

ÖKUMENISCHES  
STUNDENGE BET

# Mittagsgebet

Samstag, 15. Mai 2021

**Sankt Bernhard**

Mit Texten und Liedern aus dem  
Liederbuch SichtWeisen  
und aus der Arbeit der Initiative  
Ökumenisches Stundengebet e.V.



**3. Ökumenischer Kirchentag**

Frankfurt am Main, 13.–16. Mai 2021

**digital und dezentral**

## Gebet zum Mittag – Bewährt – Dorschschnaufe

Mit dem „Dorschchnaufe“ am Mittag lässt man auf Hessisch  
Spannung ab und „schnauft durch“:

Immerhin, der Vormittag ist schon mal „erumm“, also geschafft.

*Auf ein Zeichen hin erhebt sich die Gemeinde.*

*2 Kantor\*innen (V und A) singen im Wechsel.*

*In manchen Traditionen ist zu Beginn ein Kreuzzeichen üblich,  
zum „Ehre sei ...“ eine Verneigung.*

**V** O Gott, komm mir zu Hil - fe. **A** Herr, ei - le mir zu hel - fen.

**V** Meine Zeit steht in Dei-nen Hän-den. **A** Hilf mir durch dei-ne Gü-te

**V** Ehre sei dem Vater und dem Sohn und dem Hei - li - gen Geist,

**A** wie im Anfang, so auch jetzt und al - le Zeit und in E-wig-keit. A-men.

(Entfällt in der Fastenzeit.)  
Hal - le - lu - ja.

## Eingangswort

*Eine\*r:* Dorschschnaufe – so heißt es im Hessischen.  
Innehalten – in der Mitte des Tages. Atem holen.  
Nach innen schauen.  
Einen Augenblick ausruhen bei dir, Gott.

## Stille

### Ampel-Meditation

*(Lektoren im Wechsel)*

Rot – Gelb – Grün:  
Das sind die Farben von Ghana  
oder auch von Bolivien.  
Doch diese Flaggen  
sehe ich nie.

Rot – Gelb – Grün  
sind auch die Farben der Ampel.  
Die sehe ich oft.  
Oft sehe ich Rot!  
Es bringt mich zum Halten  
und auch zum Ärgern:  
Wann geht es weiter?  
Ich hab' keine Zeit!  
Doch in dem Farbklang steckt  
Weisheit!

Rot:  
Zuerst lerne Warten.  
Nimm das Halten als Pause.  
Lass andern den Vortritt.  
Übe Geduld.

Gelb:  
Nun kommt deine Zeit.  
Doch stürm nicht gleich los!  
Erhebe die Augen.  
Schau dich kurz um,  
ob Rücksicht vonnöten.  
Werde des Weges  
vor dir gewiss.



Grün:  
Jetzt ist die Bahn frei.  
Du kannst voran!  
Doch:  
Geh oder fahre nicht einfach nur weiter!  
Grünkraft ist größer  
als nur ein simples Voraus.  
Sieh in diesem Moment  
mehr als nur diesen Moment:  
Grün ist die Hoffnung,  
ist Sprengkraft, ist Aufbruch –  
werde dir dessen  
außen und innen bewusst.

Rot – Gelb – Grün,  
das sind die Farben des Alltags,  
das ist die Flagge des Lebens.  
Mein Land heißt: Brich auf!

## Instrumentalmusik

## Worte aus Psalm 119,13.14.18

*Frauen*<sup>1</sup>: Mit meinen Lippen verkünde ich  
alle Entscheide deines Munds.

*Männer*<sup>2</sup>: Ich will mit meinen Lippen erzählen  
alle Urteile deines Mundes.

*Frauen*: Am Weg deiner Zeugnisse habe ich Freude,  
wie an jeglichem Reichtum.

*Männer*: Ich freue mich über den Weg deiner Zeugnisse,  
wie über allen Reichtum.

*Frauen*: Öffne mir die Augen,  
dass ich schaue die Wunder deiner Weisung!

*Männer*: Öffne mir die Augen,  
dass ich sehe die Wunder an deinem Gesetz.

