

## Mittagsgebet „to go“ in der 4. Passionswoche (14.03. – 20.03.2021)

*Mit der Menge zu gehen ist einfach.  
Es braucht Mut, um allein zu stehen.  
(Melina Royer)*

Im Namen des Vaters und des Sohnes  
und des Heiligen Geistes. Amen.

Herr, gib uns Mut zum Hören auf das, was du uns sagst.  
Wir danken dir, dass du es mit uns wagst.  
- Herr, erbarme dich unser

Herr, gib uns Mut zum Dienen, wo`s heute nötig ist.  
Wir danken dir, dass du dann bei uns bist.  
- Herr, erbarme dich unser

Herr, gib uns Mut zur Stille, zum Schweigen und zum Ruhn.  
Wir danken dir: Du willst uns Gutes tun.  
- Herr, erbarme dich unser

Herr, gib uns Mut zum Glauben an dich, den einen Herrn.  
Wir danken dir, denn du bist uns nicht fern.  
- Herr, erbarme dich unser  
GL 448 (ö)

### **Gebet**

Dich, oh Herr, brauchen wir, um Kraft und Mut zu schöpfen. Kraft und Mut, um immer wieder aufzustehen, um nie die Hoffnung aufzugeben. Kraft und Mut, um ab und an auch wieder bei Null zu beginnen, wenn mal wieder unser Leben durcheinander geworfen wurde. Wir danken dir, Gott, dass wir es aber auch immer wieder schaffen einzelne Ziele zu erreichen. Dass wir – trotz mancher „fauler“ Tage – uns auch dazu aufraffen können, neue Ziele anzugehen. Und doch fällt es uns so häufig schwer, unseren Lebensweg im Blick zu behalten. Danke, dass du uns immer wieder Kraft und Mut dazu gibst. Amen.

### **Kurzgeschichte:**

Es gab einmal einen Adler, der zusammen mit Hühnern großgezogen wurde. Dieser Adler glaubte dann auch, er sei ein Huhn, und verbrachte den ganzen Tag mit Körnerpicken.

Eines Tages entdeckte ein Vogelliebhaber den Adler und nahm sich vor, aus diesem Hühneradler wieder das zu machen, was er war, ein König der Lüfte, ein Adler eben. Zuerst ging er in den Hühnerstall und hob den Adler in die Höhe. Der Adler flatterte mit seinen Flügeln und zeigte deutlich seine versteckte Kraft. Der Vogelliebhaber sagte zu ihm: „Breite deine Flügel aus und flieg davon! Du bist kein Huhn, du bist der König der Lüfte. Du kannst

doch hoch hinauf fliegen. Sei nicht zufrieden mit dem Hühnerleben!“ Doch der Adler plumpste zu Boden und machte sich sogleich wieder ans Körnerpicken, wie es alle Hühner taten.

Der Vogelliebhaber versuchte es immer und immer wieder. Aber der Adler blieb bei den Hühnern. Etwas verärgert packte er den Adler eines Tages in einen Käfig und fuhr mit ihm in die Berge. Er setzte den Käfig auf einen Felssprung und öffnete die Käfigtür. Der Adler guckte ihn jedoch nur seltsam an und blinzelte mit seinen Augen. Vorsichtig nahm der Vogelliebhaber den Adler aus dem Käfig und setzte ihn auf einen Felsen. Der Adler schaute in den Himmel und bereitete wieder seine wunderschönen Flügel aus. Zum ersten Mal schien es, als würde er in sich etwas anderes als ein Huhn fühlen. Als der Adler in die Tiefe blickte, fingen seine Flügel an zu zittern. Der Vogelliebhaber merkte, dass der Adler furchtbar gern fliegen wollte, dass ihm dazu aber der Mut fehlte. Er flog nicht. Der Vogelliebhaber fragte sich enttäuscht: „Wie kann ich dem Adler das Fliegen beibringen?“ Er schaute herum und ließ das Bergpanorama auf sich wirken. Als er die Bergspitze betrachtete, kam ihm plötzlich die Antwort.

Er packte den Adler wieder in den Käfig und kletterte mit ihm bis zu einem der Gipfel. Dort waren andere Adler. Dort hatten sie ihre Nester. Von dort flogen sie mit kräftigen Flügelschlägen hinaus. Der Adler beobachtete das alles sehr aufmerksam, und sobald er aus dem Käfig war, streckte er seine Flügel aus, flatterte und hüpfte erfolglos auf dem Felsen herum. Plötzlich rutschte er ab, weil die Sonne ihn blendete. Doch wie er fiel, spürte er plötzlich eine große Kraft in sich. Voller Mut streckte er seine großen Flügel aus und er konnte mühelos fliegen, genau wie die anderen Adler. Er entdeckte, wer er war, ein Adler! Befreit und wie berauscht kreiste er einige Male um die Bergspitze und flog, getragen von seinem Mut, schließlich davon.

