



Gebet

Impulse für den Familien-Alltag
& Ideen für's Beten mit Kindern

FRANZISKA BUCHEGGER





GEBETSIMPULSE FÜR DEN FAMILIEN-ALLTAG

#kitchenprayers

Gebet ist ein wichtiger Bestandteil unseres Alltags. Als Christen sehnen wir uns danach, mit Gott in Verbindung zu bleiben und die Beziehung stets zu vertiefen. Im geschäftigen Familienalltag ist das gar nicht so einfach, denn vieles wirkt dringlicher und notwendiger als das Gebet.

Mit den Gebetsimpulskarten möchte ich euch ermutigen und unterstützen an dem Ort zu beten, wo sich die Familie immer wieder aufhält - die Küche.

Sei es am Küchentisch, beim Waschbecken oder auf dem Kühlschrank, die Karten platziert ihr am besten dort, wo es für euch stimmig ist =)

Ich bin im wuseligen Alltag oft so fokussiert auf meine To-Do-Liste, dass der Tag an mir vorbeizieht, ohne mit Gott in Verbindung zu sein. Was mir persönlich dabei weiterhilft sind diese visuellen Helfer, die mir in der Küche begegnen. Durch die kurzen Impulse bleibe ich den Tag über in einer Haltung des Gebetes und enger in Beziehung mit Gott.

Die verschiedenen Themen sind ein Ausschnitt der Gebetsanliegen, die Familien betreffen und mich durch meinen Alltag begleiten. Durch mein Mama-Sein durfte ich eine viel tiefere Liebe zur Hl. Schrift gewinnen. Daher war es mir auch ein Anliegen zu jedem Thema einen Bibelvers an den Anfang zu stellen.

Für den Gebrauch im Alltag lohnt es sich, die Karten auszuschneiden und zu laminieren (falls du so ein tolles Gerät besitzt oder ausleihen kannst). Mit dem Locher einmal lochen und mit einer schönen Schnur zusammenbinden. So lassen sich die Karten wunderbar aufstellen und die Gefahr, sie zu verstreuen ist gebannt.

Lass mich gerne wissen, wenn du noch Erweiterungsvorschläge oder andere Anmerkungen hast! Ich hoffe von Herzen, dass dir und deiner Familie diese Impulskarten ein Segen im Alltag sind.

FEHLGEBURT



**“Nahe ist der Herr den zerbrochenen Herzen,”
Psalm 34,19**

- Körperliche Heilung und gesegnete Begegnungen mit Ärzten, Krankenschwestern, Hebammen etc
- Trost und Zuversicht durch Partner, Familie, Freunde und Kirchenmitglieder
- Versorgung und Unterstützung im Alltag (Kochen, Putzen, etc)
- eine gesunde Trauerverarbeitung
- Verbundenheit mit Jesus im Leid
- Austausch und Gebet mit anderen Betroffenen

EHE



**“Ein neues Gebot gebe ich euch: Liebt
einander! Wie ich euch geliebt habe, so sollt
auch ihr einander lieben.” Johannes 13,34**

- Für starke und beständige Ehen, die die Liebe Gottes reflektieren und in die Welt ausstrahlen
- Um Gnade für eine Erneuerung und Verwandlung wankender Ehen, für weise Ratgeber und Begleiter
- Weisheit und Einheit für Paare, die Verlust/Trauer leiden und schwere Entscheidungen treffen müssen
- Freude, Sicherheit und Freundschaft
- Liebe, Barmherzigkeit, Güte und Geduld miteinander

UNGEPLANTE SCHWANGERSCHAFT



**“Meine Hilfe kommt vom Herrn, der Himmel
und Erde gemacht hat.” Psalm 121, 2**

- für Pro-Life Organisationen (finanzielle Versorgung, Öffentlichkeitsarbeit, Zugang)
- Ermutigung und Versorgung für Frauen, die alleinerziehend sein werden
- für Stärke und Weisheit sich gegen Abtreibung entscheiden zu können
- freudige, offene, hilfsbereite Reaktionen von Familie, Freunden und der ganzen Gemeinde
- Zuversicht in Gottes Kraft, die in uns stark ist

