

5. Sonntag im Jahreskreis – B – 04.02.2024

Wir beginnen unseren Gottesdienst: Im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes. Amen.

Lied – GL 422: Ich steh vor dir mit leeren Händen, Herr



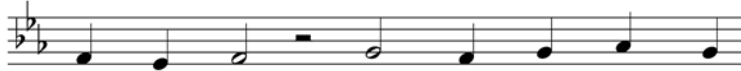
- 1 Ich steh vor dir mit lee-ren Hän-den, Herr;
- 2 Von Zwei-feln ist mein Le-ben ü-ber-mannt,
- 3 Sprich du das Wort, das trö-stet und be-freit



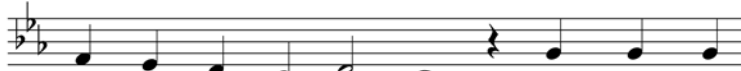
- 1 fremd wie dein Na-me sind mir dei-ne
- 2 mein Un-ver-mö-gen hält mich ganz ge-
- 3 und das mich führt in dei-nen gro-ßen



- 1 We-ge. Seit Men-schen le-ben, ru-fen
- 2 fan-gen. Hast du mit Na-men mich in
- 3 Frie-den. Schließ auf das Land, das kei-ne



- 1 sie nach Gott; mein Los ist Tod, hast
- 2 dei-ne Hand, in dein Er-bar-men
- 3 Gren-zen kennt, und lass mich un-ter



- 1 du nicht an-dern Se-gen? Bist du der
- 2 fest mich ein-ge-schrie-ben? Nimmst du mich
- 3 dei-nen Kin-dern le-ben. Sei du mein



- 1 Gott, der Zu-kunft mir ver-heißt? Ich
- 2 auf in dein ge-lob-tes Land? Wird
- 3 täg-lich Brot, so wahr du lebst. Du



- 1 möch - te glau - ben, komm mir doch ent - ge - gen.
- 2 ich dich noch mit neu - en Au - gen se - hen?
- 3 bist mein A - tem, wenn ich zu dir be - te.

T: „Ik sta voor U“, Huub Oosterhuis 1966, U: Lothar Zenetti
1973, M: Bernhard Huijbers 1964

Einführung

Das Leben fordert uns heraus. Einige solcher Herausforderungen sind Inhalt der Lesung und des Evangeliums heute: Schicksalsschläge wie der Verlust von Hab, Gut und Gesundheit, die Ijob aushalten muss, die Sorge um kranke Angehörige, wie sie das Evangelium schildert.

Wir kennen diese und ähnliche Probleme, oft bringen sie uns an den Rand unserer Kräfte. Nehmen wir sie mit in unser Gebet hinein und halten sie Jesus hin.

Kyrie-Rufe

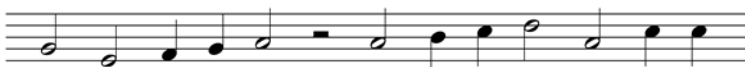
Herr Jesus Christus:

- Immer wieder sind Menschen mit Ihren Sorgen, Nöten und Anliegen zu dir gekommen. Herr, erbarme dich!
- Du hast sie gestärkt, gesegnet und aufgerichtet. Christus, erbarme dich!
- Wir kommen zu dir mit unserer Hoffnung und unserem Vertrauen. Herr erbarme dich!

Gloria – GL 393: Nun lobet Gott im hohen Thron



1 Nun lo - bet Gott im ho - hen Thron, ihr Menschen



al - ler Na - ti - on; hoch prei - set ihn mit Freu - den -



2. Denn sein Erbarmen, seine Gnad / er über uns gebreitet hat. / Es wird die Wahrheit unsres Herren / in Ewigkeit ohn Ende währen.
3. Lob sei dem Vater und dem Sohn, / dem Heiligen Geist auf gleichem Thron, / im Wesen einem Gott und Herren, / den wir in drei Personen ehren.

T: nach Caspar Ulenberg 1582/1603 nach Ps 117

M: Guillaume Franc 1542/Caspar Ulenberg 1603

Gebet

Guter Gott, du hast dich uns Menschen voller Liebe zugewandt, indem du deinen Sohn zu uns gesandt hast. Von ganzem Herzen setzte er sich für die Menschen ein. Sein Gegenüber war der Maßstab für sein Handeln.

Berühre uns neu mit dieser Liebe, die aufrichtet, heilt, befreit und ungeahnte Kräfte freisetzt. Und lass uns selbst diese Liebe leben, damit sie weiter wirkt in unserer Zeit.

