

4. Woche im Jahreskreis – Sonntag – Jahr A Impulse zum Matthäusevangelium 5,1-12a

Selig, die arm sind vor Gott

„Als Jesus die vielen Menschen sah, stieg er auf einen Berg. Er setzte sich, und seine Jünger traten zu ihm. Dann begann er zu reden und lehrte sie. Er sagte: *Selig, die arm sind vor Gott; denn ihnen gehört das Himmelreich. Selig die Trauernden; denn sie werden getröstet werden. Selig, die keine Gewalt anwenden; denn sie werden das Land erben. Selig, die hungern und dürsten nach der Gerechtigkeit; denn sie werden satt werden. Selig die Barmherzigen; denn sie werden Erbarmen finden. Selig, die ein reines Herz haben; denn sie werden Gott schauen. Selig, die Frieden stiften; denn sie werden Söhne Gottes genannt werden. Selig, die um der Gerechtigkeit willen verfolgt werden; denn ihnen gehört das Himmelreich. Selig seid ihr, wenn ihr um meinetwillen beschimpft und verfolgt und auf alle mögliche Weise verleumdet werdet. Freut euch und jubelt: Euer Lohn im Himmel wird groß sein.*“

Vertrau darauf, dass Jesus Dich segnet! (nach P. K. Wons)

Um was bitte ich? – **Um eine tiefe Erfahrung von der Herzlichkeit Jesu.**

- „Als Jesus die vielen Menschen sah, stieg er auf einen Berg.“ (v. 1). Ich betrachte das Gesicht und den Blick Jesu. Ich bemerke seine Ergriffenheit und Sorge. Jesus, bemerkt, wenn er auf die Menschenmenge schaut, jeden einzelnen Menschen.
- Ich mache mir bewusst, dass Jesus täglich auf mich mit Liebe schaut. Er bemerkt jede einzelne Beschäftigung, er kennt Herzschatz von mir und nichts entgeht Seiner Aufmerksamkeit.
- „Er setzte sich, und seine Jünger traten zu ihm.“ (v. 1). Ich schaue auf die Jünger, die sich Ihm nähern. Wie oft suche ich die Nähe Jesu? Sehne ich mich nach Ihm, nach Seiner Gegenwart?
- „Dann begann er zu reden“. Ich mache mir bewusst, dass Jesus täglich mich persönlich lehrt: in der Liturgie des Wortes Gottes, in der Eucharistie, im Breviergebet, im Katechismus ... Ich erinnere mich an das Wort, das mich in der letzten Zeit am meisten bewegt hat. Wie hieß dieses Wort?
- „Selig“. Ich befinde mich mitten in der Menschenmenge, die auf dem Berg versammelt ist. Ich bemerke, wie Jesus auf mich schaut. Aufmerksam und langsam lese ich jede Seligpreisung. Welche berührt mich in der gegenwärtigen Situation meines Lebens am meisten?
- Jesus kennt den Zustand meiner Seele und meine gegenwärtige Lebenslage. Vermag ich es, dies als Seinen Segen anzunehmen? Glaube ich daran, dass Jesus auch in diesem Augenblick mich segnet, und mein Glück wünscht?
- „Freut euch und jubelt: Euer Lohn im Himmel wird groß sein.“ (v 12). Jesus erinnert mich daran, dass das Ziel meines Lebens der Himmel ist.
- Im Schlussgebet bitte ich Jesus um die innere Fähigkeit alles Ihm abzugeben, was ich täglich erlebe. Ich gebe Jesus meinen Alltag und wiederhole das Gebet: „Ich glaube, dass Du mich segnest!“

4. Woche im Jahreskreis – Montag Impulse zum Markusevangelium 5,1-20

Verlass diesen Mann, du unreiner Geist!

