

## **Das tägliche Gebet um 19.00 Uhr**

*Auch von zuhause aus bleiben wir miteinander im Geist und Gebet verbunden - täglich um 19.00 Uhr - in Stille oder mit Texten. Hier eine kleine Auswahl von Gebetstexten als Angebot. Quelleangabe CG: Gebet- und Gesangbuch der Christkatholischen Kirche der Schweiz (2004).*

### **Das Trisagion (Dreimalheilig)**

+ Heiliger grosser Gott,  
+ heiliger starker Gott,  
+ heiliger unsterblicher Gott,  
erbarme dich über uns. (x3) CG864

Ehre sei dem Vater und dem Sohne  
und dem Heiligen Geiste,  
wie im Anfang,  
so auch jetzt und alle Zeit  
und in Ewigkeit. Amen

### **Psalm 23**

*Der Herr ist mein Hirt, er führt mich ans Wasser des Lebens.  
Der HERR ist mein Hirte, nichts kann mir fehlen.  
Auf grünen Auen lässt er mich lagern.  
Er führt mich zur Ruhe an frisches Wasser,  
meine Lebenskraft bringt er zurück.  
Er leitet mich auf rechten Pfaden, getreu seinem Namen.  
Muss ich auch gehen in finsterem Tal, ich fürchte kein Unheil.  
Denn du bist bei mir.*

Dein Stab und dein Stecken geben mit Zuversicht -  
Du deckst mir den Tisch  
vor den Augen meiner Bedränger.  
Du salbst mein Haupt mit Öl und füllst mir reichlich den Becher.  
Nur Güte und Huld werden mir folgen mein Leben lang.  
Und wohnen darf ich im Hause des Herrn bis in die fernsten Tage.  
*Der Herr ist mein Hirt, er führt mich ans Wasser des Lebens.*

## **Psalm 121**

*Meine Hilfe kommt vom Herrn, der Himmel und Erde erschaffen hat.*  
Ich erhebe meine Augen zu den Bergen: Woher kommt mir Hilfe?  
Meine Hilfe kommt vom HERRN, der Himmel und Erde erschaffen hat.  
Er lässt deinen Fuss nicht wanken; der dich behütet, schläft nicht.  
Wahrlich, der Hüter Israels, er schläft und schlummert nicht.  
Der HERR ist dein Hüter!  
Der HERR ist dein Schatten zu deiner Rechten!  
Bei Tag kann dir die Sonne nicht schaden  
und nicht der Mond bei Nacht.  
Der HERR behütet dich vor allem Bösen, er behütet dein Leben.  
Der HERR behütet dein Gehen und dein Kommen von nun an bis in Ewigkeit.  
*Meine Hilfe kommt vom Herrn, der Himmel und Erde erschaffen hat.*

**VON GUTEN MÄCHTEN** treu und still umgeben,  
behütet und getröstet wunderbar, -  
so will ich diese Tage mit euch leben  
und mit euch gehen in ein neues Jahr.  
Noch will das alte unsre Herzen quälen,  
noch drückt uns böser Tage schwere Last.  
Ach Herr, gib unsern aufgeschreckten Seelen  
das Heil, für das du uns geschaffen hast.

Und reichst du uns den schweren Kelch, den bitteren,  
des Leids, gefüllt bis an den höchsten Rand,  
so nehmen wir ihn dankbar ohne Zittern  
aus deiner guten und geliebten Hand.  
Doch willst du uns noch einmal Freude schenken  
an dieser Welt und ihrer Sonne Glanz,  
dann woll'n wir des Vergangenen gedenken,  
und dann gehört dir unser Leben ganz.  
Lass warm und hell die Kerzen heute flammen,  
die du in unsre Dunkelheit gebracht,  
führ, wenn es sein kann, wieder uns zusammen!  
Wir wissen es, dein Licht scheint in der Nacht.  
Wenn sich die Stille nun tief um uns breitet,  
so lass uns hören jenen vollen Klang  
der Welt, die unsichtbar sich um uns weitet,  
all deiner Kinder hohen Lobgesang.  
Von guten Mächten wunderbar geborgen  
erwarten wir getrost, was kommen mag.  
Gott ist bei uns am Abend und am Morgen  
und ganz gewiss an jedem neuen Tag.

CG959.3

Dietrich Bonhoeffer, Von guten Mächten, in seinem Brief an Maria von Wedemeyer aus dem Kellergefängnis des Reichssicherheitshauptamts in Berlin, Prinz-Albrecht-Straße, 19. Dezember 1944. Erstmals veröffentlicht 1951 in: Eberhard Bethge (Hrsg.), Dietrich Bonhoeffer. Widerstand und Ergebung. Briefe und Aufzeichnungen aus der Haft.