ERST-MAMAS



**“Wie ein Hirt führt er seine Herde zur Weide, er
sammelt sie mit starker Hand. Die Lämmer trägt er
auf dem Arm, die Mutterschafe führt er behutsam.”
Jesaja 40,11**

- Unterstützung und Fürsorge für Mutter und Baby
- Freude und Dankbarkeit in den schweren Phasen
- Identität in Christus verwurzelt
- Weise ältere Mütter, die liebevoll begleiten
- Weisheit und Hilfe, um für (mentale) Gesundheit zu sorgen
- Körperliche Heilung nach der Geburt
- Liebevoller Begegnungen mit medizinischem Personal
- Stärke für sich und das Kind einzustehen, Kraft von Gott

NEUE PHASEN



“Herr, du mein Fels, meine Burg, mein Retter, mein Gott, meine Feste, in der ich mich berge, mein Schild und sicheres Heil, meine Zuflucht.” Psalm 18,3

- Für Familien, die in einer Veränderung stehen (neues Geschwisterchen, Wohnort, Schule,...)
- Vertrauen in Gott als Fels, Stabilität, Beständigkeit
- Gnade im Umgang miteinander und sich selbst
- Freude an der Veränderung
- gute Wegbegleiter und Freunde
- Loslassen in die Hände Gottes der alten Phase

EHE



“Ein neues Gebot gebe ich euch: Liebt einander! Wie ich euch geliebt habe, so sollt auch ihr einander lieben.” Johannes 13,34

- Für starke und beständige Ehen, die die Liebe Gottes reflektieren und in die Welt ausstrahlen
- Um Gnade für eine Erneuerung und Verwandlung wankender Ehen, für weise Ratgeber und Begleiter
- Weisheit und Einheit für Paare, die Verlust/Trauer leiden und schwere Entscheidungen treffen müssen

GESCHENK DES GLAUBENS FÜR UNSERE KINDER



“Wenn ihr nicht umkehrt und wie die Kinder werdet, könnt ihr nicht in das Himmelreich kommen.” Matthäus 18,3

- Dass unsere Kinder die Frohe Botschaft hören und Gott als ihren Erlöser annehmen
- Um eine Willkommenskultur in unseren Kirchen
- Schutz für unsere Kinder vor Irrlehre und Sucht
- um heilige Freundschaften, die ihnen auf dem Glaubensweg helfen
- Weisheit und Stärke, über ihren Glauben offen zu kommunizieren und Jesus nachzufolgen

GLOBALE MISSION



“Darum geht zu allen Völkern und macht alle Menschen zu meinen Jüngern; tauft sie auf den Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes.” Matthäus 28,19

- Familien stärken in ihrem Missionsauftrag im Alltag
- Weisheit für Familien, die gemeinsam Mission im Ausland leben
- Stärke für alle, die Verfolgung und Gefahr auf Grund ihres Glaubens droht
- Für Kinder von missionarischen Familien

NEUE PHASEN



“Herr, du mein Fels, meine Burg, mein Retter, mein Gott, meine Feste, in der ich mich berge, mein Schild und sicheres Heil, meine Zuflucht.” Psalm 18,3

- Für Familien, die in einer Veränderung stehen (neues Geschwisterchen, Wohnort, Schule,...)
- Vertrauen in Gott als Fels, Stabilität, Beständigkeit
- Gnade im Umgang miteinander und sich selbst
- Freude an der Veränderung
- gute Wegbegleiter und Freunde
- Loslassen in die Hände Gottes der alten Phase

ERWERBSARBEIT



“Alles, was ihr tut, geschehe in Liebe.” 1 Korinther 16,14

- Für Mütter und Väter, dass sie Zeugen Christi am Arbeitsplatz sein können
- Weisheit dem Willen Gottes im Arbeitsalltag zu folgen
- Gute Kinderbetreuung mit christlichen Werten
- Dass es stets zuerst um das Reich Gottes geht und der weltliche Reichtum den rechten Platz einnimmt
- um stabile finanzielle Versorgung für Familien

GESCHENK DES GLAUBENS FÜR UNSERE KINDER



“Wenn ihr nicht umkehrt und wie die Kinder werdet, könnt ihr nicht in das Himmelreich kommen.” Matthäus 18,3