Darum bitten wir durch Jesus Christus, deinen Sohn, unseren Gott und Herrn, der mit dir und dem Heiligen Geist lebt und Leben schenkt in alle Ewigkeit. Amen.

Lesung

aus dem Buch Ijob.

Ijob 7,1-4.6-7

Ijob ergriff das Wort und sprach: Ist nicht Kriegsdienst des Menschen Leben auf der Erde? Sind nicht seine Tage die eines Tagelöhners? Wie ein Knecht ist er, der nach Schatten lechzt, wie ein Tagelöhner, der auf seinen Lohn wartet.

So wurden Monde voll Enttäuschung mein Erbe und Nächte voller Mühsal teilte man mir zu. Lege ich mich nieder, sage ich: Wann darf ich aufstehn? Wird es

Abend, bin ich gesättigt mit Unrast, bis es dämmt.
 Schneller als das Weberschiffchen eilen meine Tage,
 sie gehen zu Ende, ohne Hoffnung.

Denk daran, dass mein Leben nur ein Hauch ist! Nie
 mehr schaut mein Auge Glück.

Wort des lebendigen Gottes! – Dank sei Gott!

Zwischengesang – GL 850, 1-3: Kleines Senfkorn Hoffnung

1 Klei - nes Senf - korn Hoff - nung,
 2 Klei - ner Fun - ke Hoff - nung,
 3 Klei - ne Mün - ze Hoff - nung,

1 mir um-sonst ge-schenkt: Wer-de ich dich
 2 mir um-sonst ge-schenkt: Wer-de ich dich
 3 mir um-sonst ge-schenkt: Wer-de ich dich

1 pflan - zen, dass du wei - ter - wächst,
 2 näh - ren, dass du ü - ber - springst,
 3 tei - len, dass du Zin - sen trägst,

1 dass du wirst zum Bau - me,
 2 dass du wirst zur Flam - me,
 3 dass du wirst zur Ga - be,

1 der uns Schat-ten wirft, Früch - te trägt für
 2 die uns leuch-ten kann, Feu - er schlägt für
 3 die uns le - ben lässt, Reich-tum selbst für

1 al - le, al - le, die in Äng-sten sind.
 2 al - le, al - le, die im Fin-tern sind.
 3 al - le, al - le, die in Ar - mut sind.

T: Alois Albrecht, M: Ludger Edelkötter

Aus dem heiligen Evangelium nach Markus.

Mk 1,29-39

In jener Zeit ging Jesus zusammen mit Jakobus und Johannes in das Haus des Simon und Andreas.

Die Schwiegermutter des Simon lag mit Fieber im Bett. Sie sprachen sogleich mit Jesus über sie und er ging zu ihr, fasste sie an der Hand und richtete sie auf. Da wich das Fieber von ihr und sie diente ihnen.

Am Abend, als die Sonne untergegangen war, brachte man alle Kranken und Besessenen zu Jesus. Die ganze Stadt war vor der Haustür versammelt und er heilte viele, die an allen möglichen Krankheiten litten, und trieb viele Dämonen aus. Und er verbot den Dämonen zu sagen, dass sie wussten, wer er war.

In aller Frühe, als es noch dunkel war, stand er auf und ging an einen einsamen Ort, um zu beten. Simon und seine Begleiter eilten ihm nach, und als sie ihn fanden, sagten sie zu ihm: Alle suchen dich.

Er antwortete: Lasst uns anderswohin gehen, in die benachbarten Dörfer, damit ich auch dort verkünde; denn dazu bin ich gekommen. Und er zog durch ganz Galiläa, verkündete in ihren Synagogen und trieb die Dämonen aus.

Evangelium unseres Herrn Jesus Christus!

Lob sei dir, Christus!

Liebe Leserinnen und Leser!

„Ein Tag im Leben von ...“ ist ein beliebtes Format im Journalismus, in der Literatur, im Film und natürlich in den Sozialen Medien. Da geht man mit der Bundeskanzlerin und mit dem Müllmann, mit einem Filmstar und einem Arbeitslosen oder mit dem Fußballidol Ronaldo durch einen angeblich normalen, zumindest repräsentativen Tag und soll eine Vorstellung vom Leben dieser Menschen bekommen. Es gibt das YouTube-Video „Ein Tag im Leben des reichsten Kindes der Welt“ Die Stadt Zürich stellt unter diesem Motto Kunst- und Sport-Talente im Internet vor.

