



STEPHAN SIGG

# ECHT

| Neue Gebete für junge Menschen

# ZEIT



TYROLIA



STEPHAN SIGG

**ECHT**

**I Neue** Gebete für junge Menschen

**ZEIT**



## VORWORT

24 Stunden am Tag, 7 Tage die Woche gibt Gott dir Energie. Er ist für dich da, und das **nonstop**: Egal, ob morgens beim Aufstehen, im vollbesetzten Bus, beim Einkaufen im Supermarkt oder wenn du abends vor dem Fernseher sitzt – in jeder Situation kannst du dich an ihn wenden.



Er hat ein offenes Ohr für dich, wie auch immer du gerade drauf bist oder wo du bist. Meine Gebete sollen dir helfen, jeden Tag und jede Nacht total aufgeweckt zu erleben. Sie sollen dich aber auch inspirieren, eigene Worte für das zu finden, das dich von früh bis spät beschäftigt.

**Ich wünsche dir viel Freude  
mit meinen Texten!**

Stephan Sigg





05:10

**Mach mich wach!**

Wirk mehr als zwei Energydrinks

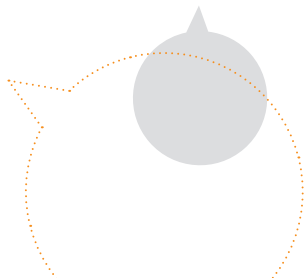
Schieb die Sonne nach oben

Wisch den Schlaf aus meinen Augen,

damit ich sehe, wie schön du die Welt gemacht hast.

Lass die Energie neu durch meine Adern fließen

und mich die Welt erobern.





05:17



Ein neuer Tag –  
1000 neue Chancen?

**Ein kostbares Geschenk?**

Warum kann es nicht schon abends sein?  
So viele Hürden vor mir  
Ich wünschte, es wäre schon zwölf Stunden später.  
Hilf mir durch den heutigen Tag,  
lass mich in keiner Stunde vergessen,  
wie kostbar er ist.





06:10

Der Wecker schrillt,  
aufstehen,  
losgehen,  
ein neuer Tag.

Ich hetze,  
ich eile,

die Zeit fliegt,  
abends todmüde

total ausgelaugt

nur noch ins Bett, an nichts mehr denken

Fortsetzung folgt im nächsten Morgengrauen

### **Wofür tu ich mir das an?**

Wo will ich hin?

Nehme ich mir Zeit für das, was mir wirklich **wichtig** ist?







06:37



Nur ein paar Sekunden  
bevor mein Tag startet,  
durchatmen,

**kurz überlegen:**

Wohin bin ich unterwegs?

Was ist mein Ziel vom heutigen Tag?

Was liegt mir am Herzen?

Für wen investiere ich meine Zeit?

Was tun, damit ich abends zufrieden zurückblicke?



# 06:42

Blick in den Spiegel

Danke, dass du mich erschaffen hast,

selbst jetzt im Morgengrauen,

mit den Augenringen

und dem zerstrubbelten Haar

dass ich perfekt bin, so wie ich bin

auch wenn die Wangenknochen nicht so hoch sind

und meine Taille nicht so schmal

wie bei der Brünetten auf der Litfaßsäule,

meine Brust nicht so muskulös

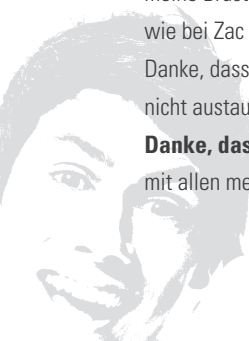
wie bei Zac Efron.

Danke, dass du mich so unverwechselbar gemacht hast,

nicht austauschbar wie Kandidatin Nr. 568 bei Germanys Next Top Model

**Danke, dass ich einzigartig bin,**

mit allen meinen Ecken und Kanten.





06:49

Im Zug, ich starre durch das regennasse Fenster,  
die Landschaft eilt an mir vorbei,  
wie gestern, wie morgen, wie übermorgen,  
die ganz normale Alltäglichkeit, und doch,  
auf einmal wieder ganz deutlich vor Augen:  
die vielen Wunder, die du gemacht hast:  
die Tropfen, die gegen die Scheiben prasseln,  
die Bäume, die sich im Sturm biegen,  
die Felder, die Wiesen, voller Farben  
die Wolken, die weiterziehen, um Platz zu machen,  
für einen blauen Himmel, für die Sonne,  
für einen neuen Tag.  
Danke, dass du alles so wunderbar gemacht hast!  
**Danke für den neuen Tag.**





06:58



Mensch an Mensch

Dicht gedrängt,

Niemand grüßt

Gesichter verstecken sich hinter Zeitungspapier

In alle Ohren Kopfhörer gestöpselt

**Jeder für sich**, mit niemandem reden,

kein Lächeln, kein Guten Morgen,

lasst mich in Ruhe, lasst mich allein

ich bin gar nicht hier.

Du sollst den Nächsten lieben wie dich selbst?

Es ist mir zu eng hier, zu muffelig

ich könnte alle auf den Mond schießen.

Ist mir egal, wie es den anderen geht.

Jeder ein Geschöpf Gottes?

Nicht immer einfach, dich in anderen Menschen zu entdecken.