"Jesus und die Jünger kamen an das andere Ufer des Sees, in das Gebiet von Gerasa. Als er aus dem Boot stieg, lief ihm ein Mann entgegen, der von einem unreinen Geist besessen war. Er kam von den Grabhöhlen, in denen er lebte. Man konnte ihn nicht bändigen, nicht einmal mit Fesseln. Schon oft hatte man ihn an Händen und Füßen gefesselt, aber er hatte die Ketten gesprengt und die Fesseln zerrissen; niemand konnte ihn bezwingen. Bei Tag und Nacht schrie er unaufhörlich in den Grabhöhlen und auf den Bergen und schlug sich mit Steinen. Als er Jesus von weitem sah, lief er zu ihm hin, warf sich vor ihm nieder und schrie laut: *Was habe ich mit dir zu tun, Jesus, Sohn des höchsten Gottes? Ich beschwöre dich bei Gott, quäle mich nicht!* Jesus hatte nämlich zu ihm gesagt: *Verlass diesen Mann, du unreiner Geist!* Jesus fragte ihn: *Wie heißt du?* Er antwortete: *Mein Name ist Legion; denn wir sind viele.* Und er flehte Jesus an, sie nicht aus dieser Gegend zu verbannen. Nun weidete dort an einem Berghang gerade eine große Schweineherde. Da baten ihn die Dämonen: *Lass uns doch in die Schweine hineinfahren!* Jesus erlaubte es ihnen. Darauf verließen die unreinen Geister den Menschen und fuhren in die Schweine, und die Herde stürzte sich den Abhang hinab in den See. Es waren etwa zweitausend Tiere, und alle ertranken. Die Hirten flohen und erzählten alles in der Stadt und in den Dörfern. Darauf eilten die Leute herbei, um zu sehen, was geschehen war. Sie kamen zu Jesus und sahen bei ihm den Mann, der von der Legion Dämonen besessen gewesen war. Er saß ordentlich gekleidet da und war wieder bei Verstand. Da fürchteten sie sich. Die, die alles gesehen hatten, berichteten ihnen, was mit dem Besessenen und mit den Schweinen geschehen war. Darauf baten die Leute Jesus, ihr Gebiet zu verlassen. Als er ins Boot stieg, bat ihn der Mann, der zuvor von den Dämonen besessen war, bei ihm bleiben zu dürfen. Aber Jesus erlaubte es ihm nicht, sondern sagte: *Geh nach Hause, und berichte deiner Familie alles, was der Herr für dich getan und wie er Erbarmen mit dir gehabt hat.* Da ging der Mann weg und verkündete in der ganzen Dekapolis, was Jesus für ihn getan hatte, und alle staunten."

Widersage dem Bösen und Seinen Verlockungen! (nach P. Wons)

Um was bitte ich? – Um tiefen Glauben an die Gnade Jesu, die größer ist als alles Böse.

- Markus beschreibt in allen Einzelheiten das tragische Schicksal des besessenen Menschen: „*Er kam von den Grabhöhlen, in denen er lebte. ... Bei Tag und bei Nacht schrie er unaufhörlich ... und schlug sich mit Steinen.*“ (5,3.5) Es ist eine erschreckende Beschreibung über die Macht des Bösen. Der Böse kann den Menschen bis zum Verrücktwerden irreführen. Die Person, die durch den Bösen beherrscht wird – verhält sich wie ein Unmensch, und ihr Leben wird zum Grab.
- Das Wort Gottes macht mich feinfühlig für das Wirken des Bösen. Man darf ihn nicht ignorieren. Es existieren böse Geister, die mein geistiges Leben zerstören und ins Verderben stürzen wollen wie die zweitausend Schweine (v. 13). Gott sendet mir täglich seine Engel, die meinen Glauben, meine Hoffnung und Liebe behüten und mich vor der Macht der bösen Geister beschützen.
- Ich danke Gott für meinen Schutzengel und für alles Ausharren im Guten. Im innigen Gebet vertraue ich Gott die Menschen an, die vom Bösen verknechtet sind. Für wen könnte ich besonders beten?
- Ich schaue auf das Verhalten des Besessenen in dem Augenblick, wo sich ihm Jesus nähert: „*Als er Jesus von weitem sah, lief er zu ihm hin, warf sich vor ihm nieder und schrie laut.*“ (6-7) Er gibt Ihm die Ehre und zugleich schreit er und fürchtet sich. Der Böse versucht mich mit falscher Scham, mit dem Gefühl der Unwürdigkeit und der Angst abzuhalten, damit ich nicht in die Nähe Jesu komme.