- Dass unsere Kinder die Frohe Botschaft hören und Gott als ihren Erlöser annehmen
- Um eine Willkommenskultur in unseren Kirchen
- Schutz für unsere Kinder vor Irrlehre und Sucht
- um heilige Freundschaften, die ihnen auf dem Glaubensweg helfen
- Weisheit und Stärke, über ihren Glauben offen zu kommunizieren und Jesus nachzufolgen

GLOBALE MISSION



“Darum geht zu allen Völkern und macht alle Menschen zu meinen Jüngern; tauft sie auf den Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes.” Matthäus 28,19

- Familien stärken in ihrem Missionsauftrag im Alltag
- Weisheit für Familien, die gemeinsam Mission im Ausland leben
- Stärke für alle, die Verfolgung und Gefahr auf Grund ihres Glaubens droht
- Für Kinder von missionarischen Familien

PSYCHISCHE GESUNDHEIT



“Muss ich auch wandern in finsterner Schlucht, ich fürchte kein Unheil; denn du bist bei mir, dein Stock und dein Stab geben mir Zuversicht.” Psalm 23,4

- Besonders für Depression (Postpartal/Generell) - für Erkenntnis und den Mut, Hilfe in Anspruch zu nehmen
- für Heilung und Licht in der Dunkelheit
- für gute Wegbegleiter und Freunde, die praktisch und geistig unterstützen
- Gute Behandlungsmöglichkeiten mit christlichen Werten
- Verbundenheit mit Jesus im Leid

SCHULD & SCHAM



“Denn der Lohn der Sünde ist der Tod, die Gabe Gottes aber ist das ewige Leben in Christus Jesus, unserem Herrn.” Römer 6,23

- Für Weisheit, um zwischen Schuld und Scham unterscheiden zu können
- Dass Familien die Hoffnung der Botschaft Christi annehmen können und Vergebung empfangen
- Für alle, die mit Scham kämpfen, um das erleben der Freiheit der Kinder Gottes
- für heilige Beziehungen, die frei von Scham und bereit zur Vergebung sind

EVANGELISIEREN



“Denn ich schäme mich des Evangeliums nicht: Es ist eine Kraft Gottes, die jeden rettet.” Römer 1,16

- Familien, die sich in der Gemeinde engagieren und offen ihren Glauben leben
- um Führung durch den Hl. Geist, wenn wir von Jesus erzählen
- Dass die Wahrheit des Evangeliums sanft und liebevoll geteilt wird
- Bewusstsein für Familien, dass sie als Zeugen Christi in der Welt leuchten, dass sich Handlungen mit den Worten des Glaubens decken

ELTERN IN DEINER GEMEINDE



“Ihr aber seid der Leib Christi und jeder Einzelne ist ein Glied an ihm.” 1 Korinther 12,27

- Einheit mit Blick auf Jesus
- Gegenseitige Ermutigung
- Dass Bedürfnisse gesehen und erfüllt werden
- Willkommenskultur für neue Familien
- Gegenseitige Unterstützung
- Verbundenheit in Gespräch und Gebet
- Offene Augen für Nöte und helfende Hände

HEILIGER ALLTAG



“Der Gott des Friedens heilige euch ganz und gar.” 1 Thessalonicher 5,23

- für unsere persönliche Beziehung zu Gott - Verbundenheit und Gebet im Alltag
- Erneuerung durch Gottes Gnade
- Wachstum in den Früchten des Hl. Geistes - sichtbares Zeichen der Liebe Gottes in der Welt werden
- Loslassen der weltlichen Schätze - Leben in Perspektive Ewigkeit
- Gemeinschaft mit anderen Gläubigen
- Kraft und Weisheit Gottes Willen zu erkennen und zu tun

ERZIEHUNG



“Kinder sind eine Gabe des Herrn, die Frucht des Leibes ist sein Geschenk.” Psalm 127,3

- Weisheit und Einheit der Eltern in allen Entscheidungen
- Liebevolltes Setzen von Grenzen, Sicherheit und Geborgenheit
- Schatzsucherblick und gute Leitung von den Eltern
- Familienleitbild, das Jesus ins Zentrum stellt und sich nach christlichen Werten ausrichtet
- Beziehung vor Erziehung, Verbundenheit und Liebe
- Spaß und Freude miteinander
- Christliche Freunde für unsere Kinder