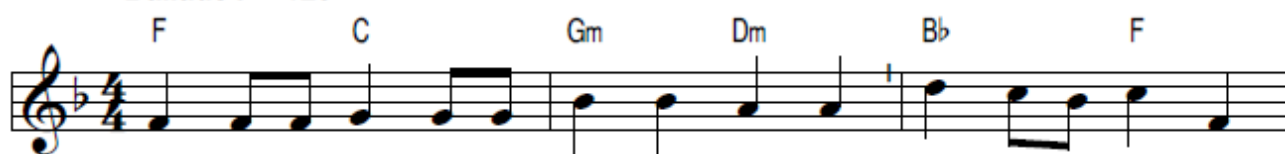
*Frauen*<sup>1</sup> – Einheitsübersetzung 2016  
*Männer*<sup>2</sup> – Luther 2017



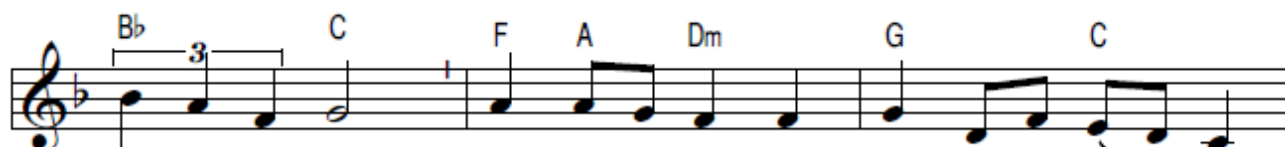
Foto: Thomas Vogel

# 124 Gott gab uns Atem

Ballade ♩ = 120



1. Gott gab uns A - tem, da - mit wir le - ben. Er gab uns Au - gen,  
 2. Gott gab uns Oh - ren, da - mit wir hö - ren. Er gab uns Wor - te,  
 3. Gott gab uns Hän - de, da - mit wir han - deln. Er gab uns Fü - ße,



1. dass wir uns sehn. Gott hat uns die - se Er - de ge - ge - ben,  
 2. dass wir ver - stehn. Gott will nicht die - se Er - de zer - stö - ren.  
 3. dass wir fest stehn. Gott will mit uns die Er - de ver - wan - deln.



1. dass wir auf ihr die Zeit be - stehn. Gott hat uns die - se  
 2. Er schuf sie gut, er schuf sie schön. Gott will nicht die - se  
 3. Wir kön - nen neu ins Le - ben gehn... Gott will mit uns die



1. Er - de ge - ge - ben, dass wir auf ihr die Zeit be - stehn.  
 2. Er - de zer - stö - ren. Er schuf sie gut, er schuf sie schön.  
 3. Er - de ver - wan - deln. Wir kön - nen neu ins Le - ben gehn.

## Lesung Gen 6,12-19:

Gott sah auf die Erde: Sie war durch und durch verdorben. Denn alle Lebewesen auf der Erde hatten den rechten Weg verlassen und sich dem Bösen zugewandt. Da sagte Gott zu Noah: „Ich habe den Untergang aller Lebewesen beschlossen, denn ihretwegen ist die Erde voller Gewalttaten. Ja, ich will sie mit der Erde vernichten. Bau dir ein Schiff, eine Arche, aus Nadelholz! Statte die Arche mit Kammern aus und dichte sie innen wie außen mit Pech ab. Mach die Arche 150 Meter lang, 25 Meter breit und 15 Meter hoch. Mach das Dach für die Arche so, dass es einen halben Meter übersteht. Bring den Eingang der Arche an ihrer Seite an. Bau sie mit drei Stockwerken: einem unteren, einem mittleren und einem oberen.

Denn ich will eine Sintflut über die Erde hereinbrechen lassen. Sie soll alles unter dem Himmel vernichten, in dem der Lebensatem ist. Alles, was auf der

Erde ist, soll umkommen. Doch mit dir schließe ich einen Bund: Geh in die Arche – zusammen mit deinen Söhnen, deiner Frau und den Frauen deiner Söhne. Nimm von allen Lebewesen jeweils ein Paar mit in die Arche. Je ein Männchen und ein Weibchen soll es sein, damit sie mit dir am Leben bleiben.“

## In das Dunkel deiner Vergangenheit 32

♩ = 68

Strophen

1. In das Dun - kel dei - ner Ver - gan - gen - heit, in das  
 2. In das Spiel\_\_\_\_\_ dei - ner Ge - füh - le, in den  
 3. Ins Ge - lin - gen dei - ner Ge - sprä - che, in die  
 4. In die En - ge dei - nes All - tags, in die  
 5. In den Licht - blick dei - ner Hoff - nung, in die