## **Das Jesusgebet (auch Herzensgebet genannt)**

Herr Jesus Christus, Sohn Gottes, erbarme dich unser (mehrmals) CG951.6

## **Gebet vor der Stille**

«Zu dir hin, o Gott, hast du uns erschaffen, und unruhig ist unser Herz, bis es ruht in dir.» Augustinus (354 – 430)

Sei still

und aus der Stille wird Weisheit zu dir kommen

Sei still

und die Stille wird dich in die Ganzheit deines Menschenseins führen

Sei still

und du wirst erfahren, wer du bist

und wer all die andern um dich herum sind

darum

sei still

und die Stille wird als Weisheit

zu dir kommen

sei still

sei

*Stille halten*

Marcel Steiner, Grosser Geist - Weites Herz, Fromm Verlag (2015)

## **Eine Fürbitte**

Barmherziger Gott, wir bitten dich für die Menschen hier bei uns und auf der ganzen Welt, die Licht und Leben zu den Menschen bringen:

alle, die sich um Kranke und Schutzbedürftige kümmern,

alle, die das alltägliche Leben am Laufen halten,

alle, die in diesen Zeiten umsichtig und rücksichtsvoll sind.

Gott, schenke ihnen von deinem Licht und deiner Kraft.

Ebenso bitten wir dich für alle, die krank sind,

alle, für diese Zeit sehr schwer ist, weil sie jemanden verloren haben,

alle, die sich einsam und verlassen fühlen.

Gott, schenke ihnen von deinem Licht und deiner Kraft.

*Diese und alle unsere ganz persönlichen Anliegen nehmen wir mit hinein, in das Gebet, das Jesus uns gelehrt hat:*

## **Das Gebet des Herrn**

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.

## **Bewahre uns, Gott, behüte uns, Gott**

*Jede Strophe kann in eine andere Himmelsrichtung gesprochen werden um damit alle, die in dieser Richtung leben, bewusst ins Gebet einschliessen.*

Bewahre uns, Gott, behüte uns, Gott,  
sei mit uns auf unsern Wegen.

Sei Quelle und Brot in Wüstennot,  
sei um uns mit deinem Segen.

Bewahre uns, Gott, behüte uns, Gott,  
sei mit uns in allem Leiden.

Voll Wärme und Licht im Angesicht,  
sei nahe in schweren Zeiten.

Bewahre uns, Gott, behüte uns, Gott,  
sei mit uns vor allem Bösen.

Sei Wille und Kraft sei Kraft, die Frieden schafft,  
sei in uns, uns zu erlösen.

Bewahre uns, Gott, behüte uns, Gott,  
sei mit uns durch deinen Segen.  
Dein Heiliger Geist, der Leben verheisst,  
sei um uns auf unsern Wegen.

*CG496 Text: Eugen Eckert (1985) 1987; Melodie: Anders Ruuth (um 1968) 1984 "La paz del señor"*

## **Ein Lichtermeer für die Hoffnung: Jeden Donnerstag um 20.00 Uhr Eine ökumenische Aktion der Schweizer Kirchen**

Jeden Donnerstagabend bis Hohen Donnerstag sind wir eingeladen, ein Licht als Zeichen der Verbundenheit anzuzünden. Die Corona Pandemie gefährdet und verunsichert die Menschen in unserem Land. Wir alle sind gefordert – wir brauchen Solidarität und auch Zeichen der Hoffnung.

Vor diesem Hintergrund entzünden wir jeden Donnerstagabend bis am Hohen Donnerstag jeweils um 20 Uhr eine Kerze und platzieren diese sichtbar vor dem Fenster.

*Dazu kann eine vierfache Fürbitte gebetet werden:*

für die am Virus Erkrankten und ihre Angehörigen,  
für die im Gesundheitswesen Arbeitenden,  
für die, die unsere Lebensmittel-Versorgung sicherstellen.  
für alle Menschen, die sich angesichts der aktuellen Lage einsam fühlen.

Dieses Zeichen der Verbundenheit soll allen Menschen in diesem Land Zuversicht geben. Gemeinsam werden wir diese Krise angehen und meistern.

## **Gebet für Hilfe gegen Gefahren**

Sei unser Licht in der Finsternis, O Herr,  
und in deiner grossen Barmherzigkeit  
schütze uns vor allen Bedrohungen  
und Gefahren dieser Nacht;  
um der Liebe deines einzigen  
Sohnes willen, unseres Heilands  
Jesus Christus. Amen.

*Aus: Evensong, Book of Common Prayer, deutsche Übersetzung*

*Sie möchten ihre Gebete und Texte mit uns teilen? Das Pfarrteam freut sich, von Ihnen zu hören.  
Bitte schicken Sie Ihre Texte oder Gebete an: [lars.simpson@christkath-zuerich.ch](mailto:lars.simpson@christkath-zuerich.ch)*