Doch Jesus wünscht, dass ich zu Ihm mit allem komme, was mich in meinem Leben beschämt, Angst bereitet und verknechtet.

- Niemand „*konnte den Besessenen bändigen*“. Sie waren ratlos (3-4). Das Erscheinen Jesu an diesen Ort verändert die Situation völlig. Sogar eine Legion böser Geister fühlt sich ratlos Seiner Vollmacht gegenüber (v. 8-9) Die Macht Jesu ist größer als die größte Macht des Bösen. Glaube ich daran?
- Was verknechtet mein Leben am meisten? Will ich Jesus das enthüllen, was mir Angst macht und mich tyrannisiert? Ängste und Traurigkeit in meinem Leben können ein Futterplatz für den Bösen sein. Jesus will meine Wunden heilen, die mich auf das Leben verschließen und mir die Freude rauben.
- Ich bitte Jesus, dass ich in meinem Haus Zeuge Seiner Gnade zu sein vermag, die das Leben verändert. Ich erneuere mein Taufversprechen und widersage dem Bösen.

4. Woche im Jahreskreis – Dienstag

Impulse zum Markusevangelium 5,21-43

Mädchen, ich sage dir, steh auf!

"Jesus fuhr im Boot wieder ans andere Ufer hinüber, und eine große Menschenmenge versammelte sich um ihn. Während er noch am See war, kam ein Synagogenvorsteher namens Jäirus zu ihm. Als er Jesus sah, fiel er ihm zu Füßen und flehte ihn um Hilfe an; er sagte: *Meine Tochter liegt im Sterben. Komm und leg ihr die Hände auf, damit sie wieder gesund wird und am Leben bleibt.* Da ging Jesus mit ihm. Viele Menschen folgten ihm und drängten sich um ihn. Darunter war eine Frau, die schon zwölf Jahre an Blutungen litt. Sie war von vielen Ärzten behandelt worden und hatte dabei sehr zu leiden; ihr ganzes Vermögen hatte sie ausgegeben, aber es hatte ihr nichts genutzt, sondern ihr Zustand war immer schlimmer geworden. Sie hatte von Jesus gehört. Nun drängte sie sich in der Menge von hinten an ihn heran und berührte sein Gewand. Denn sie sagte sich: *Wenn ich auch nur sein Gewand berühre, werde ich geheilt.* Sofort hörte die Blutung auf, und sie spürte deutlich, dass sie von ihrem Leiden geheilt war. Im selben Augenblick fühlte Jesus, dass eine Kraft von ihm ausströmte, und er wandte sich in dem Gedränge um und fragte: *Wer hat mein Gewand berührt?* Seine Jünger sagten zu ihm: *Du siehst doch, wie sich die Leute um dich drängen, und da fragst du: Wer hat mich berührt?* Er blickte umher, um zu sehen, wer es getan hatte. Da kam die Frau, zitternd vor Furcht, weil sie wusste, was mit ihr geschehen war; sie fiel vor ihm nieder und sagte ihm die ganze Wahrheit. Er aber sagte zu ihr: *Meine Tochter, dein Glaube hat dir geholfen. Geh in Frieden! Du sollst von deinem Leiden geheilt sein.* Während Jesus noch redete, kamen Leute, die zum Haus des Synagogenvorstehers gehörten, und sagten (zu Jäirus): *Deine Tochter ist gestorben. Warum bemüht du den Meister noch länger?* Jesus, der diese Worte gehört hatte, sagte zu dem Synagogenvorsteher: *Sei ohne Furcht; glaube nur!* Und er ließ keinen mitkommen außer Petrus, Jakobus und Johannes, den Bruder des Jakobus. Sie gingen zum Haus des Synagogenvorstehers. Als Jesus den Lärm bemerkte und hörte, wie die Leute laut weinten und jammerten, trat er ein und sagte zu ihnen: *Warum schreit und weint ihr? Das Kind ist nicht gestorben, es schläft nur.* Da lachten sie ihn aus. Er aber schickte alle hinaus und nahm außer seinen Begleitern nur die Eltern mit in den Raum, in dem das Kind lag. Er fasste das Kind an der Hand und sagte zu ihm: *Talita kum!*, das heißt übersetzt: *Mädchen, ich sage dir, steh auf!* Sofort stand das Mädchen auf und ging umher. Es war zwölf Jahre alt. Die Leute gerieten außer sich vor Entsetzen. Doch er schärfte ihnen ein, niemand dürfe etwas davon erfahren; dann sagte er, man solle dem Mädchen etwas zu essen geben."

