

Texte

zum

persönlichen

Verweilen

in der

Stille

Inhaltsverzeichnis

- I Lob und Dank
- II Vertrauen und Zuversicht
- III Sehnsucht und Hoffnung
- IV Bitte
- V Verzweiflung, Angst, Ohnmacht
- VI Morgen- und Abendgebete
- VII Kindergebete
- VIII Worte aus der Heiligen Schrift
- IX Geprägte Zeiten im Kirchenjahr
- X Neue Lebensabschnitte
- XI Sterben und Tod
- XII Mariengebete
- XIII Segen

Liebe Leserin, lieber Leser

Beim Beten kommt es eigentlich nicht auf wohlformulierte, gut durchdachte Worte an. Das, was uns auf dem Herzen liegt, will Gott hören. Dennoch fällt uns das freie Beten oft schwer – gerade in Momenten grosser Anspannung, wie Trauer, Angst und Ratlosigkeit. In solchen Situationen können Texte, die andere für uns niedergeschrieben haben, eine hilfreiche Stütze sein.

Das vorliegende Textbüchlein bietet eine Auswahl von Texten zu unterschiedlichen Lebenssituationen, wie auch eine solche von traditionellen Gebeten. Eine Reihe von Gedichten sind nicht unbedingt religiös, lassen sich aber dennoch für die Bewältigung einzelner Lebenssituationen anwenden. Hinzu kommt eine kleine Auswahl von Bibeltexten.

Neben Deutsch sind Französisch, Italienisch und Albanisch die am häufigsten gesprochenen Sprachen im Inselspital. Daher findet sich auch eine Auswahl an Texten dieser Sprachen im vorliegenden Büchlein.

Das Textbüchlein ist für alle im Intranet zugänglich. Zudem liegt es in den Räumen der Stille, sowie in den Inselkapellen auf. Durch die lose Heftung in einem Ringordner ist es möglich, das Textbüchlein durch weitere Texte zu ergänzen. Wenn Sie also einen schönen Text haben, zögern Sie nicht, ihn uns vorzuschlagen!

Ihre Seelsorgerinnen und Seelsorger am Inselspital

I

Lob und Dank

Ein Hauch hat diese Welt gestreift
Und hat den Strauch im Feld bereift
Mit zarten Eiskristallen
Als wär in einer Zaubernacht
In seiner wunderbarsten Pracht
Ein Sternentau gefallen

Und alles hat ein fremd Gesicht
Ist wie erstaunt erstarrt im Licht
Und glänzt geheim und gläsern;
Wie Sternenglanz so funkelt das,
Als läg ein Sternenheer aus Glas
Auf Steinen und auf Gräsern

Und wir erkennen, wie zur Welt
Noch Wunder über Wunder fällt
Auf Großes und Geringes
Und eine ferne Herrlichkeit
Dem Irdischen schon Glanz verleiht
Im Bild des kleinsten Dinges.

Georg Thurmair

du bist ...

mein brot des lebens
mein wasser des lebens
mein mann des lebens
mein gedanke des lebens
mein ort des lebens

mein kreuz und meine lösung
meine frage und meine antwort
mein tod und mein leben
zeichen meiner annahme und meins
alleinseins
inhalt meiner suche und meines fin-
dens

meine sonne des lebens
meine perle des lebens
mein baum des lebens
mein freund des lebens
meine kraft des lebens

Ulrich Schaffer

Du bist bei mir.
Warum sollt ich mich fürchten?
Wenn keiner meinen Hunger stillt,
du nährst mir Geist und Herz.
Wenn alles mir zerrinnt
wie Sand in meinen Fingern,
so hältst du mich,
gibst Wasser, das den Durst mir löscht,
den Durst nach Leben.
Du führst mich sicher, zeigst mir den Weg.
Du führst mich,
wenn die Lichter verlöschen,
wenn das Dunkel kommt,
wenn ich einsam bin,
wenn ich lieblos war gegen die Menschen
und vor dir – du bleibst bei mir.
Dein Kreuz ist mir zum Zeichen,
dass du mich liebst.
Du bist bei mir.

In: Jugend und Gott, Kevelaer 1999

Danken möchte ich, Herr, danken.
Das heisst, ich will denken, nachden-
ken,
mich besinnen und erinnern,
was du mir im Leben zu bedenken und
zu erwägen gibst.

Wozu Geborenwerden,
Warten, Wachsen, Bangen, Hoffen, Ver-
sagen, Kranksein, Zweifel, Not, Hunger,
Niedergeschlagenheit, Misserfolg, Al-
leinsein, Bedrohung von Natur und
Krieg, Tod?

Und wieso Freude, Sonne, Glück,
Freundschaft, Liebe, Begegnung, Beha-
gen, Lust, die wunderbare Kraft von
Nahrung und die Köstlichkeit erqui-
ckender Früchte?
Geborgenheit, Familie, Lernenkönnen,
Erfolg, Reisen Bücher, die Wunder aller
Natur und Kreatur im Kleinen und im
Grossen?

All das, was in mir und um mich ist?

Aus all dem bildest du mich, Herr,
aus allem, was du mir gibst.
Und da du mir gibst, fortwährend,
sammle ich Teile deiner wunderbaren Ge-
danken, Teile deiner geheimnisvollen Rätsel
in mir.

Von Augenblick zu Augenblick bildest du
mich zu dem hin, was ich sein soll.

Lehre mich, Herr, die Einsicht,
dass denken und danken eine Wurzel haben
und dass meine Gedanken an deinen Gaben
auch mein Dank für dein Geben ist,
Herr.

Hanni Kowalczyk

Ich kann wieder lachen.
Die Welt ist nicht untergegangen
Und ich auch nicht.
Ich lebe noch – und wieder.

Nach kann ich es kaum glauben.
Es stand sehr schlecht um mich.
Ich hatte mich selbst schon aufgege-
ben.
Keinen Funken Lebensmut hatte ich
mehr.
Und jetzt sieht alles anders aus.

Ich kann wieder lachen.
Ich kann aufatmen.
Ich bekomme eine neue Schangse.

Gott, du hast mich nicht verlassen.
Du hast mich in deine Obhut genom-
men.
Du meinst es gut mit mir.

Heinz-Günter Beutler-Lotz

Laudato si' o mi' Signore

E per tutte le sue creature
Per il sole e per la luna,
per le stelle e per il vento
e per l'acqua e per il fuoco!

Per sorella madre terra:
ci alimenta e ci sostiene,
per i frutti, i fiori e l'erba,
per i monti e per il mare.

Perché il senso della vita
È cantare e lodarti,
e perché la nostra vita
sia sempre una canzone.

II

Vertrauen und Zuversicht

Den heutigen Tag bestehen

Die Last des Tages annehmen, sich ihr geduldig beugen. Nicht wissen müssen, ob die Kraft noch ausreicht für morgen. Den heutigen Tag bestehen. Das ist genug. Die Last des Tages annehmen. Nicht, weil sie tragbar ist, nicht, weil du stark genug bist, nicht, weil kein Fluchtweg offen steht. Die Last des Tages annehmen, weil einer da ist, der zu dir sagt: Ich stärke dich.

Der du allein der Ewige heisst
Und Anfang, Ziel und Mitte weisst
Im Fluge unserer Zeiten:
Bleib du uns gnädig zugewandt
Und führe uns an deiner Hand,
Damit wir sicher schreiten!

Jochen Klepper 1938

Du kannst nicht tiefer fallen
als nur in Gottes Hand,
die er zum Heil uns allen
barmherzig ausgespannt.
Es münden alle Pfade
durch Schicksal, Schuld und Tod
doch ein in Gottes Gnade,
trotz aller unsrer Not.

Arno Plötz

Wenn wir die Spur verlieren

Wir glauben an einen Gott , der mit uns
geht auf allen Wegen, der uns trägt,
wenn die Füße müde sind, der uns bei
der Hand nimmt, wenn die Dornen uns
einschliessen.

