

## Hausgebet 16. Sonntag im Jahreskreis – 21.07.2024

### 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 folgenden 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.“

Erweise ich mich als Schale, die wartet, bis sie gefüllt ist?  
Nehme ich mir Zeit für Ruhe, zum Abschalten, zum Kraft schöpfen?  
Was hilft mir, meine „Schale“ zu füllen?

### *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** Hilf uns zu erkennen, was wirklich wichtig ist. –
- V** Schenke uns Gelassenheit. –
  
- V** Für alle Seelsorgerinnen und Seelsorger  
und für alle, die sich in der Kirche engagieren,
- A** erbarme dich ihrer.
- V** Für alle Frauen und Männer, die in der Pflege tätig sind  
und für alle, die unterstützend und helfend für andere da sind, –
- V** Für alle Lehrerinnen und Lehrer  
und für alle, die in der Wissenschaft und Bildung tätig sind, –
- V** Für alle Erzieherinnen und Erzieher  
und für alle, die Kinder und Jugendliche fördern und begleiten, –
- V** Für alle Mütter und Väter, Großmütter und Großväter  
und für alle, die junge Menschen ins Leben begleiten –
- V** Für alle Ärztinnen und Therapeuten  
und für alle, die in der Beratung tätig sind, –
- V** Für alle Frauen und Männer, die ehrenamtlich tätig sind

und für alle, die sich um das Wohl anderer sorgen, –

- V** Für alle, die ausgebrannt sind und eine Krise durchleben  
und für alle, die enttäuscht oder entmutigt sind, –
- V** Für alle, die momentan schwer zu tragen haben  
und für alle, die sich nach Ruhe und Erholung sehnen, –
- V** Für alle, die dich suchen, –

### **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+3)**

1. *Im Frieden dein, o Herre mein, / lass ziehn mich meine Straßen. /  
Wie mir dein Mund gegeben kund, / schenkst Gnad du ohne Maß-  
ßen, / hast mein Gesicht das selige Licht, / den Heiland, schauen  
lassen.*
  
3. *O Herr, verleihe, dass Lieb und Treu / in dir uns all verbinden, /  
dass Hand und Mund / zu jeder Stund / dein Freundlichkeit ver-  
künden, / bis nach der Zeit den Platz bereit / an deinem Tisch wir  
finden.*