

Irmentraud Kobusch
Marie-Luise Langwald
Isolde Niehüser

Die Lebendige feiern

Gebete und Texte für
menschengerechte Gottesdienste

Schwabenverlag

VERLAGSGRUPPE PATMOS

**PATMOS
ESCHBACH
GRÜNEWALD
THORBECKE
SCHWABEN
VER SACRUM**

Die Verlagsgruppe
mit Sinn für das Leben

Alle Rechte vorbehalten

© 2026 Schwabenverlag

Verlagsgruppe Patmos in der Schwabenverlag AG

Senefelderstr. 12, 73760 Ostfildern

produktsicherheit@verlagsgruppe-patmos.de

www.schwabenverlag-online.de

(Vorstehende Angaben sind zugleich Pflichtinformationen nach GPSR.)

Umschlaggestaltung: Finken & Bumiller

Umschlagabbildung: © Annie Spratt / unsplash

Satz: Schwabenverlag AG, Ostfildern

Druck: Finidr s.r.o., Český Těšín

Hergestellt in Tschechien

ISBN 978-3-7966-1886-4

Inhalt

Hinführung 11

1. **Gott in unserer Mitte – ankommen, versammeln, begrüßen**

Einführung 17

Gebete und Texte zur Eröffnung

Bereit 19

Zusammen 20

Voll Sehnsucht 21

Im Namen Gottes 22

Wir feiern Gemeinschaft 23

So wie wir sind 24

Ankommen 25

Willkommen 26

Gegenwärtig 27

Dornbusch 28

2. **Gott vergibt – sich besinnen, sich öffnen, sich aufrichten**

Einführung 29

Gebete und Texte zur Erbarmensbitte

Ansehen 31

Mütterliche Liebe 32

Woher kommt mir Hilfe? 33

Auf-richten 34

Gefangen 35

Wir kommen zu dir 36

Sammle meine Tränen in einem Krug	37
In zerbrechlichen Gefäßen	38
Unterwegs	40
Dunkel und ohne Würze	41

3. Kyrie, eleison – Christus begrüßen, sein Erbarmen loben, seine Nähe feiern

Einführung	42
Gebete und Texte zum Kyrie	
Hosanna, gelobt seist du	44
Jesus, wir rufen dich mit vielen Namen	45
In Not-vollen Zeiten	46
Dass jemand da ist	47
Wir grüßen dich, Kyrios	48
Beziehung	49
Warten	50
Priesterlich, prophetisch, königlich	51
Mit Jesus Christus	52
Anti-Herr	53

4. Gottes Heilstaten – staunen, loben, preisen

Einführung	54
Gebete und Texte zum Gloria	
Das Lied meines Lebens	56
Wir loben die Lebendige	57
Mitten in der Welt	58
Staunen über jeden Regenbogen	59
Wenn Lob verstummt	60
Geburtsraum	61

