



SKF Schweizerischer Katholischer Frauenbund

Solidaritätsfonds für Mutter und Kind

hilft engagiert und schnell

Gottesdienst vom 14. Januar 2024

Lebensatem – Lebenskraft

Vorbemerkung

- *Die Liedvorschläge sind aus dem Katholischen Gesangbuch (KG) und aus dem Rise up (RU).*
- *Der Gottesdienst ist als Wort- und Kommunionfeier gestaltet, kann aber sehr gut als Wort-Gottesfeier oder Eucharistiefeier gehalten werden.*

Gottesdienst-Einzug, dazu Musik

Begrüssung/Liturgischer Gruss

Persönliche Begrüssung der Mitfeiernden, dem Rahmen der Feier angemessen

Wir sind hier beisammen und feiern im Namen Gottes,
der uns Vater und Mutter ist,
durch seinen Sohn Jesus Christus,
in der Heiligen Geistkraft. Amen

Einführung

Sich stärken lassen und einander stärken – mit unserem Gottesdienst wollen wir Atem holen und innehalten. Wir feiern und beten in Verbundenheit mit anderen Menschen, vor allem mit Frauen, die im Zusammenhang mit Schwangerschaft, Geburt und Kleinkinderbetreuung in Not geraten sind.

Einmal im Jahr ist die Kollekte der Schweizer Pfarreien für den Solidaritätsfonds für Mutter und Kind des Schweizerischen Katholischen Frauenbunds bestimmt. So auch heute. Gemeinsam singen wir:

Eröffnungslied

KG 229/RU 044

Gib uns Weisheit



Besinnung

Das hebräische Wort «Nefesch» heisst ursprünglich Kehle, Schlund und meint das Innere des Halses. Im übertragenen Sinn ist alles, was dort hindurch geht, gemeint: also der Lebensatem, alles das, was ich zum Leben brauche. In biblischen Schriften wird das Wort «Nefesch» darum häufig mit Seele übersetzt. Es ist das, was ein Lebewesen zum lebenden, lebendigen Wesen macht. Nefesch ist also nicht nur die Kehle, sondern eben die Seele, das Selbst, die Lebenskraft.

Wir wollen uns nun besinnen und zu Jesus Christus in unserer Mitte rufen:

Evtl. mit gesungener Antwort, z.B. KG 71 oder RU 162

Oder der Kehrsvers von RU 198 «Stille lass mich finden» als Rahmen vor und nach den drei Gedanken:

Vor dich bringen wir, wo uns etwas den Atem raubt oder die Kehle zuschnürt. Du schenkst uns deine belebende Geistkraft.

Herr, erbarme dich (*oder gesungene Antwort*)

Vor dich bringen wir, wo Sorge, Not und Angst die Seele unserer Mitmenschen bedrückt. Du öffnest uns Augen und Herzen für ihre Not.

Christus, erbarme dich (*oder gesungene Antwort*)

Vor dich bringen wir, was uns erleichtert aufatmen und fröhlich jubeln lässt. Du schenkst uns deine Lebenskraft.

Herr, erbarme dich (*oder gesungene Antwort*)

Im Vertrauen, dass Gott mit Augen aus Erbarmen auf jede und jeden von uns schaut und uns stärkt für ein gelungenes Zusammenleben, singen wir gemeinsam das Gloria:

Gloria

KG 80 Lasst uns Gott dem Herrn lobsingeln

RU 165 Gloria, Ehre sei Gott

Gebet

Gott, du Quelle allen Lebens,
wir sind zusammengekommen,
um miteinander unsern Glauben zu feiern,
um zu singen, zu beten.

Wir bitten dich:

Stärke in dieser Feier das Vertrauen in dich,
und lass uns daraus neue Kraft schöpfen.

Stärke uns für die Aufgaben und Entscheidungen unseres Lebens.

Darum bitten wir dich, durch deinen Sohn Jesus Christus,
der mit dir lebt und wirkt in Ewigkeit. Amen.

