Gebetsvorschläge

Allmächtiger und barmherziger Gott,
deine Weisheit allein zeigt uns den rechten Weg.
Lass nicht zu, dass irdische Aufgaben und Sorgen uns hindern,
deinem Sohn entgegenzugehen.
Führe uns durch dein Wort und deine Gnade
zur Gemeinschaft mit ihm, der in der Einheit des Heiligen Geistes
mit dir lebt und herrscht in alle Ewigkeit.
Amen

(Tagesgebet 2. Adventsonntag B)

Du bist bei mir

Du bist bei mir.
Du hörst mir zu.
Du nimmst mir die Angst.
Du schenkst mir Vertrauen.

Was ich auch tue,
Du zeigst mir Verständnis.
Schrei ich auch oft:
„Du liebst mich nicht mehr!“,
Du bleibst mir doch treu.

Ob ich bete oder grüble,
ob ich klage oder lobe,
bitte oder danke,
Du bleibst bei mir,
mir näher
als mein Herz mir sein kann.

(Martin Gutl)

Den Denkzettel gibt es auf Wunsch auch per e-mail.
Für Nachfragen und Rückmeldungen stehe ich gerne zur Verfügung:

Pfarrer Ludwig Krag
Kirchplatz 2
55481 Kirchberg
Tel. 06763/1513
e-mail: Ludwig.Krag@web.de

DENKZETTEL

zum

9. Sonntag im Jahreskreis B

Schrifttexte des Sonntags

Dtn 5, 12-15
Der Herr hat befreit aus dem Sklavenhaus Ägypten

2 Kor 4, 6-11
Christus – Kraft und Licht in allem

Mk 1, 1-8
Christus ist Herr – auch über den Sabbat

Gedanken

Ein Hamsterrad. Symbol für Getrieben sein, für Hektik und Hast ohne Ende. Menschen sprechen vom „Hamsterrad Alltag und Beruf“, von der sich immer schneller drehenden Welt und von Überflutung durch Medien und Informationen. Nicht wenigen geht die Puste aus, sie brennen aus vor „lauter Lauter“ und unter dem Druck, den Anforderungen, der Umwelt gerecht zu werden, ständig „in“ und „up to date“ zu sein und sein zu müssen. Viele kommen sich selbst nicht mehr hinterher und die eigene Seele hat auch keine Chance. Der Sinn des Ganzen wird fraglich. Leider oft erst wenn es zu spät ist und das Herz versagt.

Aber Moment mal: Wer treibt denn eigentlich wen?
Das Rad den Hamster oder der Hamster das Rad?
Treibt der Hamster das Rad, dann kann er Einfluss nehmen auf Geschwindigkeit und Umdrehungen.
Treibt das Rad den Hamster, dann ist er ausgeliefert.

Wenn diese Situation nicht so einfach abzustellen ist, könnte dann nicht wenigstens der Sonntag eine Chance sein, das Hamsterrad anzuhalten, zumindest ein wenig abzubremsen? Nicht auch noch den Sonntag zum Hamsterrad zu machen. Bei vielen ist es eher so, dass die sonntägliche Freizeit und das Vergnügen sie unter den gleichen Leistungsdruck stellen wie alle anderen Tage auch.

Der Sonntag als ein Anhalten bei Gott, für eine Weile ausruhen und Ballast ablegen. „Kommt alle zu mir, die ihr euch plagt und schwere Lasten zu tragen habt. Ich werde euch Ruhe verschaffen“, sagt Jesus. (Mt 11,28)

Alles, was wir die ganze Woche mit uns rumschleppen, was uns zu schaffen macht, was wir nicht allein bewältigen können, zum Herrn bringen. All das bei der Gabenbereitung in Gedanken mit in die Brotschale legen und auf den Altar stellen. In die Hände des Herrn geben, damit er es wandle zum Guten.

Der Sonntag ist ein Obdach Gottes für die Seele.
Sechs Tage darfst du schaffen und jede Arbeit tun.
Der siebte Tag ist ein Ruhetag, dem Herrn, deinem Gott geweiht.
So steht in der Lesung aus Deuteronomium. Diese Weisung ist so umfassend, dass sie alle und alles miteinbezieht. Die Familie und die Mitarbeiter im Betrieb, Slaven genannt. Sogar den Esel und das Rind, alles Vieh. Alle sollen ausruhen am Tag des Herrn. Damals und heute.

Wir alle täten unseren ruhelosen, aufgescheuchten und verwundeten Seelen etwas Gutes, wenn wir Gott wieder Herr sein ließen über unser Leben und auch über den Sonntag. Denn sein Sonntag ist für uns da.

Wir sollten nicht zulassen, dass die modernen Herren uns neu versklaven und treiben und ihren Interessen unterordnen.
Es ist unsere Aufgabe als Christen und Kirchen, den Menschen dieser hektischen Welt einen Ort zu zeigen und anzubieten, an dem Frieden und Ruhe gefunden werden können.
Einen Ort, an dem niemand etwas leisten muss.
Einen Ort, an dem Gott **uns** einen Dienst erweist und **uns** beschenkt mit dem, was diese Welt und wir selbst uns nicht geben können: Erlösung und Befreiung, Ruhe und Frieden.
Das ist die große Chance des christlichen Sonntags.

Impulse zum persönlichen Beten

Ich versuche innerlich zur Ruhe zu kommen. Ich schließe die Augen und werde mir bewusst: Ich bin in der Gegenwart des lebendigen Gottes. Was ist mit mir, in mir, jetzt? Was ist meine fundamentale Bitte, Sehnsucht, Situation? Ich bitte Gott, dass ich höre und erkenne, was er mir sagen will.

In einem Gebet der Hl. Messe heißt es: Lass nicht zu, dass irdische Aufgaben und Sorgen uns hindern, deinem Sohn entgegenzugehen.

Was ist an Sorge in mir? Sorge um mich selbst, Sorge um Menschen in meiner Nähe, Sorge um Leben und Beruf, …

Bin ich Getriebener voll Hast, Eile und Unruhe?
Fühle ich mich wie im Hamsterrad, scheinbar ohne Ende, ohne Halt?

Muss ich wirklich in allem mithalten, anstatt mal anzuhalten?

Kann ich, will ich anschauen und aussprechen,
was mein „Hamsterrad“ ist.

In der Stille und im Gebet kann ich Ruhe suchen und finden.
Eine Übung, die sich lohnt.

Der Herr ist mein Freund.
Der mir nahe ist und mich besser kennt als ich mich selbst.

Ihm kann ich alles sagen.
Bei Ihm kann ich anhalten.