Gloria einmal anders 62

Regenbogen-Lob 64

Nur hilflose Worte 66

5. Mit Gott sprechen – innehalten, Gedanken sammeln, beten

Einführung 67

Gebete und Texte zum Tagesgebet

Du Lebendige 69

Gott, Weisheit 70

Bitte um Verwandlung 71

Du unsere Hoffnung 72

Gott, Brücke und Fels 73

Mit leeren Händen 74

Du zeitenlose Ewigkeit 75

Gott, Ewigmitgehende, Ewignahe 76

Hier bin ich 77

6. Bei Gottes Wort verweilen – hören, bedenken, antworten

Einführung 78

Gebete und Texte zur Antwort auf Schriftlesungen

Lebendiges Wort 80

Wort des lebendigen Gottes – bis heute 81

Gottes Wort ist lebendig 82

Wie ein Blitz 83

Evangelium 84

Gott wortet 85

Licht auf meinen Wegen 86

Dein Wort verstehen 88

Wort des lebendigen Gottes 89

7. Unser Glaube – sich vergewissern, dazu stehen, bekennen

Einführung 90

Gebete und Texte zum Credo

Über Generationen 93

Christus Leben 94

Credo der Frauen 96

Ohne Zweifel 98

Gott der Armen 99

Trotz meiner Zweifel 100

Wir bekennen 102

Gott, die Dreifaltige 103

Ich glaube an dich, Gott des Lebens 104

Ich glaube 106

8. Die Welt vor Gott – sehen, Not benennen, bitten

Einführung 107

Gebete und Texte zu den Fürbitten

Arm und reich 109

Frauen weltweit 110

Vater unser 112

Unser Heil 116

Dass ihnen nicht das Öl ausgeht 118

Im Vertrauen auf Jesus Christus 119

Tiere geben ein Beispiel 122

Unsere Rettung 124

Wir denken an 126

Seligpreisungen 128

9. Gottes Frieden – erhoffen, erbitten, einander zusprechen

Einführung 130

Gebete und Texte zum Friedenswunsch

Wo ist der Friede? 132

Du Gott Ich bin da 134

Jage-Kraft 135

Friedensmacht 136

Meinen Frieden gebe ich euch 138

Alle Menschen 139

Sehnsucht nach Frieden 140

Sucht den Frieden und jagt ihm nach 142

Friedens-Wunsch 143

Dein Reich komme 144

10. Dank an Gott – sich beschenkt wissen, sich freuen, danken

Einführung 145

Gebete und Texte zur Danksagung

Du Geheimnis 147

Dreifacher Dank 148

Perspektivenwechsel 150

Danklieder 151

Im Regen ein Schirm 152

In und mit dir 153

Danke für ... 154

Mein Gebet 155

Nahegekommen 156

11. Gottes Auftrag – annehmen, sich senden lassen, handeln

Einführung 157

Gebete und Texte zur Sendung

Die Lebendige sendet 159

Mit unserer kleinen Kraft 160

Gehet hin in Frieden 162

Ite, missa est 163

Wir wollen 164

Beauftragt und gesandt 165

Suchen und finden 166

Deine Kraft begleitet mich 167

Handeln braucht Energie 168

Zum Aufbruch 169

12. Gottes Segen – empfangen, weitergeben, in den Alltag gehen

Einführung 170

Gebete und Texte zum Segen

Berührt und gesegnet 172

Segne uns 173

Augen-Ohren-Mund-Segen 174

Aufbrechen 175

Du, Gott lebendig 176

Hoffnungs-Segen 177

Segne und umhülle uns 178

Heil-Segen 180

So weit der Himmel reicht 182

Auf all unseren Wegen 183

Literaturverzeichnis 185

Die Autorinnen 190

Hinführung

Das Werkbuch »Die Lebendige feiern« bietet neue Impulse allen, die hauptberuflich oder ehrenamtlich Gottesdienste vorbereiten und leiten. Wir knüpfen dabei an 55 Bände FrauenGottesDienste und an das 2009 erschienene Werkbuch »Frauen feiern die Lebendige« an.

Auch mit diesem Buch wollen wir der Tatsache Rechnung tragen, dass Menschen von heute in zunehmend veränderten Lebensformen und Lebenswelten leben. Sie sehen sich herausgefordert von einer immer stärker ausdifferenzierten Gesellschaft, von veränderten Welt-, Rollen- und Geschlechterbildern. Frauen finden nach wie vor ihre Erfahrungen, ihren Alltag, ihre spezifischen Bedürfnisse nicht wieder in einer von Männern geprägten und von Männern dominierten kirchlichen Verkündigung und in von Männern und männlichen Bildern und männlicher Sprache geprägten Gottesdiensten. Solche Erfahrungen beschreiben und reflektieren heute viele Menschen, nicht nur Frauen. Es führt dazu, dass sich immer mehr Menschen in traditionellen liturgischen Vollzügen fremd und nicht mehr angesprochen fühlen, sich abwenden und neue Wege und Zugänge suchen. Für alle, die sich um Liturgie, deren Verständnis und lebendige gottesdienstliche Feiern bemühen, ist es eine herausfordernde Aufgabe, diese Entwicklung nicht zu beklagen, sondern zu versuchen, sich ihr bewusst zu stellen. Uns ist es darum wichtig, mit diesem Werkbuch einerseits den Blick von einer frauengerechten hin zu einer menschengerechten Perspektive zu weiten und andererseits die menschenfreundliche Dimension traditioneller, im Laufe einer langen Geschichte gewachsener liturgischer Texte und Vollzüge aufscheinen zu lassen.

