlen 121
Ich halte dir mein Herz hin 122
Gebet im Leid 123
Höre mich, dass mein Schmerz sich lindert 124

- Gebet in Krankheit 125
Lass deinen heilenden Geist in meine Wunden
strömen 126
Gebet im Ärger 127
Gebet bei Eifersucht 128
Gebet bei Neid 129
Gebet in Resignation 130

Gebete bei Exerzitien im Alltag

- Wohne du in mir 131
Öffne mich 132
Sprich du dein Wort der Liebe und Bejahung 133
Gott in der Verborgenheit meines Herzens erfahren 134
Ich danke dir, dass ich dein Kind bin 135
Du schenkst uns deinen Heiligen Geist 136
Ich bitte dich um Achtsamkeit und Geduld 137
Du hast mir neues Leben geschenkt 138
Lass mich deine heiligende Gegenwart in mir spüren 139
Lass mich durchlässig werden für deine Liebe 140
Ich danke dir, dass du mich ganz und gar durchdringst
mit deiner Liebe 141
Mach mich zum Werkzeug deines Friedens 142

Gebete an verschiedenen Orten

- Vor Gott sein 143
In der Natur 144

Auf der Fahrt	145
Auf dem Weg	146
Beim Pilgern	147
An einem Bildstock oder Wegkreuz	148
An einer Brücke	149
An einer Tür	150
Im Labyrinth	151
In einer Kirche	152
Im Krankenhaus	153
Im Altenheim	154
Im Hospiz	155
Auf dem Friedhof	156

Gebete im Jahreskreis

Advent	157
Heiliger Nikolaus	158
Heilige Barbara	159
Vor Weihnachten	160
Weihnachten	161
Der Retter, unser Gott, ist da	162
Jahreswechsel	163
Neujahr	164
Epiphanie	165
Fasching	166
Aschermittwoch	167
Fastenzeit	168
Frühjahr	169
Palmsonntag	170

Karwoche 171
Karfreitag 172
Ostern 173
Auferstanden ist der Herr 174
Weißer Sonntag 175
Muttertag 176
Christi Himmelfahrt 177
Pfingsten 178
Ferien- und Urlaubszeit 179
Herbst 180
Heiliger Franziskus 181
Allerheiligen 182
Heiliger Martin 184

Beten mit Benedikt von Nursia

Im Angesicht der Engel will ich dir lobsingen 185
Psalliert weise 186
Die Lauterkeit des Herzens 187
Du bist gesegnet mit dem Geist der Väter 188

Zum dreieinigen Gott beten

Gott, mein Vater und meine Mutter 189
In Gottes Hand 190
Gebet zu Jesus 191
Jesus, du Brot des Lebens 192
Jesus, der gute Hirte 193

Jesus, die Tür zum Leben	194
Gebet um den Heiligen Geist	195
Der Heilige Geist als Glut der Liebe	196

Segensgebete

Segen am Morgen	197
Segen bei Tisch	198
Segen am Abend	199
Segensgebet	200
Segen der Eltern für ihre Kinder	202
Segen für den Ehemann	203
Segen für die Ehefrau	204
Segen für einen lieben Menschen	205
Segen für dich	206
Aaronitischer Segen	207

Quellenhinweise	208
-----------------	-----