Am letzten Sonntag und heute hören wir den Bericht des Markus über einen Tag im Leben Jesu.

Punkt 1: Richte dich auf Gott hin aus. Das ist der Anfang des Tages: eine Machttat in der Synagoge gegen einen Geist, der einem Menschen seine Freiheit raubt und sich der befreienden Botschaft Jesu widersetzt.

Punkt 2: Glaube es, Gott richtet dich auf. Das nächste Ereignis an diesem Sabbat ist der Besuch Jesu im Hause von Simon und Andreas. Hauptperson in der Szene ist die namenlose Schwiegermutter. „Er fasste sie an der Hand und richtete sie auf.“

Punkt 3: Gott richtet durch dich auf. Am Abend weitet sich die Perspektive vom privaten Haus hin zur Öffentlichkeit. „Die ganze Stadt“, sagt Markus, drängt zu Jesus hin. Er lebt seinen Beruf, seine Sendung und heilt die Kranken und beruft Menschen, ihm dabei zu helfen.

Punkt 4: Es folgt der Morgen des ersten Wochentages. Wieder sammelt sich Jesus auf Gott hin. Er betet diesmal allein in der Einsamkeit. Als Christen können wir wohl nur überleben, wenn wir uns jeden Tag im Gebet bewusst vor Gott stellen.

Jesus hat seinem Tagesablauf offensichtlich einen Rhythmus gegeben, zu dem unbedingt eine Zeit der Stille, des Gebetes gehörte.

In den Religionen der Welt gibt es ein uraltes und bewährtes Lebenswissen, das dem entspricht: dem Tag durch Gebetszeiten einen Rhythmus geben (Dem sollte übrigens auch das Angelusläuten der Kirchen dienen!), den Wochenrhythmus mit dem Wechsel von Werktagen und Feiertag, den Jahresrhythmus mit den Fasten- und Festzeiten. All das schenkt dem Menschen „goldene Stunden“ der Ausrichtung auf ein höchstes Ziel und einen höchsten Sinn.

Das Lebenswissen aus dem Glauben erinnert uns daran: Es ist nicht gut für uns, das Letzte aus unserer Zeit herauszuholen. Wenn der Druck von außen zunimmt, wird die Grundorientierung des Lebens umso wichtiger.

Das schlägt sich in der mehrfach überlieferten Weisheitsregel nieder: „Wenn die Aufgaben wachsen, muss man die Gebetszeiten verdoppeln“ – also nicht mehr Aktivität entwickeln, mehr schaffen und schaffen, sondern das eigene Tun ausgiebiger vor Gott bringen, der ihm Sinn und Wert verleihen kann. Es kommt darauf an, die Belastungen nicht durch erhöhte eigene Kraftanstrengungen bewältigen zu wollen, sondern sie jemandem anzuvertrauen, sie zu „veräußern“.

Markus erzählt im ersten Kapitel seines Evangeliums, wie „die ganze Stadt“ sich bei Jesus einfindet und er bis in den Abend hinein Kranke heilt und Dämonen austreibt. Jesus zieht sich danach zum Gebet an einen einsamen Ort zurück. Aber sein Menschenfischer-Lehrling und Mitarbeiter Simon verfolgt und bedrängt ihn: „Alle suchen dich, es gibt noch mehr zu tun!“ Jesus versagt sich dieser Anforderung. Er sucht in der Stille und im Gebet Orientierung für sein Handeln.

In einem Management-Handbuch steht: „Einer, der in der Tageshektik untergeht, hat weder Zeit, um über den Tag hinaus zu denken, noch wird er seinen eigentlichen Führungsaufgaben gerecht werden.“ Nach den Kriterien eines erfolgreichen Managements hat der Chef Jesus alles richtig gemacht, als er sich zum Gebet in die Einsamkeit zurückzog.

Sicher stehen wir nicht alle im Stress wie der Chef Jesus und viele Arbeitende heute. Aber etwas können wir alle aus dem gehörten Evangelium lernen, auch wenn wir nicht mehr im Berufsleben stehen, auch wenn wir schon älter sind:

- Es ist gut, dem Leben einen Rhythmus zu geben aus Aktivität und Ruhezeiten, jeden Tag, jede Woche, jedes Jahr.
- Es ist gut, das eigene Leben daraufhin noch einmal anzuschauen: habe ich eine feste Zeit für das Gebet täglich, halte ich mir den Sonntag weitgehend von Arbeit frei, nehme ich Urlaub, um auch wirklich raus zu kommen und abschalten zu können?
- Reflektiere ich meine Tätigkeiten, um das Unwichtige vom Wichtigen zu unterscheiden?