Aus dem Heiligen Evangelium nach Johannes

Jesus sagte: «Amen, amen, ich sage euch: Alle, die an mich glauben, haben ewiges Leben. Ich bin das Brot des Lebens. Eure Eltern haben in der Wüste das Manna gegessen und sind gestorben. Dies ist das Brot, das vom Himmel herabsteigt, damit alle von ihm essen und so nicht mehr sterben. Ich bin das lebendige Brot, das vom Himmel herabgestiegen ist; alle, die von diesem Brot essen, werden ewig leben.»
(*Übersetzung: Bibel in gerechter Sprache*)

Predigtgedanken

Zu Beginn der Feier habe ich vom hebräischen Wort «Nefesch» gesprochen. «Nefesch»: wörtlich übersetzt die Kehle – im übertragenen Sinn die Seele. Das Innere des Halses ist der Ort, wo alles, was ich brauche zum Leben, hindurchgeht. Die Nahrung für den Körper, der Lebensatem, der mich zu einem lebendigen Wesen macht. Die Seele sehnt sich, wie der Körper, nach Leben. Hat Hunger und Durst. Begehrt, wünscht, liebt. Erfährt Bitteres. Der Ruf, der Schrei nach Hilfe und Geborgenheit kommt durch die Kehle, ebenso wie Jubel und Dank, das erleichterte Aufseufzen.

«Wie eine Hirschkuh nach Wasserbächen verlangt, so verlangt meine Kehle nach dir, Gott!)/«Wie der Hirsch schreit nach frischem Wasser, so schreit meine Seele, Gott, zu dir!» haben wir im Psalm 42 in der Lesung gehört. Die Verse aus dem Psalmenbuch bringen eine ganze Palette an Gefühlen unmittelbar zum Ausdruck. Die Psalmen, sie sind verdichtetes Leben. Wir alle können uns mit unseren Erfahrungen in ihnen wiederfinden. Im sehnsüchtigen Rufen nach Rettung und Geborgenheit, im klagenden Fragen nach Gott, im Nein zu Leid und Gewalt. Oder im jubelnden Dank, in unerschütterlicher Zuversicht und Hoffnung. Im Psalm finden wir alles gleichzeitig: Sehnsucht und Zweifel; Gottesverlassenheit und beharrliches Vertrauen auf Gott, der befreit.

Im Evangelium spricht Jesus vom «Brot des Lebens», das er für uns ist. Wieder: Nahrung, Stärkung; nicht nur für den Körper, sondern für das ganze Leben, ja sogar über unser irdisches Leben hinaus.

In diesen Bibeltexten kommt für mich zusammen, was «Nefesch» meint. Es ist der Ort, wo alles, was wir zum Leben brauchen, hindurchgeht: Der Lebensatem, die Lebenskraft, Nahrung für Leib und Seele, die wir brauchen – die uns geschenkt ist, die wir empfangen und weitergeben können. Genau da spüren wir aber auch, was fehlt und nicht stimmt, wenn die Kehle ausgetrocknet ist und der Schrei im Hals stecken bleibt vor Angst. Wenn ein Kloss im Hals

sitzt vor lauter Traurigkeit und es jemandem den Schnauf nimmt, weil Schweres und Not belastet.

Wenn wir heute zusammen feiern und den Solidaritätsfonds unterstützen, geschieht dies auf zwei Ebenen:

Einerseits kann der Solidaritätsfonds durch unseren finanziellen Beitrag Familien unter die Arme greifen. Beispielsweise mit einem Zustupf für das belastete Familienbudget, mit einer Babyausstattung oder einem Beitrag zu einer Ausbildung. Dadurch wird Lebenskraft gestärkt.

Andererseits entsteht Kraft und Solidarität im gemeinsamen Gebet, auch im gemeinsamen Nein zu Leid – in welcher Form auch immer – und im gemeinsamen Dank für den Lebensatem und die Lebenskraft, die Gott uns immer neu schenkt.