1. Un - ge - wis - se dei - ner Zu - kunft, in den Se - gen dei - nes  
 2. Ernst\_\_\_\_\_ dei - ner Ge - dan - ken, in den Reich - tum dei - nes  
 3. Lan - ge - wei - le dei - nes Be - tens, in die Freu - de dei - nes Er -  
 4. Wei - te\_\_\_\_\_ dei - ner Träu - me, in die Schwä - che dei - nes Ver -  
 5. Schat - ten dei - ner Ent - täu - schung, in das Seh - nen dei - ner

1. Hel - fens, in das E - lend dei - ner Ohn - macht,  
 2. Schwei - gens, in die Ar - mut dei - ner Spra - che,  
 3. fol - ges, in den Schmerz dei - nes Ver - sa - gens,  
 4. stan - des, in die Kräf - te dei - nes Her - zens,  
 5. See - le, in die Fra - gen dei - nes Le - bens,

Refrain

in all dein Sein, in dein Füh - len\_\_\_\_\_ und\_\_\_\_\_ Den - ken  
 le - ge ich mei - ne Zu - sa - ge: Ich bin da!

## **Gebet**

*Eine\*r:* Gott, wir danken dir.  
Immer wieder öffnest du uns die Augen für deine Wunder.

*Alle:* Lass uns davon erzählen.

*Eine\*r:* Deine Worte, deine Zeichen weisen uns den Weg.

*Alle:* Sie machen uns reich.

## *Kurze Stille*

*Eine\*r:* Gott, in der Mitte des Tages denken wir an die Menschen,  
die uns lieb sind.

*Alle:* Sei du mit ihnen.

*Eine\*r:* Wir denken an die, denen es schlecht geht.

*Alle:* Sei du mit ihnen.

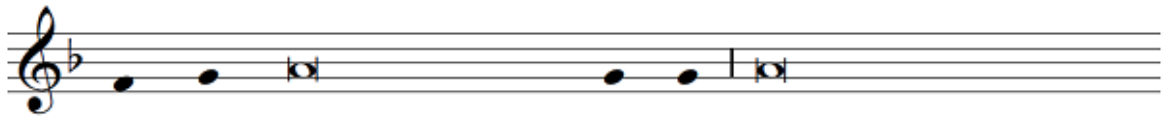
*Eine\*r:* Wir denken an die, die im Krieg leben müssen.  
Die verfolgt sind.  
Unter Unrecht leiden.

*Alle:* Sei du mit ihnen.

## *Stille*

## **Segen**

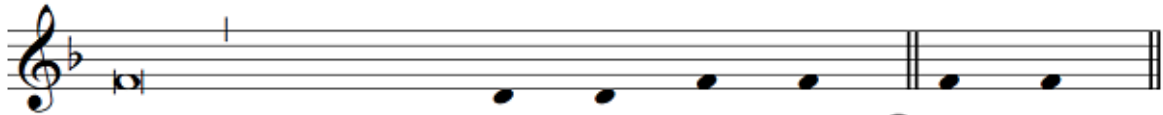
*Eine\*r:* Wohin wir auch gehen:  
Wir wissen, wo unsere Mitte ist –  
mitten am Tag  
und in unserem Leben.



**V** Der Herr segne uns und behü - te uns; der Herr lasse sein Angesicht



über uns leuchten und sei uns gnä - dig; er wende uns sein



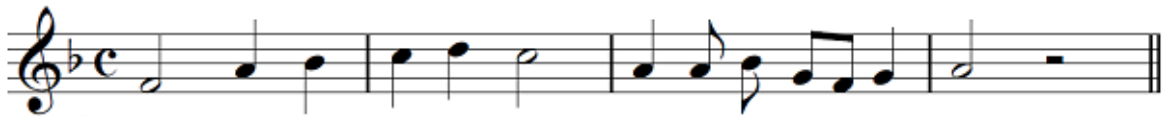
Antlitz zu und schenke uns sei - nen Frie - den. **A** A - men.



**V** Das ge - wäh - re uns der dreiei - ni - ge Gott, der Vater



und der Sohn und der Hei - li - ge Geist. **A** A - men.



**V** Du sollst ein Se-gen sein, heu-te und je - den Tag!

**A** Du sollst ein Se-gen sein, heu-te und je - den Tag!