Wir glauben an Jesus Christus, Gottes
Sohn, der für uns gelebt und gelitten
hat, der gestorben und für uns aufers-
tanden ist.

Wir glauben an den Heiligen Geist, die
Stimme in uns, die laut wird, wenn wir
Gottes Spur aus den Augen verlieren,
die uns hinweist auf die Pforten in der
Mauer.

Nichts soll dich ängstigen

Nichts soll dich ängstigen, nichts dich erschrecken. Alles geht vorüber. Gott allein bleibt derselbe. Alles erreicht der Geduldige und wer Gott hat, der hat alles. Gott allein genügt.

Teresa von Avila

In mir ist es finster

In mir ist es finster, aber bei dir ist das Licht;
ich bin einsam, aber du verlässt mich nicht;
ich bin kleinmütig, aber bei dir ist die Hilfe;
ich bin unruhig, aber bei dir ist der Friede;
in mir ist Bitterkeit, aber bei dir ist die Geduld;
ich verstehe deine Wege nicht, aber du weißt den Weg für mich.

Dietrich Bonhoeffer

Nächtens
Aufgewacht bin ich
von schwarzen Träumen
mitten in der Nacht
Meine Verfehlungen
meine unterlassenen Taten
meine harten Worte
stehen im Kreis um mein Bett
und sehen mich an
Wohin soll ich mich wenden
wo Vergebung erflehen?
Die Bruchstücke meines Lebens
zersplittertes Glas
eines Kathedralenfensters
Füge es zusammen, mein Gott,
lass mich leuchten
trotzdem
im Gesang
deiner Sonne
am Morgen

In: Brigitte Enzner-Probst (Hrsg.): Auf den
Schwingen der Sehnsucht

Befiehl du deine Wege
und was dein Herze kränkt,
der allertreusten Pflege
des, der den Himmel lenkt.
Der Wolken, Luft und Winden
gibt Wege, Lauf und Bahn,
der wird auch Wege finden,
da dein Fuss gehen kann.

Weg hast du allerwegen,
an Mitteln fehlt's dir nicht;
dein Tun ist lauter Segen,
dein Gang ist lauter Licht.
Dein Werk kann niemand hindern,
dein Arbeit darf nicht ruhn,
wenn du, was deinen Kindern
erspriesslich ist, willst tun.

Mach End, o Herr, mach Ende
mit aller unsrer Not;
stärk unsre Füß und Hände
und lass bis in den Tod
uns allzeit deiner Pflege
und Treu empfohlen sein,
so gehen unsre Wege
gewiss zum Himmel ein.

Paul Gerhardt, 1653

So nimm denn meine Hände
und führe mich
bis an mein selig Ende
und ewiglich !
Ich kann allein nicht gehen,
nicht einen Schritt;
wo du wirst gehn und stehen,
da nimm mich mit.

In deine Gnade hülle
mein schwaches Herz,
und mach es endlich stille
in Freud und Schmerz.
Lass ruhn zu deinen Füßen
dein schwaches Kind;
es will die Augen schliessen
und glauben blind.

Wenn ich auch gar nichts fühle
von deiner Macht,
du bringst mich doch zum Ziele,
auch durch die Nacht.
So nimm denn meine Hände
und führe mich
bis an mein selig Ende und ewiglich!

Julie von Hausmann

Komme, was mag, Gott ist mächtig.
Wenn unsere Tage verdunkelt sind
und unsere Nächte finsterer als tausend
Mitternächte,
so wollen wir stets daran denken,
dass es in der Welt eine grosse, segnende
Kraft
gibt, die Gott heisst.
Er will das dunkle Gestern
in ein helles Morgen verwandeln –
zuletzt in den leuchtenden Morgen der
Ewigkeit.

Martin Luther King

Dieu, notre guérison

Le monde souffre et attend,
il a soif de bonté.
Dans les combats de la vie
où se font tant de blessures,
Dieu est notre secours,
Dieu est notre paix,
Dieu est notre guérison.

Le monde souffre et attend,
il a soif de miséricorde.
Parmi ces hommes
où brûle tant de haine,
Dieu est notre pardon,
Dieu est notre réconciliation,
Dieu est notre sauveur.

Le monde souffre et attend,
il a soif d'espérance.
Sur cette terre rongée
de tant de détresses,
Dieu est la paix,
Dieu est la vie,
Dieu a vaincu la mort à jamais !

S'en remettre

J'ai tout remis entre tes mains
Ce qui m'accable et qui me peine
Ce qui m'angoisse et qui me gêne
Et le souci du lendemain
J'ai tout remis entre tes mains

J'ai tout remis entre tes mains
Le lourd fardeau porté naguère
Ce que je pleure, ce que j'espère
Et le pourquoi de mon destin
J'ai tout remis entre tes mains

J'ai tout remis entre tes mains
Que ce soit la joie, la tristesse
La pauvreté ou la richesse
Et tout ce que jusqu'ici j'ai craint
J'ai tout remis entre tes mains

J'ai tout remis entre tes mains
Que ce soit la mort ou la vie
La santé, la maladie
Le commencement ou la fin
Car tout est bien entre tes mains.

Marie Henrioud

SEUL

Je cheminai sur une plage
côte à côte avec le Seigneur.
Nos pas se dessinaient sur le sable,
et laissaient une double empreinte
la mienne et celle du Seigneur.
Je me suis arrêté
et j'ai regardé en arrière,
j'ai vu qu'en certains points de notre trace,
au lieu de deux empreintes,
il n'y en avait qu'une.
Et j'ai remarqué que
ces passages à empreinte unique corres-
pondaient
aux jours les plus sombres de ma vie :
jours d'angoisse, jours d'égoïsme
jours d'épreuve et jours de doute.
Je me suis tourné vers le Seigneur,
et je lui ai dit :
«Tu avais promis d'être chaque jour avec
nous.
Pourquoi m'as-tu laissé seul
dans les pires moments de ma vie ? »
Et le Seigneur m'a répondu :

« Mon enfant,
les jours où tu ne vois qu'une trace
ce sont les miennes,
et je te portais »

III

Sehnsucht und Hoffnung

Heile mich

Du kennst meine Lebensgeschichte. Du weißt, dass sie immer wieder eine Geschichte zerbrochener Hoffnungen war, dass vieles in mir leer blieb, was doch nach Erfüllung schrie. Herr, ich habe Angst, hart und bitter zu werden. Ich bitte dich, erfülle mich mit dem Vertrauen, dass du auch meiner Lebensgeschichte einen unverlierbaren Sinn verliehen hast. Heile alles Enttäuschte, alles Erschreckte und Verwundete in den Tiefen meiner Seele.

Zögern

Ich will mich aufmachen
und zu meinem Gott gehen
doch
meine Seele
prüft noch
die Schwingen ihrer Sehnsucht

In: Brigitte Enzner-Probst (Hrsg), Auf
den Schwingen der Sehnsucht

Manchmal möchte ich fliehen vor dir, Gott.
Denn es gibt Dinge, die ich lieber ver-
schweigen würde.
Doch du weißt, wie es in mir aussieht.
Hilf mir, mit dir zu reden.

Durchbrich die Wand zwischen uns.
Lass mich deine Nähe spüren.
Bei dir bin ich geborgen
und muss nicht mehr fliehen.
Mit dir kann ich ruhig in die nächsten Tage
gehen.

Damaris Schürch (1987)

Nachfrage

Tröste mich Gott ich bitte Dich
was immer es sei ich kann es gebrauchen
Worte Klänge Hoffnung auf Leben
sich öffnende Knospen vor ihrer Zeit
alles was gut ist

Es gibt ein Versprechen für Leute wie
mich
von der Seligkeit aller Leidenden
und der Freudenernte der Weinenden
so heisst es hast Du es gesagt
Stimmt das?

