

## Hausgebet 16. Sonntag im Jahreskreis – 18.07.2021

### Hinführung

„Kommt mit an einem einsamen Ort und ruht ein wenig aus!“ – Die Aufforderung Jesu an seine Jünger gilt auch uns. Auch wir brauchen einen Rückzugsort, Ruhe und Stille, Zeit für uns und Zeit für Gott. Halten wir bewusst für einen Augenblick Stille und nehmen wir wahr, wie es uns im Moment geht.

### Kurze Stille

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

### Lied: Zu dir, o Gott, erheben wir (GL 142,1)

1. *Zu dir, o Gott, erheben wir / die Seele mit Vertrauen. / Dein Volk erfreuet sich in dir, / wollst gnädig niederschauen. / Lass leuchten, Herr, dein Angesicht, / erfüll uns mit der Gnade Licht / und schenk uns dein Erbarmen.*

### Gebet

Herr, wir kommen zu dir.  
Wir bringen zu dir unsere Sorgen und Nöte,  
unsere Freude und unseren Dank,  
das, was uns gelungen ist, und das, was uns misslungen ist.  
Bei dir können wir ausruhen und Kraft schöpfen.  
Öffne uns für deine Gegenwart, öffne uns für dein Wort.  
Lass uns erkennen, worauf es im Leben ankommt.  
Amen.

## Lesung aus dem heiligen Evangelium nach Markus

<sup>30</sup>In jener Zeit versammelten sich die Apostel, die Jesus ausgesandt hatte, wieder bei ihm und berichteten ihm alles, was sie getan und gelehrt hatten. <sup>31</sup>Da sagte er zu ihnen: Kommt mit an einen einsamen Ort, wo wir allein sind, und ruht ein wenig aus! Denn sie fanden nicht einmal Zeit zum Essen, so zahlreich waren die Leute, die kamen und gingen. <sup>32</sup>Sie fuhren also mit dem Boot in eine einsame Gegend, um allein zu sein.

<sup>33</sup>Aber man sah sie abfahren und viele erfuhren davon; sie liefen zu Fuß aus allen Städten dorthin und kamen noch vor ihnen an. <sup>34</sup>Als er ausstieg, sah er die vielen Menschen und hatte Mitleid mit ihnen; denn sie waren wie Schafe, die keinen Hirten haben. Und er lehrte sie lange.

*(Markus 6,30-34)*

### Kurze Stille

### Lied: Zu dir, o Gott, erheben wir (GL 142,2)

2. *Herr, zeige uns die Wege dein / und lehr uns deine Pfade. / Ganz nahe lass dein Wort uns sein / voll Wahrheit und voll Gnade. / Nimm du hinweg der Sünde Schuld, / mit unsrer Schwachheit hab Geduld / und schenk uns dein Erbarmen.*

### Impuls

Der heilige Bernhard von Clairvaux (1090-1153) gab einem guten Freund folgendem Rat:

*„Wenn du vernünftig bist, erweise dich als Schale und nicht als Kanal, der fast gleichzeitig empfängt und weitergibt, während jene wartet, bis sie gefüllt ist.“*

*Auf diese Weise gibt sie das, was bei ihr überfließt, ohne eigenen Schaden weiter.*

*Lerne auch du, nur aus der Fülle auszugießen und habe nicht den Wunsch, freigiebiger zu sein als Gott.*

*Die Schale ahmt die Quelle nach. Erst wenn sie mit Wasser gesättigt ist, strömt sie zum Fluss, wird sie zur See.*

*Du tue das Gleiche! Zuerst anfüllen und dann ausgießen.*

*Die gütige und kluge Liebe ist gewohnt überzuströmen, nicht auszuströmen.*

*Ich möchte nicht reich werden, wenn du dabei leer wirst.*

*Wenn du nämlich mit dir selbst schlecht umgehst, wem bist du dann gut?*

*Wenn du kannst, hilf mir aus deiner Fülle, wenn nicht, schone dich.“*

Was/wer füllt meine „Schale“?

*Kurze Stille*

### **Bitten**

- V** Herr, schenke uns Ruhe. – **A** Erhöre uns, Christus.
- V** Stille unsere Sehnsucht. –
- V** Erfülle uns mit Frieden. –
- V** Stärke und belebe uns. –
  
- V** Für alle Seelsorgerinnen und Seelsorger, – **A** erbarme dich ihrer.
- V** Für alle, die sich in der Kirche engagieren, –
- V** Für alle Frauen und Männer, die in der Pflege tätig sind, –
- V** Für die Lehrerinnen und Lehrer, –
- V** Für alle Erzieherinnen und Erzieher, –

- V** Für alle Ärztinnen und Therapeuten, –
- V** Für alle, die in der Beratung tätig sind, –
- V** Für alle Mütter und Väter, Großmütter und Großväter, –
- V** Für alle Frauen und Männer, die ehrenamtlich tätig sind, –
- V** Für alle, die sich um das Wohl anderer sorgen, –
- V** Für alle, die ausgebrannt sind, –
- V** Für alle, die eine Krise durchleben, –
- V** Für alle, die enttäuscht oder entmutigt sind, –
- V** Für alle, die momentan schwer zu tragen haben, –
- V** Für alle, die dich suchen, –

*Es können noch eigene Bitten angefügt werden.*

### **Vater unser**

### **Segensgebet**

Gott, der Hoffnung schenkt,  
erfülle uns mit aller Freude und allem Frieden im Glauben.

*(nach Römer 15,13)*

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

### **Lied: Im Frieden dein (GL 216,1)**

1. *Im Frieden dein, o Herre mein, / lass ziehn mich meine Straßen. /  
Wie mir dein Mund gegeben kund, / schenkst Gnad du ohne  
Maßen, / hast mein Gesicht das selige Licht, / den Heiland,  
schauen lassen.*

Diözese Regensburg KdöR 2021 | Hauptabteilung Seelsorge | erstellt v. Pastoralreferentin Heidi Braun | Gemeindegatechese  
Bibeltext: Einheitsübersetzung der Heiligen Schrift © 2017, Verlag Katholische Bibelanstalt GmbH, Stuttgart  
Lieder: Gotteslob, Katholisches Gebet- und Gesangbuch, Ausgabe für die Diözese Regensburg, 2013