Wie im früheren Werkbuch orientieren wir uns an den üblichen liturgischen Elementen eines Gottesdienstes. Bei den zwölf

Kapitelüberschriften haben wir jedoch anstelle der gewohnten – vor allem aus dem Ablauf der Eucharistiefeier vertrauten – Bezeichnungen andere gewählt. Sie sollen anschaulich machen und vermitteln, um was es bei dem jeweiligen Feierelement geht. Die einzelnen liturgischen Elemente werden vorgestellt: ihr theologischer Ort, ihre historische Entwicklung und ihre Bedeutung. Wir wollen damit dazu beitragen, den Reichtum der Liturgie der Kirche als Schatz zu entdecken und besser zu verstehen. An diese Einführungen schließen sich jeweils Gebete und Texte an. Es gibt also keine fertigen Gottesdienstmodelle. Die vielfältig einsetzbaren Textbausteine regen an, die tradierten Formen gottesdienstlichen Feierns neu mit Leben zu füllen und kreativ neue Formen auszuprobieren. Mit anderen Worten: die Lebendige lebendig zu feiern.

Dabei sind uns liturgische Erfahrungen aus der Ökumene und den Traditionen aller christlichen Kirchen wichtig, wie sie zum Beispiel in der Frauenökumene der Weltgebetstagsbewegung erlebbar sind. Die vorgelegten Vorschläge zu Gebeten und Texten verstehen sich als Denkanstöße. Sie können in ganz unterschiedlichen, gerade auch in ökumenischen Liturgien ihren Ort haben. Sie wollen aber auch anregen und dazu ermutigen, Vorgefertigtes für einen konkreten Gottesdienst anzupassen oder neue, eigene Texte zu verfassen. Viele spirituell und liturgisch Interessierte, gerade auch Gottesdienstleiterinnen, haben dazu Erfahrungen und Potenzial.

Kirchlich sozialisierte Frauen kennen liturgische Traditionen und Rituale; sie greifen auf Symbole und Zeichenhandlungen zurück, die sie mit ihren Erfahrungen beschreiben und experimentell neu prägen. Sie bereiten Eucharistiefeiern vor, gestalten und leiten Wort-Gottes-Feiern. Dies bietet Chancen für eine anders geprägte Spiritualität, für eine größere Sensibilität gewählter Worte und Gesten und für eine geschlechtergerechte

Sprache, die alle meint: Chancen für eine neu zu entdeckende Weite.

Uns ist bewusst, wie herausfordernd gottesdienstliches Feiern ist, das sprach- und geschlechtersensibel die differenzierten Lebenswirklichkeiten heutiger Menschen berücksichtigen will. Wie sehr ein achtsamer Umgang mit Sprache vonnöten ist, lassen zum Beispiel die Rückmeldungen Betroffener von spiritueller und sexualisierter Gewalt nur erahnen. Welche Bilder steigen in von Missbrauch Betroffenen auf, wenn sie vom »lieben, gütigen Vater-Gott« hören? Ein kleiner Schritt wäre es schon, sich bewusst zu machen, dass es in den Kirchenbänken Betroffene gibt, und gelegentlich sensibel auf traumatisierende Missbrauchs-Erfahrungen hinzuweisen.

Menschen kommen mit ihren Sehnsüchten, Nöten, Erfahrungen und Erwartungen, mit denen sie sich im Gottesdienst gemeinschaftlich an Gott, die Lebendige, wenden. Welche Impulse, An- und Zusagen, Gottesbilder und Begegnungen werden sie in der Feier erfahren und aus ihr mitnehmen? Ohne die Wirkungen des Geistes vorwegnehmen zu können, plädieren wir für eine größere Sensibilität, Weite und Experimentierfreude in der Vorbereitung und Durchführung von Gottesdiensten. Dazu haben wir uns einige Grundprinzipien zu eigen gemacht: Anstelle einer rein frauenorientierten Perspektive befürworten wir eine geschlechter- und menschengerechte. Anstelle einer kirchlichen Insidersprache wünschen wir uns eine leicht verständliche Sprache, die über den Alltag hinausweist. Anstelle von einseitig männlich geprägten Gottesbezeichnungen setzen wir auf die biblische Vielfalt der Gottesnamen, die sich in der persönlichen Spiritualität auch in heutiger Sprache auszudrücken vermag.

Die Suche nach neuen Gottesnamen und Gottesanreden in Gebeten und Texten hat für uns eine große Bedeutung. Es leitet uns die Überzeugung, dass die liturgische Gebetssprache prägend

ist für die Art, wie Menschen Gott verstehen, welches Gottesbild ihr Leben bestimmt. Die Vielfalt wunderbarer Gottesnamen, die die biblische Tradition des Ersten Testaments – gerade auch der Psalmen – anbietet, ist inspirierende Anregung und Einladung, eigene Namen für Gott zu finden. Als bewusster Gegenpol zu den bis heute dominierenden männlichen Gottesanreden spielen weibliche Formen der Rede von Gott eine wichtige Rolle. Gleichzeitig kommt es darauf an, Stereotype des Weiblichen – wie etwa Mütterlichkeit, Gefühlsbetontheit, Hingabefähigkeit – und zu enge Geschlechterbilder zu überwinden, geschlechtliche Vielfalt wahrzunehmen und normative Bilder von Weiblichkeit und Männlichkeit zu vermeiden.