GASTFREUNDSCHAFT



“Vergesst die Gastfreundschaft nicht; denn durch sie haben einige, ohne es zu ahnen, Engel beherbergt.” Hebräer 13,2

- Offenheit und Mut für Familien, Menschen in ihr Zuhause einzuladen
- Für Kreativität und Weisheit um ihren Gästen liebevoll zu begegnen und die Frohe Botschaft vorzuleben
- für tiefe Gespräche und Verbundenheit
- für gute Tischgemeinschaft und Genuss
- für ein demütiges Herz, sich in Wahrheit zeigen zu können (Stolz und Scham loslassen)

FAMILIEN IN KRIEGSGEBIETEN



“Frieden hinterlasse ich euch, meinen Frieden gebe ich euch; nicht einen Frieden, wie die Welt ihn gibt, gebe ich euch. Euer Herz beunruhige sich nicht und verzage nicht.” Johannes 14, 27

- Stärke und Einheit im Gebet
- Trost und Zuversicht durch den Glauben
- Versorgung der körperlichen und seelischen Bedürfnisse, Zugang zu Hilfsgütern und Medizin
- Hoffnung in Christus
- Wiederherstellung der zerstörten Infrastruktur
- Zusammenhalt der Menschen vor Ort

KINDER MIT BESONDEREN BEDÜRFNISSEN



“Merib-Baal blieb also in Jerusalem; denn er aß immer am Tisch des Königs; er war aber an beiden Füßen gelähmt.” 2 Samuel 9,13

- Dass Gott den Eltern Frieden und Vertrauen schenkt
- Weisheit bezüglich medizinischer Behandlungen, Therapien und Ratgebern
- Für die Eltern, dass sie Freude an ihrem Kind haben dürfen und das gemeinsame Sein genießen
- Dass die Familien leuchten als Zeichen Gottes Liebe
- Gute Begleitung in der Verarbeitung der Diagnose, dass Trauer und Freude Raum haben dürfen
- Dass die Hoffnung des Himmels Kraft schenkt

TECHNISCHE GERÄTE



“Denn der Herr gibt Weisheit, aus seinem Mund kommen Erkenntnis und Einsicht.” Sprichwörter 2,6

- Weisheit und Klarheit in der Verwendung von technischen Geräten innerhalb der Familie
- Schutz und Beistand Gottes für Medien/Handykonsum außerhalb der Familie (in Schule, bei Freunden,...)
- gesunde Grenzen der Eltern, sodass sie gute Vorbilder sind
- Um den Geist der Unterscheidung bezüglich der Nutzung von Social Media
- um gute, altersgerechte Entscheidungen bezüglich Bildschirmzeiten auf diversen Geräten
- Priorität von Beziehungen im realen Leben

ZWEIFEL IM GLAUBEN



“Die Schlange war schlauer als alle Tiere des Feldes, die Gott, der Herr, gemacht hatte. Sie sagte zu der Frau: Hat Gott wirklich gesagt: Ihr dürft von keinem Baum des Gartens essen?” Genesis 3,1

- Barmherzigkeit, Gnade und Zuspruch Gottes
- Nähe des Hl. Geistes im Alltag, Bilder, Eindrücke, Wörter, die ermutigen und Gottes Liebe spürbar machen
- Ermutigung, Gebet und Begleitung von Freunden
- Mut, über die Zweifel zu sprechen und sich auszutauschen
- gute Beziehungen, die durch die Wüstenzeit tragen

POLITIK



“Dann wird der Herr König sein über die ganze Erde. An jenem Tag wird der Herr der Einzige sein und sein Name der Einzige.” Sacharja 14,9

- für Vertrauen, dass Gott alles in der Hand hat
- für PolitikerInnen mit christlichen Werten, die sich für Familien einsetzen
- Menschen in der Politik, die selbst Familie haben und nach Gottes Willen leben
- Weisheit und den Geist der Unterscheidung gut zu wählen
- Mut, die eigene Stimme für Familien einzusetzen und für die eigenen Werte einzustehen

BIBELVERSE PROKLAMIEEREN

Mittlerweile sind positive Affirmationen im Trend und ihre gute Auswirkung auf die Psyche sind bekannt. Gott weiß das natürlich schon lange, weshalb wir in der Heiligen Schrift viele solcher positiven Sätze finden können.

