

## **Gesang zur Eröffnung**

### **Lobet den Herren**

**57**

## **Hinführung**

Eine große Rolle spielt auf dem Jakobsweg ja immer die Beherbergung der Pilger. Der hl. San Juan hat sich um die Verbesserung der Infrastruktur der Pilgerwege bemüht. Neben Ackerbau und Viehzucht leben die Menschen entlang des Camino von der Verköstigung und der Beherbergung so vieler Jakobspilger. Nach anstrengenden Tagesetappen tut es gut, wenn man sich ausruhen kann und entspannen darf. Erhört, ersehnt, dringend benötigt, manchmal auch gefürchtet sind solche Auszeiten bei den Menschen.

Wissen Sie, wo Jesus sich entspannte ging?

Auch er hatte eine solche „Herberge“. Das Haus der Martha in Bethanien bei Jerusalem: ein Rastplatz, ein Ort zum Ausruhen, eine Atmosphäre der Erholung.

Schaffen wir es, uns wie Maria zu Füßen Jesu hinzusetzen und einmal allen Wirbel des Alltags zurückzulassen. Bei Gott Ruhe finden, seelisch "auftanken", sich Zeit für das Gebet nehmen: wenn das gelingt, dann habe ich „das Bessere gewählt“! Diese Erholung ist wirklich nachhaltig!

## Kyrie

1. Gott, wir sind hier angekommen mit allem, was zu uns gehört, auch mit dem, was uns heute und in letzter Zeit besondere Sorgen bereitet. Wir bringen diese Sorgen nun vor dich und bitten dich um deine Nähe in allen Schwierigkeiten unseres Lebens.

Herr, erbarme dich unser.

2. Gott, wir sind hier angekommen mit allem, was zu uns gehört auch mit dem, was uns heute besondere Freude macht. Wir danken dir für alles Schöne in unserem Leben.

Christus, erbarme dich unser.

3. Gott, wir sind hier angekommen mit allem, was zu uns gehört, auch mit unserer Erschöpfung. Wir bitten dich um Kraft in unserem Leben.

Herr, erbarme dich unser.

## **Tagesgebet**

Herr, unser Gott, sieh gnädig auf alle,  
die du in deinen Dienst gerufen hast.

Mach uns stark im Glauben,  
in der Hoffnung und in der Liebe,  
damit wir immer wachsam sind  
und auf dem Weg deiner Gebote bleiben.  
Darum bitten wir durch Jesus Christus.

## **Lesung aus dem Buch Genesis**

In jenen Tagen erschien der Herr Abraham bei den Eichen von Mamre. Abraham saß zur Zeit der Mittagshitze am Zelteingang.

Er blickte auf und sah vor sich drei Männer stehen. Als er sie sah, lief er ihnen vom Zelteingang aus entgegen, warf sich zur Erde nieder und sagte: Mein Herr, wenn ich dein Wohlwollen gefunden habe, geh doch an deinem Knecht nicht vorbei!

Man wird etwas Wasser holen; dann könnt ihr euch die Füße waschen und euch unter dem Baum ausruhen.

Ich will einen Bissen Brot holen, und ihr könnt dann nach einer kleinen Stärkung weitergehen; denn deshalb seid ihr doch bei eurem Knecht vorbeigekommen. Sie erwiderten: Tu, wie du gesagt hast.

Da lief Abraham eiligst ins Zelt zu Sara und rief: Schnell drei Sea feines Mehl! Rühr es an, und backe Brotfladen!

Er lief weiter zum Vieh, nahm ein zartes, prächtiges Kalb und übergab es dem Jungknecht, der es schnell zubereitete.

Dann nahm Abraham Butter, Milch und das Kalb, das er hatte zubereiten lassen, und setzte es ihnen vor. Er wartete ihnen unter dem Baum auf, während sie aßen.