Wie soll das denn möglich sein Gott
dass Schmerzensschreie zu Lachen wer-
den
und Tränen zu Perlen
und Schwerter zu Pflugscharen
das ist sehr schwer zu glauben findest Du
nicht?
Aber schön wäre es Gott wunderschön

Carola Moosbach, in: Gottflamme Du
Schöne. Lob- und Klagegebete.

Die schwersten Wege
werden alleine gegangen,
die Enttäuschung, der Verlust,
das Opfer,
sind einsam.
Selbst der Tote der jedem Ruf antwortet
und sich keiner Bitte versagt
steht uns nicht bei
und sieht zu
ob wir es vermögen.
Die Hände der Lebenden die sich ausstrecken
ohne uns zu erreichen
sind wie die Äste der Bäume im Winter.
Alle Vögel schweigen.
Man hört nur den eigenen Schritt
und den Schritt den der Fuss
noch nicht gegangen ist aber gehen wird.
Stehenbleiben und sich Umdrehn
hilft nicht. Es muss
gegangen sein.

Nimm eine Kerze in die Hand
wie in den Katakomben,

das kleine Licht atmet kaum.
Und doch, wenn du lange gegangen
bist,
bleibt das Wunder nicht aus,
weil das Wunder immer geschieht,
und weil wir ohne die Gnade
nicht leben können:
die Kerze wird hell vom freien Atem
des Tags,
du bläst sie lächelnd aus
wenn du in die Sonne trittst
und unter den blühenden Gärten
die Stadt vor dir liegt,
und in deinem Hause
dir der Tisch weiss gedeckt ist.
Und die verlierbaren Lebenden
und die unverlierbaren Toten
dir das Brot brechen und den Wein reichen
und du ihre Stimme wieder hörst
ganz nahe bei deinem Herzen.

Hilde Domin

Mein Gott, ich weiss nicht, wie dein Geist zu mir kommen soll, wenn die Schwermut alle Türen mit eisernen Riegeln verschliesst. Ich weiss nicht, wie ich dir vertrauen soll, wenn du nicht selbst mich dazu bereit und fähig machst. Ich weiss nicht, wie ich dich wahrnehmen soll, wenn meine Augen von Tränen blind sind. Ich weiss nicht, wie ich dich lieben soll, wenn ich dein Nahesein nicht erfahre. Einst kamst du zu den Deinen durch verschlossene Türen. Komm auch zu mir.

Sabine Naegeli (1984)

nur zu dir wollen
alles andere ablegen und ablehnen
was diesem einen widerstrebt
vor dir stehen und auf dich warten

meine zeit nicht mehr verschwenden
mit dingen und reden
die nicht zählen vor dir
die mich zur unehrlichkeit zwingen

alles neu einordnen was mein leben
bestimmt
alles was mich formt
und was andere durch mich formt
überlegen und dann ablegen oder fester
betonen

denn mein leben soll sichtbar machen
dass du wirklich die perle bist
für die wir alles drangeben sollen
dass in dir mein schatz
und mein herz ist

Ulrich Schaffer

Rentrer chez Dieu...

Rentrer chez Dieu, comme on rentre chez soi

Chaque jour, au bout de nos voyages
et trouver près de Lui le repos de son
coeur.

Apprendre auprès de Lui ce que veut dire
aimer

et allumer ce feu qu'il est venu ré-
pandre.

Savoir Lui dire merci et demander pardon
et L'embrasser sans crainte à la face du
monde.

Chercher dans son regard à se perdre sans
fin

silence bienheureux des gens simples
qui se comprennent.

Tristesse et joie de l'âme, angoisse et espé-
rance,

passions et inquiétudes,
tout, tout passe dans nos yeux.

Il sait tout, c'est vrai. Il voit tout,
pourtant,

Il attend que nos coeurs se posent dans

le sien-

Rentrer chez Dieu comme on rentre
chez soi,
fatigué, consumé, mais capable d'ai-
mer.

Etre là, juste être là.

Laisser tomber les bras, *là*

et puis se laisser prendre
quand Il ouvre les siens.

IV

Bitte

Bitte um Gelassenheit

Gott, schenke mir Gelassenheit das hinzunehmen, was ich nicht ändern kann.

Gott, schenke mir den Mut das zu ändern, was ich ändern kann.

Gott, schenke mir Weisheit das eine vom andern zu unterscheiden

Bruderklausen – Gebet

Mein Herr und mein Gott, nimm alles von mir, was mich hindert zu dir.

Mein Herr und mein Gott, gib alles mir, was mich führet zu dir.

Mein Herr und mein Gott, nimm mich mir und gib mich ganz zu Eigen dir.

Seele Christi, heilige mich.
Leib Christi, rette mich.
Blut Christi, tränke mich.
Wasser der Seite Christi, wasche mich.
Leiden Christi, stärke mich.
guter Jesus, erhöere mich.
Verbirg in deine Wunden mich.
Von dir lass nimmer scheiden mich,
Vor dem bösen Feind beschütze mich.
In meiner Todesstunde rufe mich,
zu dir zu kommen heisse mich,
mit deinen Heiligen zu loben dich
in deinem Reiche ewiglich.

Amen.

Trotzig

Ich und Du
eine unendliche Geschichte
Du
lang vor mir
hast mich ausgebrütet
im Schoss der Ewigkeiten
Du
mich hingerissen
in die Endlichkeit
Sieh nun zu
wie diese Geschichte
zu einem guten Ende
findet
Du

Stille

Hier bin ich,
Gott, vor Dir.
So wie ich bin.

Mit meiner Anspannung, meiner Freude,
meiner Traurigkeit und Enttäuschung.
Mit meiner Wut und meiner Ungeduld.
Mit meinem Stolz.
Mit meiner Sehnsucht.

Gott, Quelle des Lebens,
reinige mich,
erneuere mich.
Heile mich.

Amen.

Gott, zu dir rufe ich am frühen Morgen.
Hilf mir beten und meine Gedanken
sammeln; ich kann es nicht allein.
In mir ist es finster, aber bei dir ist
Licht,
ich bin einsam, aber du verlässt mich
nicht,
ich bin kleinmütig, aber bei dir ist die
Hilfe,
ich bin unruhig, aber bei dir ist Frie-
den,
in mir ist Bitterkeit, aber bei dir ist die
Geduld,
ich verstehe deine Wege nicht,
aber du weißt den rechten Weg für
mich.
Vater im Himmel,
Lob und Dank sei dir für die Ruhe der
Nacht,
Lob und Dank sei dir für den neuen
Tag;
Lob und Dank sei dir für alle deine Gü-
te und Treue
in meinem vergangen Leben.

Du hast mir viel Gutes erwiesen;
lass mich nun auch das Schwere aus deiner
Hand hinnehmen.
Du wirst mir nicht mehr auferlegen, als ich
tragen kann.
Du lässt deinen Kindern alle Dinge zum
Besten dienen.
Herr Jesus Christus,
du warst arm und elend, gefangen und ver-
lassen wie ich.
Du kennst alle Not der Menschen,
du bleibst bei mir, wenn kein Mensch mir
beisteht,
du vergisst mich nicht und suchst mich,
du willst, dass ich dich erkenne und mich zu
dir kehre.
Herr, ich höre deinen Ruf und folge.
Hilf mir!
Heiliger Geist,
gib mir den Glauben,
der mich vor Verzweiflung und Laster rettet;
gib mir die Liebe zu Gott und den Men-
schen,
die allen Hass und alle Bitterkeit vertilgt;

gib mir die Hoffnung,
die mich befreit von Furcht und Ver-
zagtheit.
Lehre mich Jesus Christus erkennen
und seinen Willen tun.
Dreieiniger Gott,
mein Schöpfer und mein Heiland,
dir gehört dieser Tag.
Meine Zeit steht in deinen Händen.
Heiliger, barmherziger Gott,
mein Schöpfer und mein Heiland,
mein Richter und Erretter,
du kennst mich und alle meine Wege
und mein Tun.
Du hasst und strafst das Böse in dieser
und in jener Welt
ohne Ansehen der Person,
du vergibst Sünden dem,
der dich aufrichtig darum bittet,
und du liebst das Gute und lohnst es
auf dieser Erde mit getrostem Gewis-
sen
und in der künftigen Welt
mit der Krone der Gerechtigkeit.

