

[ka:punkt], Grupenstr. 8, 30519 Hannover,  
Tel.: 0511 – 270 73943

Mittagsgebet „to go“

Vom 03.05. – 09.05.2021 (18 KW)

***Gelobt sei Gott, der mein Gebet nicht verwirft  
noch seine Güte von mir wendet. - Psalm 66,20 -***

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

1. Mit Jauchzen freuet euch: / Der Herr ist hoch erhöht. / Singt,  
bis die Welt vergeht, / von seinem Sieg und Reich! / Singt laut  
das Lied von Gottes Reich: / Der Herr ist König. Freuet euch!

2. Der starke Gottessohn / zerbrach der Sünde Macht. / Als er  
das Werk vollbrachte, / bestieg er seinen Thron. / Singt laut das  
Lied von Gottes Reich: / Der Herr ist König. Freuet euch!

3. Er nahm die Himmel ein. / Die Höll und Todeswelt / sind  
Jesus unterstellt / und müssen's ewig sein. / Singt laut das Lied  
von Gottes Reich: / Der Herr ist König. Freuet euch!

4. Bis seinem Herrscherfuß / sich auch der letzte Feind, / der  
noch zu siegen meint, / zerbrochen beugen muss: / Singt laut  
das Lied von Gottes Reich: / Der Herr ist König. Freuet euch!

### Gebet

Herr, wenn du an meiner Seite gehst,  
wird mein Schritt nicht leichter, aber mutiger.

Herr, wenn Dein Auge auf mir ruht,  
wird meine Not nicht weniger, aber erträglicher.

Herr, wenn Dein Angesicht sich mir zuwendet,  
wird meine Angst nicht kleiner, aber durchschaubarer.

Herr, wenn Du mich umfängst, bin ich geborgen.

## Enttäuschung

„Drei Monate lang war ich unterwegs, um hierher zu dir zu gelangen, damit du mich unterweist, den Pfad der Erleuchtung zu gehen“, sagte der eifrige Schüler zum Meister.

„Die weite Reise hättest du dir sparen können“, entgegnete der Meister, „und den langen Weg zur Erleuchtung sowieso.“

„Wie soll ich das verstehen?“, stammelte der verunsicherte Schüler.

Der Meister erwiderte lächelnd: „Statt deiner vielen tausend Schritte hierher hätte ein einziger genügt.“

„Nur ein Schritt?“, fragte der verunsicherte Schüler.

„Ja“, sagte der Meister. „Tritt einen Schritt neben dich.“

*(aus: „Balsam für die Seele, Norbert Lechleitner)*

## Enttäuschungen als Chance wahrnehmen

Immer wieder enttäuscht uns das Leben. Wir sind enttäuscht über uns selbst, über unsere Versagen und Scheitern. Wir sind enttäuscht von unserem Beruf, von den Nachbarn, unseren Mitmenschen. Manche reagieren resigniert auf die Enttäuschung. Sie finden sich halt ab mit dem Leben, wie es ist. Aber in ihrem Herzen stirbt jede Leichtigkeit ab, jede Hoffnung. Die Träume vom Leben werden vergraben.

Auch die Enttäuschung könnte mich zu einem Schatz führen. Vielleicht will sie mich von den Illusionen befreien, die ich mir über mich und meine Zukunft gemacht habe. Vielleicht habe ich alles mit einer rosaroten Brille angeschaut, und jetzt reißt mir die Enttäuschung die Brille aus dem Gesicht und zeigt mir die Wahrheit meines Lebens.

Die Enttäuschung entlarvt die Täuschung, der ich bisher verfallen war, und hebt sie auf. Sie zeigt mir, dass mein Selbstbild nicht gestimmt hat, dass ich mich falsch eingeschätzt habe.

So ist die Enttäuschung die Chance, das wahre Selbst zu entdecken, das Bild, das Gott sich von mir gemacht hat. Natürlich tut die Enttäuschung erst einmal weh. Aber durch

Schmerz hindurch kann ich lernen, mich mit der Realität auszusöhnen und so realistisch und angemessen zu leben.

*(Pater Dr. Anselm Grün)*

Hymnus aus dem Kolosserbrief

Er ist das Bild des unsichtbaren Gottes,  
der Erstgeborene der ganzen Schöpfung; -  
denn in ihm wurde alles geschaffen, im Himmel und auf Erden.  
Das Sichtbare und das Unsichtbare, Throne und Herrschaften,  
Mächte und Gewalten - alles wurde geschaffen durch ihn und  
auf ihn hin.

Er ist vor allem und alles hat in ihm Bestand. Er ist das Haupt  
des Leibes - der Kirche - er ist Anfang, Erstgeborener aus den  
Toten, damit er in allem der Erste sei;  
denn in ihm gefiel es aller Fülle Wohnung zu nehmen –  
und durch ihn alles zu versöhnen auf ihn hin, auf Erden wie im  
Himmel, durch sein Kreuzesblut.

Ehre sei dem Vater und dem Sohn und dem Heiligen Geist,  
wie im Anfang, so auch jetzt und allezeit und in Ewigkeit.

Fürbitten:

**Jesus Christus kennt uns und unsere Sorgen.**

**Wir bleiben verbunden mit unserer Welt und beten  
angesichts ihrer Not:**

Wir beten für die vielen alten und immer mehr jungen  
Menschen, die an Covid19 erkrankt sind; und für ärztliches  
und pflegendes Personal, die in Kliniken und auf den  
Intensivstationen um jedes Leben kämpfen.

**- Jesus Christus, wir bitten dich, erhöre uns.**

Wir beten für Familien und Kinder, für Händler und  
Künstlerinnen, die unter all den Einschränkungen wegen der  
Pandemie besonders zu leiden haben; und für die vielen, die  
ihre persönliche Freiheit wichtiger finden als die Gesundheit  
von allen.

**- Jesus Christus, wir bitten dich, erhöre uns.**

Wir beten für die Menschen in der Ukraine, im Donbas und in  
Russland, die gerade auf ein wenig Entspannung hoffen; und  
für Frauen und Mädchen in Afghanistan, deren Zukunft wieder  
unsicher scheint.

## **- Jesus Christus, wir bitten dich, erhöre uns**

Jesus Christus, du kennst die Not der Welt und liebst die Menschen.

Wir danken dir für deine Liebe und Nähe und preisen dich mit dem Vater im Heiligen Geist heute und morgen und bis in 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.

### Segen

Deine Hände sollen immer Arbeit finden,  
immer einen Groschen in der Tasche, wenn du ihn brauchst.  
Das Sonnenlicht soll auf dein Fenstersims scheinen  
und dein Herz voll Gewissheit sein,  
dass nach jedem Unwetter ein Regenbogen leuchtet.

Der Tag sei dir günstig und die Nacht dir gnädig.

Die gute Hand eines Freundes, einer Freundin,  
soll dich immer halten.

Und möge Gott dir das Herz erfüllen mit Frohsinn und Freude.

Gott, wie Vater und Mutter, segne dich:

... dein Lachen und dein Weinen.

... dein Vertrauen und dein Zweifeln.

... die Fülle und den Mangel deines Lebens.

So segne dich Gott in allem, was du bist,

der Vater, der Sohn und der Heilige Geist. Amen

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