Sie fragten ihn: Wo ist deine Frau Sara? Dort im Zelt, sagte er. Da sprach der Herr: In einem Jahr komme ich wieder zu dir, dann wird deine Frau Sara einen Sohn haben.

***Wort des lebendigen Gottes.***

## **Halleluja. Halleluja.**

Selig, die das Wort mit aufrichtigem Herzen hören  
und Frucht bringen in Geduld.

## ***Evangelium***

*Aus dem heiligen Evangelium nach Lukas*

In jener Zeit kam Jesus in ein Dorf, und eine Frau namens Marta nahm ihn freundlich auf.

Sie hatte eine Schwester, die Maria hieß. Maria setzte sich dem Herrn zu Füßen und hörte seinen Worten zu.

Marta aber war ganz davon in Anspruch genommen, für ihn zu sorgen. Sie kam zu ihm und sagte: Herr, kümmerst es dich nicht, dass meine Schwester die ganze Arbeit mir allein überlässt? Sag ihr doch, sie soll mir helfen!

Der Herr antwortete: Marta, Marta, du machst dir viele Sorgen und Mühen.

Aber nur eines ist notwendig. Maria hat das Bessere gewählt, das soll ihr nicht genommen werden.

*Evangelium unseres Herrn Jesus Christus*

## **Predigt**

Gott will, dass es uns gut geht. Und Gott weiß, dass wir immer wieder Pausen und neue Stärkung brauchen. In der ersten Lesung und im Evangelium kommt das gut zum Ausdruck: Abraham kannte die Fremden nicht, die in der Mittagshitze vor seinem Zelt vorbeikamen. Aber er wollte sie nicht weiterziehen lassen, ohne ihnen Gutes zu tun, sie ausruhen zu lassen; Marta war ganz davon in Anspruch genommen, für Jesus zu sorgen.

Solche und ähnliche Geschichten, die es in der Bibel zu Hauf gibt, erzählen uns, dass Gott weiß, wann wir erschöpft sind und uns erst ausruhen und stärken müssen, bevor es weitergehen kann. Es ist sogar gut, wenn wir zwischendurch innehalten und auftanken; manches geht uns danach viel leichter von der Hand, als wenn wir ohne Rast immer weiterhetzen. Rechtzeitig eine Pause einzulegen, ist also etwas Gutes. Manchmal neigen wir dazu, uns zu überfordern und immer weiter zu drängen. Aber dann sind wir sowieso nur mit halber Kraft bei der nächsten Sache. Viel sinnvoller wäre es daher manchmal, sich einzugestehen, wie gut eine Rast jetzt täte und was man bräuchte, um weiterzukommen.

Ich kann merken, was mir zu anstrengend ist oder was mir fehlt. Ich kann noch einmal auf die zurückliegende Wegstrecke schauen und merken, ob ich dabei überhaupt etwas wahrgenommen habe, oder ob ich unachtsam an allem vorbeigehetzt bin und immer nur an das Ziel gedacht habe.

Solche Rastplätze, solche Orte, an denen ich innehalte und neue Kraft für das nächste Stück des Weges sammeln kann, gibt es nicht nur auf Wanderwegen, sondern auch in unserem Alltag. Sie sind Rastplätze auf dem Weg unseres Lebens. Das können z. B. bestimmte Orte sein, an die wir uns gerne zurückziehen, weil es uns dort einfach gut geht und wir uns ganz erfrischt fühlen, wenn wir von dort zurückkommen. Das kann ein Platz sein, zu dem man erst hinlaufen muss, aber vielleicht ist es auch z. B. eine bestimmte Ecke in meinem Zimmer, ein gemütlicher Sessel oder ein Platz am Fenster, an dem ich zur Ruhe komme.