Vor dir denke ich an all die Meinen,
an die Mitgefangenen und an alle,
die in diesem Haus ihren schweren Dienst
tun.
Herr, erbarme dich.
Schenk mir die Freiheit wieder
und lass mich derzeit so leben, wie ich es
vor dir
und vor den Menschen verantworten kann.
Herr, was dieser Tag auch bringt – dein Na-
me sei gelobt.

Dietrich Bonhoeffer (1943)

Prière après la Confession des péchés

Béni sois-tu, Seigneur
Car tu as envoyé ton fils dans le monde
Pour nous guérir et nous sauver

Et c'est ainsi qu'il m'a aimé
Jusqu'à se livrer pour moi

Au baptême
Tu m'as enseveli avec lui
Pour me faire vivre d'une vie nouvelle
en lui

Et voici que maintenant encore
Ton pardon me rend la joie de ton sa-
lut !

Garde-moi dans ta paix
Pour l'amour de Jésus-Christ
Ton Fils bien-aimé

Amen

Seigneur
Nous déposons devant toi
Tous nos soucis, afin que tu t'en préoccupes
Notre inquiétude, afin que tu l'apaises
Nos espoirs et nos vœux, afin que ta volonté soit faite
Et non la nôtre
Nos péchés, afin que tu les pardonnes
Nos pensées, afin que tu les purifies
Toute notre vie terrestre
Afin que tu la conduises
A la résurrection et à la vie éternelle
Amen

V

Verzweiflung Angst Ohnmacht

Ohnmacht

Ich kann nichts mehr machen. Nichts. Zuviel Tod. Zuviel Krankheit. Zuviel Unrecht: Eine Wunde versorgt und drei Tote begraben. Eine getröstet und drei vom Strick geschnitten. Einen den Folterern abgeluchst und dreißig ihnen unschuldig verraten. Mich kotzt sie an, Gott, deine Welt. Ich verzichte auf deine Liebe, die auf Blut und Tränen keine andere Antwort hat, als meine kleinen Pflaster. Vier Wochen habe ich gekämpft für deine Tochter, Gott. Zehn Jahre habe ich gewartet mit Deinem Sohn, Gott. Beide sind jetzt tot. Sag was, du Schweigsamer, was meinen Zorn, meine Wut und meine Ohnmacht übertönt. Sag endlich was!

Gebet um Hilfe in der Angst

Mir ist angst.
Jesus, mir ist angst, und mein Kreuz wird schwer:
Ich stürze in tiefe Nacht.
Ich weiss nicht mehr ein noch aus.
Bleib bei mir!
Verlass mich nicht!
Vergib mir meine Sünden!
Nimm meine Hand und führe mich zum Ziel,
auch wenn ich nichts fühle von deiner Macht.
Lass mich dir leben und dir sterben,
damit ich dein bin in Zeit und in Ewigkeit.

Jürgen Martin

Gebet um Hilfe in der Angst

Gott, ich bin nicht bereit.
Gott, wer bist du für mich?
Ich habe Angst.
Ich habe unaussprechliche Angst,
wenn ich an das Dunkel denke, das mir näherkommt.
Und ich bin nicht bereit zu gehen.
Warum lässt du mich nicht leben, Gott?
Ich kann nicht mehr glauben.
Ich kann nicht mehr beten.
Meine Gedanken zerrinnen,
wenn ich versuche, sie zu sammeln.
Manchmal wünschte ich, jemand würde mit mir beten.
Aber wünsche ich überhaupt zu beten?
Ich kann nur um das eine beten, dass ich gesund werde.
Und das geschieht nicht.

Ursel Heinz

In Ewigkeit

Manchmal bin ich so schrecklich müde
Gott
und möchte gern weg von hier
wenn Du verstehst was ich meine
dahin wo die Seele endlich heil werden kann
dahin möchte ich Gott
wo alle Tränen abgewischt werden für immer
von Dir

Ich will einfach nicht mehr tapfer sein
Gott
kannst Du das nicht verstehen?
Es tut so weh ich kann es nicht mehr aushalten
sieh das doch ein

Du musst mich jetzt tragen ich kann nicht mehr
Gott
fang mich auf wenn ich falle
und auch

wenn ich springe halt mich fest Schwester
Gott
lass Du mich nicht fallen in Ewigkeit
Amen

Carola Moosbach in: Gottflamme Du Schöne.
Lob- und Klagegebete.

O Gott –
meine Kehle ist zugeschnürt –
mein Herz verkrampft sich,
meine Seele ist verdorrt in einsamer
Wüste –
wie soll ich Worte finden, die dich er-
reichen?
Du bist so weit weg –
warum lässest du mich zurück
im Dunkel der Angst und der Verlas-
senheit?

Da ist kein Mensch mehr, der mir hel-
fen kann –
kein Funke Licht, der meine Finsternis
erhell.

Worauf soll ich hoffen, Herr –
worauf – wenn nicht auf dich?
Bist du nicht selbst hinabgestiegen in
das Elend der Krankheit, des Sterbens,
der Hilflosigkeit, der Verzweiflung?

Herr, begegne mir hier unten, in der Tiefe.
Reiss mich heraus aus der Not des Leibes
und der Seele.
Durchbrich meine Finsternis –
und sei es auch nur für ein paar Augenbli-
cke –
durchbrich meine Verzweiflung,
du grosser, verborgener, du heiliger Gott!
Recke deine Hand aus und halte mich –
führe mich heraus aus der Nacht der Verlo-
renheit –
erbarm dich, o Gott!

Yvette Mayer (1998)

VI

Morgen- und Abendgebete

Einen Atemspalt weit
ist meine Seele geöffnet
zu dir o mein Gott
am Morgen dieses Tages
Ich freue mich
über den Lichtstrahl deiner
Gegenwart
und getröstet
beginne ich diesen Tag

In: Brigitte Enzner-Probst (Hrsg.): Auf
den Schwingen der Sehnsucht

Von guten Mächten wunderbar gebor-
gen,
erwarten wir getrost, was kommen
mag.
Gott ist mit uns am
Abend und am Morgen
und ganz gewiss an jedem neuen Tag!

Dietrich Bonhoeffer

Wenn wir schlafen, schläft Gott nicht. Wie der Flügel eines Engels ist seine schützende Hand auf und gelegt.

Wo wir aber in der Nacht aufwachen, die Einsamkeit spüren, da berührt und trägt er uns erst recht. In diese Hand wollen wir uns hineinlegen. Diesem schützenden Engel uns anvertrauen ... In der Nacht, die mich umgibt, will ich es mir immer wieder sagen:
Der dich behütet, kann nicht schlummern.

Christoph Hürlimann

Herr, bleibe bei uns, denn es will Abend werden und der Tag hat sich geneiget.

Gott, höre uns, wenn wir zu dir rufen, sei uns gnädig und erhöre uns.
Ehre sei dem Vater und dem Sohn und dem Heiligen Geist, wie im Anfang so auch jetzt und allezeit und in Ewigkeit. Amen.

Vater im Himmel, du hast mir heute geholfen
zu tragen, was schwer für mich ist.
Ich danke dir dafür.
Bleibe auch in der kommenden Nacht bei mir.
Behüte mich vor Angst und Qual,
lindere meine Schmerzen,
schenke mir Schlaf.