Wir haben versucht, eine dem gottesdienstlichen Geschehen angemessene, nicht banale und gleichzeitig lebensnahe, für moderne Menschen verständliche Sprache zu finden und aus unterschiedlichen Perspektiven die Lebens- und Glaubenserfahrung von Menschen ins Wort zu bringen. Eine Sprache, der es vielleicht gelingt, zu berühren und zu verändern, anzuregen und auch aufzuregen, zu trösten und zu befreien. Eine Sprache, die sich suchend zwischen Poesie und Alltag bewegt. Wir haben uns anregen lassen von den Sprachbildern und Sprachspielen biblischer Texte. Dabei ist uns bewusst, dass unser Sprechen aus der eigenen Glaubens-, Gebets- und Gotteserfahrung schöpft, dass es persönlich ist und manchmal tastend und stockend um Worte ringt.

Ein Element, dem wir Aufmerksamkeit schenken, ist die Stille. Wir sind überzeugt, dass es wichtig ist, Stille neu zu entdecken, sie bewusst einzuhalten und im liturgischen Geschehen ihrer Kraft zu trauen. Sie ermöglicht Sammlung und Innehalten. Sie gibt Raum, das eigene Leben in die Liturgie einzufügen. »Sie ist das Symbol für die Anwesenheit und das Wirken des Heiligen Geistes, der die gesamte feierliche Handlung belebt. ... Gerade weil sie ein Symbol des Geistes ist, hat sie die Kraft, sein

vielgestaltiges Wirken auszudrücken« (Papst Franziskus, *Desiderio desideravi* 52).

Wir haben uns auch gefragt, wodurch ein Gottesdienst zur Feier wird und was helfen kann, dass aus Besuchenden Mitfeiernde werden. Dabei verdient die Frage der liturgischen Rollen und Aufgaben Beachtung. Ein Gottesdienst, eine gemeinschaftliche rituelle Handlung braucht eine Leitung. Dennoch können viele Aufgaben verteilt und die Teilhabe aller am gottesdienstlichen Geschehen deutlicher sichtbar gemacht werden. Nicht eine Leiterin oder ein Priester lädt zum Gottesdienst ein, sondern Gottes Geist führt zusammen: »Wo zwei oder drei in meinem Namen versammelt sind, da bin ich mitten unter ihnen« (Mt 18,20). Die Mitfeiernden sind liturgische Subjekte, nicht Rezipienten. In den letzten Jahren ist in diesem Zusammenhang verstärkt Augenmerk auf die Frage von Liturgie und Macht gelegt worden. Es erscheint notwendig, das Verhältnis von Leitung und Teilhabe aller, von geweihtem Amt, Laienamt, Laiendienst und Gottesvolk sorgsam zu reflektieren und so zu gestalten, dass nicht eine oder zwei Personen in Sprache und Gestik den Gottesdienst dominieren.

Bedeutsam ist auch, wie der Raum, in dem ein Gottesdienst stattfindet, gestaltet ist. Alle Versuche, Räume so zu nutzen, dass mehr Gemeinschaft und weniger Gegenüber zum Ausdruck kommt, lohnen die Mühe. Gerade in Zeiten, in der kleinere Gruppen aus zu groß gewordenen Kirchengebäuden in andere Räumlichkeiten ausgelagert werden, kommt es darauf an, Räume einerseits liturgisch angemessen zu gestalten, sodass Gottesbegegnung und eine Spur von Sakralität erfahrbar werden können. Andererseits sollten sie ästhetisch ansprechend sein und zum Da-Sein und Wohlfühlen einladen. Oft genügen dafür kleine Veränderungen und bewusst eingesetzte Zeichen.

Wir wünschen uns, dass wir mit diesem Werkbuch Anregungen für lebendige Feiern geben können, die in der Praxis vielfältig

nutzbar sind, die beim Nachlesen inspirieren und den Weg frei machen für Entdeckungen von Neuem, von Unerwartetem und damit immer auch für die Lebendige.