Vertraue Jesus auch im Leid (nach P. Wons)

Um was bitte ich? – Um die Gnade eines tiefen Gottvertrauens und um die Befreiung von jeglichem Zweifel.

- Ich achte auf Jäirus, der sich hektisch einen Weg durch die Menschenmenge bahnt und zu den Füßen Jesu niederwirft. Ich höre seine bebende Stimme. Er leidet unsagbar. Er bittet Jesus um die Rettung seines sterbenden Töchterchen: *„Meine Tochter liegt im Sterben. Komm und leg ihr die Hände auf, damit sie wieder gesund wird und am Leben bleibt.“* (23)
- Ich bemerke, dass Jesus berührt ist. Er verlässt sofort die Menschenmenge und geht mit Jäirus zu seinem Haus (v. 24) Ich höre das Gemurmel der Menschen, die sich um Ihn drängen und Ihm folgen. Ich gehe mit ihnen. Welche Gedanken kommen mir dabei? Ich teile es Jesus mit.
- In der Menge befindet sich eine Frau, die *„schon zwölf Jahre an Blutungen litt“* (v. 25-28). Ich nähere mich ihr und bemerke ihr leidendes Gesicht. *„Sie war von vielen Ärzten behandelt worden und hatte dabei sehr zu leiden; ihr ganzes Vermögen hatte sie ausgegeben, aber es hatte ihr nichts genutzt, sondern ihr Zustand war immer schlimmer geworden.“* (v. 26) Nun kommt sie zu Jesus und setzt ihre ganze Hoffnung auf Ihn.

- Mit der Frau nähere ich mich Jesus, um mich an ihrem Glauben und Vertrauen zu erbauen. *„Nun drängt sie sich ... von hinten an ihn heran und berührte sein Gewand. Denn sie sagt sich: Wenn ich auch nur sein Gewand berühre, werde ich geheilt.“* Ich bemerke den Augenblick, in dem sie Jesus berührt. Ich sehe das Glück in ihrem Gesicht. Sie ist gesund! (v. 29-34)
- Kann ich mich an menschlich gesehen hoffnungslose Fälle erinnern, wo ich mich völlig elendig gefühlt habe? Was kann ich über mein Vertrauen zu Jesus in diesen Augenblicken sagen? Was war in meinem Leben das größte Heilungswunder, das ich selbst erleben durfte?
- Plötzlich trifft Jairus die schreckliche Nachricht: *„Deine Tochter ist gestorben!“* (v. 35) Um ihn herum herrscht bereits Trauerstimmung. Ich bewundere seinen Glauben. Er vertraut Jesus, der ihm nur sagt: *„Sei ohne Furcht; glaube nur!“* (v. 36) Jesus schenkt seiner Tochter das Leben zurück (v. 35-43).
- Ich vertraue Jesus all meine Ängste an, die mir die Freude am Leben rauben, mich zum Verzweifeln und zum Weinen bringen. Ich höre, wie er mit so viel Mitgefühl sagt: *„Sei ohne Furcht, glaube nur!“*. Ich wiederhole das Gebet, bis es mich innerlich erfüllt: *„Jesus, ich vertraue auf Dich. Durchdringe mich mit Deinem Leben!“*