Bewahre mich vor bösen Träumen.
Gib mir gute Gedanken, wenn ich keine Ruhe finde.
Behüte die Meinen, die sich um mich sorgen.
Sei gnädig und gib uns Frieden.

Hannover 1993

Gott,
mein Tag ist zu Ende.
Ich möchte zur Ruhe kommen und Schlaf finden.
So viel ist noch in mir wach und lässt sich nicht beruhigen.
So viel ist nicht fertig geworden und muss liegen bleiben.
Hilf mir, dass ich loslasse, was mich beschäftigt,
dass versinkt, was mich bedrückt,
und dass ich Ruhe finde in dir.

Hannover 1993

VII

Kindergebete

Wenn öpper chrank isch u nid möcht
schtärbe,
Lass du ne, Gott, glych froh u ruhig wärde!
Wenn öpper schtirbt, e Frou, e Ma, es Ching,
wenn d'Lüt de briegge u so truurig si,
gib ihne Fründe, wo se nid alleini löh,
dass sie wieder schaffe, ässe, lache chöi.

Regine Schindler

Ig bruche di, Gott!
Gott, ig möcht di chönne arühre,
ig möcht di chönne aluege,
ig möcht dyni Schtimm ghöre!
Bisch glych by mir.

Du bisch wie ne Mueter,
wo ihres Ching strichlet,
au wenn's läschtig isch.
Du bisch wie ne Vater,
wo a sys Ching dänkt,
wenn er nid deheime isch,
Du bisch wie ne warmi Dechi im Win-
ter.
Du bisch wie ne chüele Wind im Sum-
mer,
Du bisch wie ne Quell i der Wüeshti.
Ig bruche di, Gott!

Regine Schindler

Jesus,
Du lasch die Tote nid allei.
Ig weiss, sie chöme nie me zrügg,
Aber si si by dir deheim.
Sie göh mit dir überne unsichtbari Brügg.
Ueber e Brügg, wo nimer cha gseh.
U ändedra tuet nüt meh weh.

Liebe Gott,
i bi no chly
u cha nid eleini sy.
Nimm mi i Arm
gib mir warm
wie dr Hirt
wo ds Schäfli treit,
wenn es dunklet uf der Weid.

Verena Morgenthaler

VIII

Worte aus der Heiligen Schrift

Unser Vater/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 unsre 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.

Matthäus 6, 9–13; Doxologie nach 1 Chro-
nik 29, 11–113

Hab keine Angst

Fürchte dich nicht, denn ich bin mit dir
hab keine Angst, denn ich bin dein
Gott
Ich helfe dir, ja ich mache dich stark,
ja, ich halte dich mit meiner hilfreichen
Rechten.

Jesaja 41,10

Fürchte dich nicht, denn ich bin mit dir; hab keine Angst, denn ich bin dein Gott. Ich helfe dir, ja, ich mache dich stark, ja, ich halte dich mit meiner hilfreichen Rechten.

Jesaja 41,10

Ich habe euch getragen von Urzeiten an, und ich will euch künftig tragen, von der Geburt bis in hohe Alter. Ich habe es getan, und ich werde es weiter tun; ich werde euch tragen und schleppen und erretten. Ich habe euch unauslöschlich in meine Hände eingezeichnet.

Jesaja 46,3

PSALM 23

ER ist mein Hirt, mir mangelt nichts,
er weidet mich auf grünen Auen.
Zur Ruhe am Wasser führt er mich,
neues Leben gibt er mir.
Er leitet mich auf Pfaden des Heils um sei-
nes Namens willen.
Wandere ich auch im finsternen Tal, fürchte
ich kein Unheil,
denn du bist bei mir;
dein Stecken und dein Stab,
sie trösten mich.
Du deckst mir den Tisch
im Angesicht meiner Feinde.
Du salbst mein Haupt mit Öl,
überevoll ist mein Becher.
Güte und Gnade werden mir folgen
alle meine Tage,
und ich werde bleiben in SEINEM Hause
mein Leben lang.
Er erquicket meine Seele.
Er führet mich auf rechter Strasse
um seines Namen willen.

Und ob ich schon wanderte im finstern
Tal, fürchte ich kein Unglück; denn du
bist bei mir,
dein Stecken und Stab trösten mich.
Du bereitest vor mir einen Tisch
im Angesicht meiner Feinde.
Du salbest mein Haupt mit Öl
und schenkest mir voll ein.
Gutes und Barmherzigkeit
werden mir folgen mein Leben lang,
und ich werde bleiben im Hause des
HERRN immerdar.

Zu Gott allein ist meine Seele still, von ihm
kommt meine Hilfe.
Er allein ist mein Fels und meine Hilfe, mei-
ne Burg, nie werde ich wanken.

Psalm 62, 2.3

Nun aber bleibe ich stets bei dir, du
hältst mich an meiner rechten Hand.
Nach deinem Ratschluss leitest du
mich, und hernach nimmst du mich auf
in Herrlichkeit.
Wen hätte ich im Himmel! Bin ich bei
dir, so begehre ich nichts auf Erden.
Mögen verschmachten mein Leib und
mein Herz, der Fels meines Herzens
und mein Teil ist Gott ewig.

Psalm 73, 23–26

PSALM 121

Ich hebe meine Augen auf zu den Bergen:
Woher wird mir Hilfe kommen?
Meine Hilfe kommt von IHM, der Himmel
und Erde gemacht hat.
Er lässt deinen Fuss nicht wanken; der dich
behütet, schlummert nicht.
Siehe, nicht schlummert noch schläft der
Hüter Israels.
ER ist dein Hüter, ER ist dein Schatten zu
deiner Rechten.
Bei Tage wird dich die Sonne nicht stechen
noch der Mond des Nachts.
ER behütet dich vor allem Bösen, er behütet
dein Leben.
ER behütet deinen Ausgang und Eingang
von nun an bis in Ewigkeit

Denn ich weiss, was für Gedanken ich
über euch hege, spricht ER, Gedanken
zum Heil und nicht zum Unheil, euch
eine Zukunft und Hoffnung zu gewäh-
ren. Wenn ihr mich ruft, so will ich
euch antworten; wenn ihr zu mir betet,
will ich auf euch hören. Wenn ihr mich
sucht, so sollt ihr mich finden; wenn
ihr nach mir fragt von ganzem Herzen,
so werde ich mich von euch finden las-
sen, spricht ER.

Jeremia 29, 11-14a

Gott vertrauen heisst: sich verlassen auf
das, was man hofft, und fest mit dem rechnen,
was man nicht sehen kann.

Hebräer 11.1

Notre Père

Seigneur, c'est au nom de ton fils
Que nous pouvons dire ensemble
Avec confiance,
La prière de tes enfants

Notre Père qui es aux cieux
Que ton nom soit sanctifié
Que ton règne vienne
Que ta volonté soit faite sur la terre
comme au ciel
Donne-nous aujourd'hui notre pain de
ce jour
Pardonne-nous nos offenses,
Comme nous pardonnons aussi
A ceux qui nous ont offensés
Et ne nous soumets pas à la tentation
Mais délivre-nous du mal
Car c'est à toi qu'appartiennent
Le règne, la puissance et la gloire
Aux siècles des siècles
Amen

Il Signore è il mio Pastore
Nulla manca ad ogni attesa,
in verdissimi prati mi pasce,
mi disseta a placide acque.

È il ristoro dell'anima mia,
in sentieri diritti mi guida
per amore del santo suo nome,
dietro lui mi sento sicuro.

Pur se andassi per valle oscura
Non avro a temere alcun male:
perché sempre mi sei vicino,
mi sostieni col tuo vincastro.

Quale mensa per me tu prepari
Sotto gli occhi dei miei nemici!
E di olio mi ungi il capo:
il mio calice è colmo di ebbrezza!

Bontà e grazia mi sono compagne
Quanto dura il mio cammino:
io starò nella casa die Dio
lungo tutto il migrare dei giorni.