Musik

oder

Lied

KG 233/RU 036 Nimm du mich, Heiliger Atem

KG 575/RU 047 Gott gab uns Atem

Fürbitten

Gott, du sorgst dich um uns wie ein Vater, wie eine Mutter. Darum bitten wir dich:

Für alle Väter und Mütter. Schenke ihnen Kraft für ihre Aufgabe, dass sie ihre Kinder begleiten und ihnen Halt geben können, wo sie es brauchen.

Für alle Familien, die sich um jemanden sorgen, der krank ist. Schenke ihnen Kraft und Zuversicht.

Für alle, die durch kriegerische Auseinandersetzungen bedroht sind oder ihre Heimat verlassen mussten. Sei ihnen nahe in Menschen, die ihnen Zuflucht bieten und solidarisch handeln.

Für alle, die sich Menschen liebevoll und fürsorglich zuwenden, die sich einsetzen für menschenwürdige und gerechte Verhältnisse. Begleite sie in ihrer Aufgabe.

Wir beten um Kraft und Trost für diejenigen, die um einen Menschen trauern.

Gott, höre unsere Bitten, die wir vertrauensvoll in dein Ohr gelegt haben.

Verwandle uns durch unser Bitten, damit wir da sind, wo wir gebraucht werden.

Um das bitten wir dich durch Jesus, unseren Bruder. Amen.

Varianten: Die vorformulierten Fürbitten durch freie Fürbitten ersetzen oder nach jeder Bitte einen Antwortruf singen.

Kollektenansage

Die Geburt eines Kindes kann Familien in eine schwierige wirtschaftliche Situation bringen. Der Solidaritätsfonds für Mutter und Kind leistet schnell und unbürokratisch Überbrückungshilfe für Frauen und Familien, die durch Schwangerschaft, Geburt oder Kinderbetreuung in finanzielle Not geraten.

Mit Ihrem Beitrag zur heutigen Kollekte helfen Sie mit bei dieser wichtigen Arbeit.
Herzlichen Dank!

Einzug der Kollekte, Übertragung der Gaben, dazu Musik

Lobgebet

Liedruf beim Lobgebet: KG 519/RU 202 Laudate omnes gentes
 KG 521 Alle guten Gaben
 KG 535 Singt, ihr Christen
 RU 201 Bless the Lord, my soul

In unserer Mitte ist das Heilige Brot, das wir in Erinnerung an Jesus miteinander teilen. Zwischen den einzelnen Abschnitten des Lobgebetes singen wir den Liedruf...

Wir danken dir, guter Gott, an diesem Tag (Morgen/Abend).
Wir danken dir für die Welt, die durch dich geschaffen ist.
Wir danken für unser Leben,
für das Gute, das wir erfahren,
für die Menschen, die für uns da sind.
Sie alle lassen uns etwas von deiner göttlichen Liebe erahnen.
Darum loben wir dich und singen:

Liedruf

Wir danken dir, Gott, für Jesus Christus,
der in deinem Namen gekommen ist.
Er ist dein rettendes Wort für uns Menschen.
Er ist die Hand, die du uns entgegenstreckst.
Er ist der Weg, auf dem dein Friede kommt.
Durch ihn hast du uns gezeigt,
dass du ein Gott bist, der sich um die Welt und die Menschen sorgt.
Du, Gott, bist ihm treu geblieben, hast ihn auferweckt
zu neuem und ewigem Leben.
Darum singen wir dir:

Liedruf

Wir danken dir Gott für den Heiligen Geist,
deine Kraft in unserer Mitte.
Die Kraft, die Leben ist, Gerechtigkeit und Licht,
Stärkung und Trost auf unserem Weg.
In deiner Liebe gehalten dürfen wir durch diese Welt gehen.
Darum singen wir mit der Stimme, die du uns gegeben hast, zu deinem Lob:

Liedruf

Variante: Anstelle dieser Kommunionfeier kann mit dem folgenden Gebet Brot gesegnet und geteilt werden:

*Von deiner Gnade leben wir,
und was wir haben, kommt von dir.
Drum sagen wir dir Dank und Preis,
tritt segnend ein in unsern Kreis.
Was wir haben, lass uns teilen,
nichts gehört uns ganz allein.
Hilf uns, Not und Hunger heilen
und für andere da zu sein. (Ref. Gesangbuch, 641 und 644)*

*So segne, Gott, dieses Brot und unsere Gemeinschaft, (Kreuzzeichen machen)
im Namen des Vaters, des Sohnes und der Heiligen Geistkraft. Amen.*

Vater unser

Jesus suchte in der Stille des Gebetes die Nähe Gottes. Diese Nähe hat er auch seinen Jüngerinnen und Jüngern vermittelt, als er sie so zu beten lehrte, wie wir es nun auch tun: Vater unser...

Friedensgruss

Jesus verheißt uns seinen Frieden.
So bitten wir:
Jesus Christus, schau auf unser Leben,
auf den Unfrieden in unseren Herzen und den Unfrieden in der Welt.
Schau auch auf unseren Glauben,
auf unsere Sehnsucht nach Gerechtigkeit und Frieden.
Wandle uns, wo wir es nötig haben, und schenke uns Einheit und Frieden.
Der Friede Gottes sei allezeit mit euch!

Kommunion, dazu Musik

Meditation nach der Kommunion (KG 227.7)

Vortragen oder mit allen lesen

Was wäre ich ohne dich

Du bist der Boden, der mich trägt. Du bist die Quelle, die mich speist. Du bist das Brot, das mich kräftigt. Du bist das Licht, das mich erleuchtet. Du bist die Hoffnung, die mich trägt. Du bist der Sinn, der mich leben lässt.

Schlussgebet

Es gibt Tage, da wird das Herz eng,
und die Last ist kaum zu tragen.

Es gibt Tage, da steigt ein jubelnder Ruf aus der Kehle,
und Kraft strömt bis in die Fingerspitzen.

Du, Gott,

du Urgrund unseres Lebens,

Du bist die Kraft, die aus der dunklen Tiefe steigt,

Du sagst das Wort, dem wir vertrauen,

Du bist der Weg, den wir zusammen weiter gehen.

Ermutige und stärke uns dazu.

Darum bitten wir durch Jesus Christus. Amen.

(angelehnt an Liedtext KG 565)

Schlusslied

KG 565 Herr, unser Gott, du bist der Grund

KG 579 Solang es Menschen gibt auf Erden

RU 104 Hände, die schenken

RU 042 Bewahre uns, Gott

Segen

Um deinen Segen bitten wir dich, Raum der Freiheit, Du: Gott.

Durchatme, weite unsere Enge.

Um deinen Segen bitten wir dich, Strom des Lebens, Du: Gott.

Fliesse, erweiche unsere Härte.

Um deinen Segen bitten wir dich, heilige Weisheit, Du: Gott.

Erhelle, kläre unser Dunkel.

Um deinen Segen bitten wir dich, tragender Urgrund, du: Gott.

Halt uns, auch in Not und Scheitern.

Um deinen Segen bitten wir dich, Lebensfülle, Du: Gott.
Wecke, stille unsere Sehnsucht.

Um deinen Segen bitten wir dich, Stimme in uns, Du: Gott.
Bewege, leite unser Handeln.

Um deinen Segen bitten wir dich, liebende Nähe, Du: Gott.
Behüte, bewahre alles, was lebt.

Text (gekürzt): Brigitte Kraut, in: Frauen loben Gott. Das Liederbuch in frauengerechter Sprache. Segenslied Nr. 124.

Auszug, dazu Musik

Autorin: Monika Poltera-von Arb, Pastoralverantwortliche des Bistums Basel