Auch Personen können solche Rastplätze in unserem Leben sein. Zu machen Menschen in unserer Umgebung ziehen wir uns gerne zurück, weil man bei ihnen einfach mal eine Pause machen kann. Man muss dann nichts mehr leisten und darf einfach mal selbst sein, mit all seiner Erschöpfung oder seinen

Fragen im Blick auf die Zukunft. Manchmal hat man nach der Begegnung mit einem bestimmten Menschen das Gefühl, mit neuer Kraft und neuem Mut für das kommende versorgt zu sein, so wie man nach einer Rast auf einer schwierigen Wanderung ausgeruht und bereit für die nächste Wegstrecke ist.

Aus den biblischen Geschichten, die wir gehört haben, können wir die Ermutigung mitnehmen, dass Gott uns solche Auszeiten und neue Stärkungen gönnt. Er findet uns nicht faul oder ist enttäuscht, wenn wir eine Rast machen. Ich denke sogar, er freut sich, wenn wir rechtzeitig merken, dass wir besser erst einmal anhalten und neue Kraft sammeln, weil wir danach nämlich meistens sogar besser weitergehen können auf unserem Weg. Es lohnt sich also, die Rastplätze in unserem Leben immer wieder aufzusuchen, und es ist gut zu wissen, wo genau es für uns solche Rastplätze im Alltag gibt. **Amen.**



## **Fürbitten**

*Unsere Beziehung zu Gott kann verschiedene Formen annehmen. Das sehen wir an Maria und Marta. Rufen wir zum Gott des Lebens:*

1. Hilf denen, die dir dienen mit ihrer praktischen Tätigkeit.  
Du unser Licht und Leben.

**Wir bitten dich, erhöre uns.**

2. Stehe denen bei, die dir und den Menschen zuerst durch ihr Gebet dienen. Du unser Licht und Leben.
3. Lass uns erkennen, wo unsere Aufgabe ist und wie unsere Beziehung zu dir wachsen kann. Du unser Licht und Leben.
4. Gib allen Getauften und Gefirmten Mut zur Stille, damit sie im Dröhnen des Alltags deine Stimme nicht überhören. Du unser Licht und Leben.
5. Führe die Opfer von Gewalt und Terror, führe alle Verstorbenen vom Glauben zum Schauen. Du unser Licht und Leben.

*Segne, guter Gott, die Arbeit unserer Hände und das Werk unseres Geistes und lass uns in der Stille vor dir erkennen, was jeweils jetzt zu tun ist. So bitten wir durch Christus, unseren Herrn. Amen.*

## **Zur Gabenbereitung**

**Was uns die Erde Gutes spendet** **127**

## **Sanctus**

**Heilig, heilig** **132**

## **Betrachtung nach der Kommunion**

Maria, ich nenne dich Schwester  
ich sehe dein junges Gesicht  
ich spüre dein Sehen und Träumen  
wir trauen gemeinsam dem Licht  
wir tragen gemeinsam das Wort der Verheißung  
wir bringen es zur Welt

Maria, ich nenne dich Schwester  
ich sehe dein Frauengesicht  
ich spüre dein Fragen und Handeln  
wir trauen gemeinsam dem Licht  
wir tragen gemeinsam das Wort der Befreiung  
wir bringen es zur Welt

Maria, ich nenne dich Schwester  
ich sehe dein müdes Gesicht  
ich spüre dein Dienen und Leiden

wir trauen gemeinsam dem Licht  
wir tragen gemeinsam den Preis der Befreiung  
wir bringen ihn in die Welt

Maria, ich nenne dich Schwester  
ich sehe in deinem Gesicht  
die Würde und Hoffnung der Frauen  
wir trauen gemeinsam dem Licht  
wir singen gemeinsam das Lied der Befreiung  
wir tragen es in die Welt

## **Dankgebet**

Barmherziger Gott, höre unser Gebet.  
Du hast uns im Sakrament  
das Brot des Himmels gegeben,  
damit wir an Seele und Leib gesunden.  
Gib, dass wir  
die Gewohnheiten des alten Menschen ablegen  
und als neue Menschen leben.  
Darum bitten wir durch Christus, unseren Herrn.

## **Zum Dank**

**Im Frieden dein**

**143**