Padre nostro, che sei nei cieli,
sia santificato il tuo nome,
venga il tuo regno,
sia fatta la tua volontà
come in cielo così in terra.
Dacci oggi il nostro pane quotidiano,
e rimetti a noi i nostri debiti come noi
li rimettiamo ai nostri debitori,
e non ci indurre in tentazione,
ma liberaci dal male.
Tuo è il regno, tua la potenza e la glo-
ria nei secoli.
Amen.

Ati ynë, qe je në qiell,
u shenjtëroftë emri yt,
ardhtë Mbretëria jote,
u bëftë vullnesa jote :
si në qiell – ashtu në tokë !
Bukën tonë të përditshme
na e jep sot.
Na i fal fajet tona,
si i falim ne fajtorët tanë.
E mos na ler të biem në tundim,
por na liro nga i Keqi.
Ti, o Zot, je mbret, ti, je i gjithëpushtets-
hëm, ti, je i lumtur në amshim.
Amen.

Ti, o Zot, je bariu im, prandaj kam
gjithçka që më duhet. T më çcon në
kullota të bollshme ; ti më lejon të
pushoj pranë ujit të freskët e më jep
forca të reja.
T më çcon në rrugë të sigurta, sespe
je bariu i Izraelit. Edhe në qoftë se
rruga më çon nëpër luginën e errët
të vdekjes – nuk kam frikë! Ti, o Zot,
je pranë meje; ti më mbron dhe më
udhëhëq; kjo më jep zemër.
Para syve të armiqve të mi, ti më
shtron tryezën; ti më pret si mysafir
dhe ma mbush kupën deri në grykë.
Mirësia dhe dashuria jote do të më
rrethojnë për të gjitha ditët që do të
vijjnë; në shtëpinë tënde do të rri
përgjithmonë.

IX

Geprägte Zeiten im Kirchenjahr

Die Nacht ist vorgedrungen, der Tag ist nicht
mehr fern.
So sei nun Lob gesungen, dem hellen Morgen-
stern.
Auch wer zur Nacht geweinet, der stimme froh
mit ein.
Der Morgenstern bescheinet auch deine Angst
und Pein.

Dem alle Engel dienen, wird nun ein Kind
und Knecht.
Gott selber ist erschienen zur Sühne für
sein Recht.
Wer schuldig ist auf Erden, verhüll nicht
mehr sein Haupt.
Er soll errettet werden, wenn er dem Kinde
glaubt.

Die Nacht ist schon im Schwinden, macht
euch zum Stalle auf.
Ihr sollt das Heil dort finden, das aller
Zeiten Lauf
Von Anfang an verkündet, seit eure
Schuld geschah.

Nun hat sich euch verbündet, den
Gott selbst ausersah.

Noch manche Nacht wird fallen auf
Menschenleid und -schuld.
Doch wandert nun mit allen der
Stern der Gotteshuld.
Beglänzt von seinem Lichte, hält
euch kein Dunkel mehr;
Von Gottes Angesichte kam euch die
Rettung her.

Gott will im Dunkel wohnen und hat
es doch erhellt.
Als wolle er belohnen, so richtet er
die Welt.
Der sich den Erdkreis baute, der lässt
den Sünder nicht.
Wer hier dem Sohn vertraute, kommt
dort aus dem Gericht.

Jochen Klepper

GOTT

ich war einsam
und du hast mir
meine Einsamkeit
nicht genommen

ich war verzweifelt
und du hast mir
meine Verzweiflung
gelassen

ich habe nicht mehr
weiter gewusst
und du hast mir
keinen Weg aufgezeigt

ich habe an dir
gezweifelt
und du hast
mich zweifeln lassen

ich habe zu dir
geschrieen

und du hast
keine Antwort gegeben

mitten im Dunkel
warst du bei mir
und hast mich
ausgehalten

mitten im Dunkel
hast du mich berührt

und ich habe mich
berühren lassen

In: Andrea Schwarz: Wenn ich mei-
nem Dunkel traue, Auf der Suche
nach Weihnachten

ich wurde nicht gefragt
bei meiner geburt
und die mich gebar
wurde auch nicht gefragt
bei ihrer geburt
niemand wurde gefragt ausser dem Einen
und der sagte
ja

Die Nacht war kalt und in den Herden
blökte
manchmal ein Tier und sah sich witternd
um
nach einem Kommenden, der es er-
schreckte.
Die Hirten aber schliefen schwer und
stumm.

Da riss eine Helle in der Höhe;
die Nacht brach auf aus ihrem tiefsten
Grund
und strahlte, als ob Licht herniederwehe.
Und über ihnen sang ein fremder Mund

unsagbar – und sie fielen auf die Erde.
Der Engel aber, wie besiegt von Licht,
neigte sein Lied zu gütiger Gebärde,
sodass ihr Herz verstand: „Fürchtet euch
nicht,

der Heiland ist geboren!“ uns sie hoben
sich aus dem Staub und brachen durch
den Wind,
der brausend war von vieler Engel Loben:
Gloria! – und sie knieten vor dem Kind.

Maria Luise Thurmair–Mumelter

Ich bin einen Kreuzweg gegangen, als er starb, der mir Halt gab.

Ich bin einen Kreuzweg gegangen, als er mich verliess, den ich liebte.

Ich bin einen Kreuzweg gegangen, als ich die Arbeit verlor, die mir wichtig war.

Ich bin einen Kreuzweg gegangen, als ...

Wie die Frauen damals am Kreuzweg, habe ich geweint. Wann darf ich erkennen, dass ich dir begegnet bin?

Ecce homo

Seht, da ist der Mensch, gezeißelt, geschlagen, mit Dornen gekrönt.

Ecce homo.

Seht, da ist der Mensch, verurteilt, verspottet, verhöhnt.

Ecce homo.

Seht den Menschen: den Drogensüchtigen in der Stadt, die vergewaltigte Frau, das hungernde Kind, den vom Krieg vertriebenen Heimatlosen, die Todkranke im Spital. Seht den Menschen, vom Leben verurteilt, vom Schicksal verspottet.

Ecce homo!

Seht den Menschen: die hoffnungslose Jugendliche, den arbeitslosen Vater, die einsame alte Frau, den verbitterten Arbeitskollegen, die psychisch kranke Mutter. Seht den Menschen, vom Leben geschlagen, vom Schicksal gezeißelt.

Ecce homo!

Seht, da ist der Mensch, anklagend, verzeihend, heilend: leidender Erlöser der Welt.

Ein Feuer, das nie mehr verlischt

Auferstandener Jesus, in unserer Dunkelheit entzündest du ein Feuer, das nie mehr verlischt. Mit unseren Anfechtungen und auch mit unseren Dornen hältst du ein Feuer am Brennen. Sogar die Steine unseres Herzens können durch dich weissglühend werden, ein Licht in der Nacht der Menschheit. Uns, den Armen Gottes, hast du das Geheimnis der Hoffnung anvertraut; du willst uns zu Fermenten der Versöhnung machen, und dennoch, du kennst unsere Zerbrechlichkeit, unser unsicheres Vortasten. Doch du schaust auf das Herz. Ja, entzünde in unserer Dunkelheit ein Feuer, das nie mehr verlischt.

Christus ist erstanden.

Halleluja.

Er hat den Tod bezwungen.

Halleluja.

Seid ihr mit Christus auferstanden,
so sucht, was droben ist.

Nach Kol 3,1

Komm herab, o Heilger Geist, der die finstre
Nacht zerreisst, strahle Licht in diese Welt.
Komm der alle Armen liebt, komm der gute
Gaben gibt, komm, der jedes Herz erhellt.
Höchstser Tröster in der Zeit, Gast, der Herz
und Sinn erfreut, köstlich Labsal in der Not.
In der Unrast schenkst du Ruh, hauchst in
Hitze Kühlung zu, spendest Trost in Leid
und Tod.