Wir sind dankbar für die Schritte, die jede von uns und wir miteinander gegangen sind. Wir sind auch dankbar für die Ermutigung und Unterstützung des Verlages. Wir hoffen, dass wir viele auf unserem Weg mitnehmen können, sodass es viele Orte gibt, an denen Menschen die Lebendige feiern und selbst immer lebendiger werden.

29. April 2026

Am Festtag der Kirchenlehrerin Katharina von Siena

IRMENTRAUD KOBUSCH, MARIE-LUISE LANGWALD, ISOLDE NIEHÜSER

1. Gott in unserer Mitte – ankommen, versammeln, begrüßen

Einführung

Wenn wir uns zum Gottesdienst versammeln, kommen gläubende, zweifelnde, hoffende, sehnsuchtsvolle Menschen zusammen. Sie kommen, weil sie die Begegnung mit Gott suchen, die Begegnung mit Jesus Christus, Gottes Mensch gewordenem Wort, und die Begegnung mit Gottes Geist, der anspornt und lebendig macht. Sie tun das aber gerade nicht als Einzelne für ihre persönliche Gottesbegegnung. Zum privaten Beten hätten sie auch zuhause bleiben können. Sie kommen in den Gottesdienst, weil sie sich als Gemeinschaft von Betenden und Feiernden mit anderen Feiernden und der Gemeinschaft der Kirche verbinden wollen. Für das Zweite Vatikanische Konzil ist jede liturgische Feier Werk Christi und seiner Kirche, »heilige Handlung, deren Wirksamkeit kein anderes Tun der Kirche an Rang und Maß erreicht« (SC 7). Darum fordert das Konzil, »dass die Gläubigen bewusst, tätig und mit geistlichem Gewinn daran teilnehmen« (SC 11).

Damit das gelingen kann, verdienen das Ankommen und der Beginn eines Gottesdienstes besondere Aufmerksamkeit. Denn Gottesdienst beginnt nicht erst mit der liturgischen Eröffnung. Im Grunde beginnt er, wenn die Einzelnen sich zuhause aufmachen, um sich als Gemeinde zu versammeln. Damit bekommen kleine, meist ganz selbstverständlich geübte Handlungen eine Bedeutung als sinnvolle Rituale des Beginnens: eine Kniebeuge oder Verneigung beim Ankommen im Gottesdienstraum als Gruß an Gottes Gegenwart; ein bewusster Blickkontakt mit den Menschen im Raum; ruhig werden und sich einstellen auf den Übergang vom alltäglichen Tun zur liturgischen Feier; der Einzug

derjenigen, die den Gottesdienst leiten, und das Aufstehen der versammelten Gemeinde als Zeichen der Bereitschaft und des Stehens vor Gott; das Singen des Eingangsliedes, das zum ersten Mal die Versammelten als Gemeinschaft aktiv werden lässt.

All das sind bereits liturgische Akte: Ankommen. Sich sammeln. Sich als Gemeinschaft versammeln.

Die eröffnende liturgische Begrüßung (Votum) sollte kurz und wohldurchdacht sein und keine erste Predigt. Sie will einstimmen auf das Erleben und Mitfeiern des Gottesdienstes als Ganzes. Sie hebt Ankommen, Versammeltsein und Begegnung ins Wort. Sie eröffnet und öffnet Herz und Verstand für die gemeinsame Feier. Sie stellt Beziehung her, greift die mitgebrachten Hoffnungen und Erwartungen auf und stellt sie in den Namen Gottes – des trinitarischen Gottes. Sie macht bewusst, dass Gott die Mitte der versammelten Gemeinschaft ist: Gott ist mit uns – Gott ist in unserer Mitte.

IRMENTRAUD KOBUSCH

Bereit

Die Texte werden von zwei Personen von unterschiedlichen Plätzen aus zu Beginn des Gottesdienstes gesprochen.

Stille

Jeden Sonntag höre ich das Glockengeläut der Kirche.
Vertrautes Läuten, das mich erinnert.
Ich bin eingeladen.
Eingeladen zum Fest des Glaubens.

Stille

Ich habe die Schwelle der Kirchentür übertreten,
mir meinen Platz gesucht,
mich eingerichtet.
Bin ich bereit?
Bereit, dir zu singen, dein Wort zu hören, Gott?

Steh auf, die Feier beginnt!
Lass alle Gedanken fahren.

Hineingenommen in die Gemeinschaft der Mitfeiernden
spüre ich:
Ich bin bereit.

ISOLDE NIEHÜSER