Ich werde feststellen, dass ein sorgfältiger Rhythmus dem Leben guttut, besser ist, als in den Tag hinein zu leben, und dass der Wille, mit Gott das Leben zu gestalten, mein Leben sinnvoller und schöner macht. Amen.

Credo

Wir beten das Apostolische Glaubensbekenntnis.

Ich glaube an Gott,
den Vater, den Allmächtigen,
den Schöpfer des Himmels und der Erde,
und an Jesus Christus,
seinen eingeborenen Sohn, unsern Herrn,
empfangen durch den Heiligen Geist,

geboren von der Jungfrau Maria,
gelitten unter Pontius Pilatus,
gekreuzigt, gestorben und begraben,
hinabgestiegen in das Reich des Todes,
am dritten Tage auferstanden von den Toten,
aufgefahren in den Himmel;
er sitzt zur Rechten Gottes,
des allmächtigen Vaters;
von dort wird er kommen,
zu richten die Lebenden und die Toten.
Ich glaube an den Heiligen Geist,
die heilige katholische Kirche,
Gemeinschaft der Heiligen,
Vergebung der Sünden,
Auferstehung der Toten
und das ewige Leben.
Amen.

Fürbitten

Wir bitten Gott voll Vertrauen:

1. Um Trost und Zuwendung für alle, denen Leid und Krankheit ihr Selbstvertrauen genommen haben.
Du, unser Gott: Wir bitten dich, erhöre uns!
2. Um Kraft und Geduld für alle, die kranke Angehörige pflegen. **Du, unser Gott: Wir bitten dich, erhöre uns!**
3. Um Umsicht und Besonnenheit für alle, die im Rettungsdienst arbeiten. **Du, unser Gott: Wir bitten dich, erhöre uns!**
4. Um die Gabe zuhören und verstehen zu können für alle, die in Beratungsstellen beschäftigt sind. **Du, unser Gott: Wir bitten dich, erhöre uns!**
5. Für all die Menschen, die einfach da sind, wenn jemand gebraucht wird. **Du, unser Gott: Wir bitten dich, erhöre uns!**

Gott, wir vertrauen dir alle an, die sich für andere einsetzen. Gib, dass sie Kraft und Rückhalt nicht verlieren. Lass so dein Reich Wirklichkeit werden, wenn wir beten:

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.

Schlussgebet

Guter Gott, wir danken dir für die Begegnung mit deinem Sohn, der so viele Menschen deine Liebe erfahren ließ. Du befähigst auch uns, anderen gut zu sein. Wir können ermutigen und aufrichten und anderen helfen. Begleite uns weiterhin durch ihn, Jesus Christus, unseren Bruder und Herrn in Ewigkeit.

Segen

Der Herr sei vor uns,
um uns den rechten Weg zu zeigen.
Der Herr sei neben uns,
um uns vor Gefahren zu schützen.
Der Herr sei hinter uns,
um uns aufzufangen, wenn wir fallen.
Der Herr sei mit uns,
um uns zu trösten, wenn wir traurig sind.
Der Herr sei über uns,
um uns zu segnen.

So segne uns der gütige Gott: Der Vater und der Sohn und der Heilige Geist. Amen.

Schlusslied – GL 424, 1+2: Wer nur den lieben Gott lässt walten



1 Wer nur den lie - ben Gott lässt wal - ten
den wird er wun - der - bar er - hal - ten



und hof - fet auf ihn al - le - zeit,
in al - ler Not und Trau - rig - keit.



Wer Gott, dem Al - ler - höch - sten, traut,



der hat auf kei - nen Sand ge - baut.

2. Was helfen uns die schweren Sorgen, / was hilft uns unser Weh und Ach? / Was hilft es, dass wir alle Morgen / beseufzen unser Ungemach? / Wir machen unser Kreuz und Leid / nur größer durch die Traurigkeit.

T: Johann Georg Neumark [1641] 1657

M: Johann Sebastian Bach um 1736/37 nach Johann Georg Neumark 1657

Zum *Nach*-denken

Insgesamt ist der Evangeliumstext ein Dreiklang aus dem Leben Jesu. Es geht um Heilen, Reden und Beten. Verschlüsselt zeigen sich dadurch die drei Grundaufgaben der Kirche: Diakonie, Verkündigung, Liturgie.

Hermann Schulze-Berndt