Komm, o du glücklich Licht, fülle Herz und
Angesicht, dring bis auf der Seele Grund.
Ohne dein lebendig Wehn kann im Men-
schen nichts bestehn, kann nichts heil sein,
nichts gesund.

Was befleckt ist, wasche rein, Dürrem giesse
Leben ein, heile du, wo Krankheit quält.

Wärme du, was kalt und Hart, löse, was in
sich erstarrt, lenke, was den Weg verfehlt.

Gib dem Volk, das dir vertraut, das auf dei-
ne Hilfe baut, deine Gaben zum Geleit.

Lass es in der Zeit bestehn, deines Heils
Vollendung sehn und der Freuden Ewigkeit.

X

Neue Lebensabschnitte

Zum Loslassen reif werden
Schmerzlich entbehre ich,
was du mir genommen hast, Gott.
Aber ich stehe nicht mehr gegen dich auf.
Immer noch weine ich, aber ich spüre,
es wird ruhiger in mir.
Eine stille Dankbarkeit beginnt zu wachsen
auf dem Grunde der Tränen.
Es wird nie mehr sein,
aber dass es war,
dieses Schönste,
kann niemand mir rauben.
Mag ich auch ein Verwundeter bleiben,
so glaube ich doch, dass ich eines Tages
über die Klage hinauswachsen werde.
Ich werde zurückschauen
und danken, dass ich beschenkt war
in einem Mass,
das meine Worte nicht auszusagen vermö-
gen

Sabine Naegeli

Jede Blüte will zur Frucht,
Jeder Morgen Abend werden,
Ewiges ist nicht auf Erden
Als der Wandel, als die Flucht.

Auch der schönste Sommer will
Einmal Herbst und Welke spüren.
Halte Blatt, geduldig still,
Wenn der Wind dich will entführen.

Spiel dein Spiel und wehr dich nicht,
Lass es still geschehen.
Lass vom Winde, der dich bricht,
Dich nach Hause wehen.

Hermann Hesse

herbstwege gehen

nicht trauern
über das
was vergeht

ein Auge haben
für das
was sich wandelt

sich öffnen
für neue farben
neue gerüche

bejahen
dass eines vergeht
und anderes kommt

Peter Klever

Herbst

Die Blätter fallen, fallen wie von weit
als welkten in den Himmeln ferne Gärten;
sie fallen mit verneinender Gebärde

Und in den Nächten fällt die schwere
Erde
aus allen Sternen in die Einsamkeit

Wir alle fallen. Diese Hand da fällt
Und sieh dir and're an: es ist in allen.

Und doch ist Einer, welcher dieses Fal-
len
unendlich sanft in seinen Händen hält.

Reiner Maria Rilke

Die Geburt eines Kindes ist
wie der Beginn der Blütezeit einer Blume
etwas Einzigartiges beginnt zu leben
und mit Freude und ein wenig Wehmut
ist zu sehen
wie das, was da beginnt
jeden Tag in sich aufnimmt
als wäre es der erste
und gleichsam der letzte

Margot Bickel

Älter werden

Gott aller Güte, ich denke zurück.
Ich gehe noch einmal den Weg
durch alle meine Jahre.
Nicht an meine Leistung denke ich.
Sie ist gering.
Nicht an das Gute, das ich getan habe.
Es wiegt leicht
gegen die Last des Versäumten.

An das Gute, das du mir getan hast,
denke ich und danke dir.
An die Menschen, mit denen ich gelebt
habe,
an alle Freundlichkeit und Liebe,
von der ich mehr empfangen habe,
als ich wissen kann.
An jeden glücklichen Tag
und jede erquickende Nacht.
An die Güte, die mich bewahrt hat
in den Stunden der Angst und der
Schuld und der Verlassenheit.

An das Schwere, das ich getragen habe,
denke ich; an Jammer und Mühsal, deren
Sinn ich nicht sehe. Dir lege ich es in die
Hand und bitte dich: Wenn ich dir begegne,
zeige mir den Sinn.

Ich denke zurück, mein Gott, in alle die vie-
len Jahre.
Mein Werk ist gegangen, meine Träume sind
verflogen, aber du bleibst. Lass mich nun im
Frieden aufstehen und heimkehren zu dir,
denn ich habe deine Güte gesehen.

Ehre sei dir, dem Vater und dem Sohne und
dem Heiligen Geiste, wie es war im Anfang,
jetzt und immerdar und von Ewigkeit zu
Ewigkeit.

Jörg Zink (1970/1991)

XI

Sterben und Tod

Keiner wird gefragt
wann es ihm recht ist
Abschied zu nehmen
von Menschen
Gewohnheiten
sich selbst
 irgendwann
 plötzlich
 heisst es
damit umgehen
ihn aushalten
annehmen
diesen Abschied
diesen Schmerz des Sterbens
dieses Zusammenbrechen
um neu aufzubrechen.

Margot Bickel

Durchgänge

durchgänge
vom schatten

in die sonne
und wieder
in den schatten

im hintergrund
wartet
das dunkel

durchgänge
die das leben
bereithält

vom besonnten
in überschattetes
ins dunkel

ich bin gewiss
auch das letzte tor
ist nur ein durchgang

In: Peter Klever: Wenn der Herbst kommt

Gott,
Hilf mir das Vertrauen darauf nicht wegzu-
werfen,
dass du hinter dem Sterben stehst.
Wir vergehen nicht einfach.
Es hört nicht alles auf, wenn wir sterben.
Wir werden von dir erwartet, wenn du uns
rufst.
Lass mich Trost finden in der Erwartung,
dass sich bei dir alles vollenden wird,
was hier Bruchstück geblieben ist.
Ich will darauf hoffen,
dass du uns einmal
deine Geheimnisse deuten wirst
und dass wir schauen werden,
was wir hier nur glauben konnten.

Sterbestunde

Der Herr segne dich
und erwarte dich
am Ufer des Lebens im Licht-
jetzt, da der Tod alles Irdischen
an deine Türe klopft
und dich herausruft aus dem Land,
das dich ernährt,
aus dem Kreis der Menschen,
mit denen du gelebt hast.

Er mache dir den Abschied leicht
und schicke dir seinen Engel entgegen,
der dich begleitet
durch das unbekannte Tor des Todes
und dich in das verheissene Land führt,
wo die Sonne nicht mehr untergeht.
Er erlöse dich von der Angst,
ins Leere zu fallen –
und schenke dir die Freude,
dass du ihn schaust,
der all deine Schuld vergibt
und deine Wunden heilt,

die Wunden der Angst und
nicht erfahrener Liebe,
die Wunden des Schmerzes und des
nicht Gelungenen.
Er zeige dir deine wahre Heimat-
und lasse dich glücklich sein
in seinem Himmel –
Ihm nahe und denen all,
die vor dir gelebt haben.

Das gewähre dir der Gott des Lebens,
der dem Tod die Macht genommen
und sich jetzt freut auf dich:
der Vater, der Sohn, der Heilige Geist.
Amen.

Herbert Jung

Bevor ich sterbe

Noch einmal sprechen
von der Wärme des Lebens
damit doch einige wissen:
es ist nicht warm
aber es könnte warm sein

Bevor ich sterbe
noch einmal sprechen
von Liebe
damit doch einige sagen:
Das gab es
das muss es geben

Noch einmal sprechen
vom Glück der Hoffnung auf Glück
damit doch einige fragen:
Was war das
Wann kommt es wieder?