### **Meditation:**

„Wir glauben, Dinge nicht zu können, bloß weil wir sie nur ein einziges Mal ausprobiert haben und gescheitert sind. Der einzige Weg, herauszufinden, ob wir etwas können oder nicht, ist, es auszuprobieren, und zwar mit vollem Einsatz. Aus ganzem Herzen!“ (J. Bucay)  
Klar, wir brauchen für diesen Schritt Mut. Negative Erfahrungen und Enttäuschungen brennen sich in unser Gedächtnis ein. Kein Mensch möchte sich als Versager fühlen. Und doch entwickelt sich daraus eine stille, aber stetig bohrende Selbstsabotage: Was ist, wenn es dann wieder nicht klappt? Nur wieder eine weitere Enttäuschung?

Wir haben aber jeden Tag die Chance, Erfahrungen zu machen. Vielleicht ist es an der Zeit, unsere eigenen Zweifel zu überprüfen, unsere Arme auszubreiten und unser Gesicht dem Wind entgegenzuhalten. Nicht, um zu fallen. Ganz im Gegenteil – um unsere Kraft zu entdecken und uns Mut zu geben. Trauen wir uns! Wir sind mutig, stark, neugierig und selbstbewusst. Nein? Aber wir können es sein, wenn wir wollen!  
Nur mit einer Portion Mut erfahren wir, wer wir sind, was in uns steckt.

### **Fürbitten:**

Wir wenden uns an Jesus Christus, den Freund der Armen, der sich unter die Verbrecher zählen ließ, und bitten ihn:

> In diesen Tagen jährt sich zum 10. Mal die Dreifachkatastrophe in Japan: Erdbeben-Tsunami- Atomunfall in Fukushima. Wir beten für die Menschen, die noch immer in Behelfsbehausungen wohnen oder ihre Heimatregion für immer verlassen mussten.

- Jesus, wahres Licht vom wahren Licht: Wir bitten dich, erhöere uns.

> Öffne denen die Augen, die in ihren Gruppen, Familien, Parteien und Institutionen sich für die Besseren halten und auf andere herabschauen.

- Jesus, wahres Licht vom wahren Licht: Wir bitten dich, erhöere uns.

> Schenke den Menschen, die auf der Sonnenseite des Lebens stehen, die wahre Freiheit, die befähigt zum Teilen mit denen, die unter Hunger, Krankheit und Gewalt leiden, und schenke ihnen den Mut zum Einsatz für gerechte Strukturen.

- Jesus, wahres Licht vom wahren Licht: Wir bitten dich, erhöere uns.

Gott, unser Vater, du hast deinen Sohn nicht in die Welt gesandt, dass er die Welt richtet, sondern, dass sie durch ihn gerettet wird. Du bist unser Ursprung und unser Ziel in Zeit und Ewigkeit. Amen.

### **Wir beten:**

Vater unser im Himmel,  
geheiligt werde dein Name.  
Dein Reich komme.  
Dein Wille geschehe,  
wie im Himmel so auf Erden.  
Unser tägliches Brot gib uns heute.  
Und vergib uns unsere Schuld,  
wie auch wir vergeben unsern Schuldigern.  
Und führe uns nicht in Versuchung,  
sondern erlöse uns von dem Bösen.  
Denn dein ist das Reich und die Kraft  
und die Herrlichkeit in Ewigkeit.  
Amen.

Gott, du Schöpfer alles Lebendigen, bewahre uns in dieser schwierigen Zeit. Das Miteinander der Menschen bröseln und wird zum Gegeneinander. Du kannst die Herzen erreichen. Öffne unsere Augen, dass wir im Mitmenschen Schwestern und Brüder sehen und nicht Feinde. Lenke unsere Schritte zum Frieden. Mache uns stark, sei unser Pulsschlag, dass wir uns nicht wegducken. Gib uns den Mut, immer neu die Initiative zu ergreifen, um zu handeln, wenn es geboten ist.

Du Gott, der nach uns schaut, stärke unseren Mut, die Zeichen der Zeit zu erkennen, unsere Möglichkeiten klug zu prüfen, sie zu ergreifen und zu handeln. Amen.

Gehen wir in unseren Alltag mit Mut und dem Segen Gottes:

Der Herr segne und behüte uns, er schenke uns seinen Frieden und er gebe uns den Mut zu den kleinen Schritten auf unserem Lebensweg.

Im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes Amen.

*(Team Mittagsgebet [ka:punkt] - H. Domdey - Unter Verwendung von online-Arbeitshilfen)*