Beim gemeinsamen Lesen in der (Kinder-)bibel, Bilder anschauen und besprechen, lassen sich viele Schätze entdecken. Verschiedene Medien können hier hilfreich sein, wie zum Beispiel Lieder mit Bibelversen, die Bibel als Hörbuch oder auch Geschichten aus der Bibel mit Ausmalbildern. Der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt!

Als Eltern wünschen wir uns für unsere Kinder, dass ihre Identität fest in Christus und seiner Liebe gegründet ist. Dafür habe ich euch einige Sätze zusammengestellt, die ihr gemeinsam proklamieren, gestalten, singen, rufen, schön aufschreiben,...könnt:



In Christus bin ich frei. (Johannes 8,36)

In Christus bin ich mit Gott versöhnt. (Römer 5,10)

In Christus bin ich Gottes Kind. (Galater 4,4-5)

In Christus bin ich mit dem Heiligen Geist besiegelt. (Epheser 1,13)

In Christus bin ich geliebt. (Epheser 2,4)

In Christus bin ich versorgt. (Philipper 4,19)

In Christus bin ich gerettet und vergeben. (Kolosser 1,13-14)

In Christus bin ich erwählt. (1 Thessalonicher 1,4)



Es lohnt sich, diese Sätze auch miteinander zu besprechen und die Perspektiven der einzelnen Familienmitglieder zu entdecken.

Dafür habe ich mir 3 Impulsfragen überlegt:

- Was bedeutet dieser Satz für dich?
- Welches Gefühl löst es in dir aus, das zu hören, dir zuzusprechen?
- Welche 3 Sätze möchtest du auswendig lernen? Warum?

FINGERGEBET MIT KINDERN

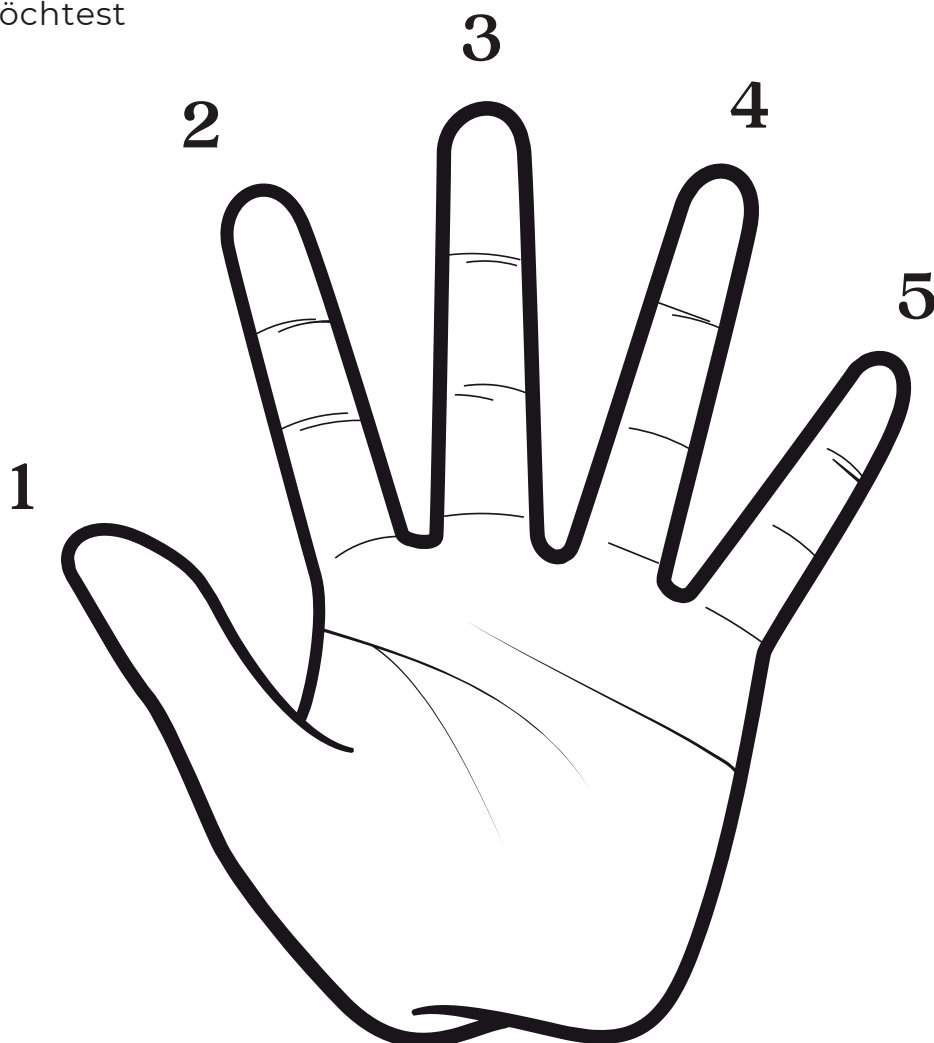
1. Daumen - dir am nächsten- Bete für alle, die dir nahe sind, besonders deine Familie und deine Freunde.