In: Erich Fried: Lebensschatten. Berlin,
1996

Ce corps que Marie sa mère a bercé,
ce corps que Marie-Madeleine a lavé
de ses larmes,
tout a disparu.
Il est mort.
Tout nous échappe :
ses paroles, sa chaleur, ses gestes.
Il ne reste rien,
il n'y a plus qu'un grand vide...
Où allons-nous pleurer notre déses-
poir,
où allons-nous déposer notre espé-
rance déçue ?
Voilà ce que je ruminais tout à l'heure.
J'étais tellement fatigué...
Cette route m'apparaissait intermi-
nable.
Nos paroles résonnaient, creuses,
lassées,
fatiguées elles aussi.
Et puis, il s'est joint à nous, déconcer-
tant,
presque agaçant avec sa question.
Le soir arrive, la route fut si longue,

grise, lourde.
Je ne veux pas qu'il nous quitte déjà.
Peut-être pourrait-il s'arrêter là, avec nous.
Je ne sens plus ma fatigue,
lui dit si bien les choses :
l'espace, le vide, la présence, souffrance,
confiance.
J'ai besoin d'un nouvel horizon.

Invocation
Ma voix s'adresse à Dieu, je l'implore
Ma voix s'adresse à Lui
Il m'entend

Prière
Seigneur Jésus, viens à notre aide
Tu nous vois déchirés et abattus.
Pourquoi cet enfant qui s'ouvrait à la
vie
Nous a-t-il été arraché ?
Nous nous tournons vers toi
Tu as donné ta vie pour nous
Permetts-nous de découvrir
La profondeur de ton amour
Qui nous fait passer de la vie à la mort
Pour les siècles des siècles
Amen

O Dieu qui nous a amené à naître
Et dans les bras de qui nous mourons
Dans notre peine et notre ébranlement
Recueille-nous et reconforte-nous
Entoure-nous de ton amour

Dans notre confusion, donne-nous
La grâce de laisser aller xxx
Ainsi que l'espérance en une vie nouvelle
Par Jésus-Christ
Amen

XII

Mariengebete

Gegrüsst seist du Maria, voll der Gnade, der Herr ist mit dir. Du bist gebenedeit unter den Frauen und gebenedeit ist die Frucht deines Leibes, Jesus. Heilige Maria, Mutter Gottes, bitte für uns Sünder jetzt und in der Stunde unseres Todes.

Amen.

Unter deinen Schutz und Schirm fliehen wir, heilige Gottesmutter. Verschmähe nicht unser Gebet in unseren Nöten, sondern errette uns jederzeit aus allen Gefahren, o du glorwürdige und gebenedeite Jungfrau, unsere Frau, unsere Mittlerin, unsere Fürsprecherin. Führe uns zu deinem Sohne, empfiehl uns deinem Sohne, stell uns vor deinem Sohne.

Sei gegrüsst, o Königin, Mutter der Barmherzigkeit; unser Leben, unsere Wonne und unsere Hoffnung sei gegrüsst! Zu dir rufen wir, verbannte Kinder Evas; zu dir seufzen wir trauernd und weinend in diesem Tal der Tränen. Wohlan denn, unsere Fürsprecherin, wende deine barmherzigen Augen uns zu und nach diesem Elend zeige uns Jesus, die gebenedeite Frucht deines Leibes. O gütige, o milde, o süsse Jungfrau Maria.

DER LOBGESANG MARIENS („Magnificat“)

Meine Seele erhebt IHN,
und mein Geist jubelt über Gott, meinen Retter;
Er hat die Niedrigkeit seiner Magd angesehen.
Denn siehe, von nun an werden mich selig preisen alle Geschlechter,
den Grosses hat der Mächtige an mir getan.
Und heilig ist sein Name,
und von Geschlecht zu Geschlecht wird sein Erbarmen
denen zuteil, die ihn fürchten.
Er hat Gewaltiges vollbracht mit seinem Arm,
zerstreut hat er, die hochmütig gesinnt sind im Herzen,
Mächtige hat er vom Thron gestürzt
und Niedrige erhöht,
Hungrige hat er gesättigt mit Gutem,
und Reiche hat er leer ausgehen lassen

Er hat sich Israels, seines Knechts, angenommen
und seines Erbarmens gedacht,
wie er geredet hat zu unseren Vätern,
zu Abraham und seinen Nachkommen in
Ewigkeit.

Lukas 1, 46–55

L'anima mia magnifica il Signore.
E si allietta il mio spririto in Dio mio
Salvatore.
Poichè ha guardato all' miseria della sua
serva.
E ora tutti i secoli mi diranno beata.
Poichè il Potente mi ha fatto grandi cose.
E Santo è il suo nome.
Il suo amore per secoli e secoli
A coloro che lo temono.
Egli opera potenza col suo braccio
Disperde i superbi nell'intendo del loro
cuore.
Abbatte i potenti dai troni,
e innalza i miseri.
Gli affamati li riempie di beni,
e i ricchi li svuota.
Solleva Israele suo servo
Riccordando il suo amore.
Così ha parlato ai nostri padri,
per Abramo e la sua discendenza nei
secoli.

Të fatemi, Mari, hirplote,
Zoti me ty!
E bekuar je mbi të gjitha gratë,
dhe i bekuar fryti i barkut tënd, Jezus.
Shenjta Mari, Nëna e Tenzot,
lutu për ne mëkatarët,
tash e në fill të vdekjes sonë.
Amen.

XIII

Segen

Gott segne und behüte uns.
Gott lasse sein Angesicht leuchten über uns.
und sei uns gnädig.
Gott erhebe sein Angesicht auf uns
und gebe uns Frieden.
Friede wie die sanfte Nacht

Friede sei mit Dir
tief wie eine Strasse, die sich dahin-
zieht,
tief wie die sich verströmende Luft,
tief wie die stille Erde,
tief wie die funkelnden Sterne,
tief wie die sanfte Nacht.

Mond und Sterne mögen ihr heilendes
Licht über dich ausgiessen.

Der tiefe Friede von Christus sei mit
dir,
der das Licht der Welt ist,
der tiefe Friede von Christus.

Gott, ich weiss, dass du mich liebst.
Mein Leben wie mein Sterben liegt in deinen
Händen.
Ich glaube, dass alles, was kommt, in deine
Liebe eingeschlossen ist.
Hilf mir, deinen Willen anzunehmen und zu
verstehen, hilf mir, täglich bereit zu sein,
wenn du mich rufst. Behalte mich, auch
wenn ich sterbe, in deiner Liebe. Ich hoffe
auf dich: Du wendest alles zum Guten. Gott,
dein Wille geschehe.

(Nach Bamberg 1970)

Atem–Segen

Gottes Atem durchströme mich
Gottes Atem erneuere mich
Gottes Atem belebe mich
Ich gehe
mit Zuversicht
in diesen Tag

In: Brigitte Enzner–Probst Auf den
Schwingen der Sehnsucht

Möge Gott dir
einen Engel senden,
der deine Sorgen auf seinen Flügeln
von dir trägt
damit du Frieden findest
und schlafen kannst.

In: Christa Spilling-Nöker: Der Himmel ist
in dir

Möge Gott Ihnen
einen Engel senden,
der Unerledigtes und Quälendes
auf seinen Flügeln
mit Ihnen trägt
damit Sie Frieden finden
und Ihren Weg weiter gehen können

Bénédictio:

Que Dieu, dans sa tendresse,
Vous bénisse et vous protège,
Le Père, le Fils, le Saint-Esprit

Que le Seigneur vous bénisse et vous garde
Que le Seigneur tourne vers vous sa face
Et vous donne sa paix

Que la paix de Dieu
Qui surpasse toute intelligence et toute
compréhension
Garde vos cœurs et vos pensées en Jésus-
Christ notre Seigneur
Allez en paix

Bénis N
Toi qui nous aimes et qui prends pitié des
malades
Accorde-lui le secours de ton Saint-Esprit
Et fait grandir en lui (elle) la vie de Jésus-
Christ

Q'il (elle) a reçu à son baptême
Car tu es le Dieu des vivants
Toi qui règnes pour les siècles des
siècles
Amen