

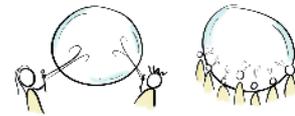
# Seifenblasengebet



1. Schritt: Alle kommen in einem großen Kreis zusammen



2. Schritt: Alle holen ihre imaginären Seifenblasen heraus und pusten gemeinsam eine riesige, imaginäre Seifenblase auf.



3. Schritt: Alle treten ganz vorsichtig und leise in diese Seifenblase ein.



4. Schritt: Alle senken den Kopf und richten den Blick auf den Boden. („Wir sagen Gott jetzt in unseren Gedanken, was uns traurig macht oder belastet.“)



5. Schritt: Alle heben den Kopf und richten den Blick Richtung Himmel. („Wir sagen Gott jetzt in unseren Gedanken, was uns glücklich macht oder worüber wir dankbar sind.“)



6. Schritt: Alle treten ganz vorsichtig wieder aus der Seifenblase heraus.



7. Schritt: „Amen“ – alle lassen die Seifenblase mit einem Schnalzer oder „plopp“ platzen.