2. Zeigefinger - richtungsweisend - Bete für alle, die dich erziehen und lehren (vor allem Eltern und Lehrer)

3. Mittelfinger - der längste Finger - Bete für alle, die dich außerhalb der Familie leiten (Geistige Leiter, Politik, Beruf)

4. Ringfinger - der schwächste Finger - Bete für die Schwachen, Leidenden, alle Personen, die Not leiden

5. Kleiner Finger - der kleinste - Bete für dich selbst, all deine Bedürfnisse, Sorgen und Nöte und alles, was du heute mit Gott teilen möchtest



GEBETSKETTE BASTELN

Wählt gemeinsam ein Thema oder eine Person aus, für das/ die ihr diese Woche beten möchtet. Beschriftet den Streifen, malt ihn an und klebt ihn dann zu einem Ring. Jede Woche kommt ein neuer Streifen dazu.

Diese Form des Gebetes eignet sich zum Beispiel sehr gut für die Fastenzeit, Advent oder die Tage bis zum Pfingstfest.

	hier kleben
	hier kleben
	hier kleben
	hier kleben
	hier kleben
	hier kleben
	hier kleben

DANKE

Es freut mich sehr, dass wir im Gebet verbunden sind! Meine Arbeit mache ich von Herzen gerne und investiere viele Stunden und auch finanzielle Eigenmittel (Website, Programme, Fortbildungen,...) damit ich diese kostenlosen Produkte anbieten kann.

Warum? - Meine Sehnsucht ist nicht, ein erfolgreiches Online-Business aufzubauen, sondern Reich Gottes zu bauen und meine Talente dafür zu schenken. Besonders Mütter und Familien liegen mir am Herzen und ich möchte nicht, dass es an finanziellen Mitteln scheitert.

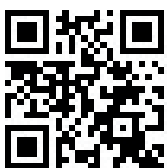
Wenn es dir leicht möglich ist und du es auf dem Herzen hast, freue ich mich, wenn du über mein PayPal-Spendenkonto deinen Beitrag dazu schenken möchtest. Ich vertraue auf die Versorgung des Herrn und bin dankbar für jeden kleinen oder größeren Betrag, der meine Arbeit unterstützt.



Schreibe mir sehr gerne an info@franziskabuchegger.com, wenn du Anregungen, Rückmeldung oder persönliche Fragen hast! Ich freue mich immer sehr von meinen LeserInnen zu hören.

Gottes Segen und ich freue mich, dass wir gemeinsam auf dem Weg sind!

Deine Franziska



Hier geht's zum Wachstumsnewsletter (alle 5-6 Wochen) mit kleinen Alltagsgeschichten, Impulsen und Buchempfehlungen aus meinem persönlichen Weg. Für alle Neuansmeldungen gibt es einen Gutschein für eine GRATIS Postkarte zur Jahreslosung aus meinem Shop <3

...folge mir auch gerne auf Instagram unter [@franzi.buchegger](https://www.instagram.com/franzi.buchegger)