„Wenn ich auch nur sein Gewand berühre, werde ich geheilt!“ – „Sei ohne Furcht, glaube nur!“ – Zwei Menschen erfahren große Wunder. Ihr Erfolgsgeheimnis: Sie berühren Jesus mit ihrem kindlichen Glauben. Auch wir dürfen in unserem Leid beten: Jesus, ich will glauben, dass Du mir helfen kannst! Stärke meinen schwachen Glauben!

4. Woche im Jahreskreis – Mittwoch

Impulse zum Markusevangelium 6,1-6

Nirgends hat ein Prophet so wenig Ansehen wie in seiner Heimat

"Von dort brach Jesus auf und kam in seine Heimatstadt; seine Jünger begleiteten ihn. Am Sabbat lehrte er in der Synagoge. Und die vielen Menschen, die ihm zuhörten, staunten und sagten: *Woher hat er das alles? Was ist das für eine Weisheit, die ihm gegeben ist! Und was sind das für Wunder, die durch ihn geschehen! Ist das nicht der Zimmermann, der Sohn der Maria und der Bruder von Jakobus, Joses, Judas und Simon? Leben nicht seine Schwestern hier unter uns?* Und sie nahmen Anstoß an ihm und lehnten ihn ab. Da sagte Jesus zu ihnen: *Nirgends hat ein Prophet so wenig Ansehen wie in seiner Heimat, bei seinen Verwandten und in seiner Familie.* Und er konnte dort kein Wunder tun; nur einigen Kranken legte er die Hände auf und heilte sie. Und er wunderte sich über ihren Unglauben."

Bring Leben in dein tägliches Treffen mit Jesus (nach P. Wons)

Um was bitte ich? – Um eine tiefe Überzeugung von der Wahrheit, dass mein Alltag für Jesus wichtig ist.

- Ich schließe mich den Jüngern an, die mit Jesus nach Nazareth gehen: „*Jesus kommt in seine Heimatstadt und seine Jünger begleiten ihn.*“ (v. 1). Jesus wünscht sich die Begegnung mit den Menschen, mit denen er dreißig Jahre lang gelebt hat. Mit ihnen ist er aufgewachsen, hat er gebetet und gearbeitet.
- Ich betrachte Jesus in Seinem gewöhnlichen Alltag. Ich stelle mir vor, wie Jesus die einfachen täglichen Beschäftigungen verrichtet, wie er betet, mit den Altersgenossen und älteren Menschen spricht und lacht bzw. Mitleid hat.
- Ich mache mir bewusst, dass für Jesus mein Alltag und meine Beschäftigungen wichtig sind. Er ist bei mir während der Arbeit, beim Gebet, bei den Gesprächen. Täglich sucht Er mich in meinem „*Nazareth*“ (= Zuhause) auf.
- Ich gehe in die Synagoge. Dort sehe ich Jesus unter den Nachbarn und Verwandten. „*Er lehrt in der Synagoge*“ (v. 2). Sie nehmen Ihn nicht ernst. Sie beginnen zerstreut herumzuschauen, zu spotten und schauen verächtlich auf Jesus. Sie „*nehmen Anstoß an Ihm und lehnen Ihn ab*“ (v. 2-3). Was kann ich sagen über meine Glaubenszweifel?
- Das Leben im Alltag mit Jesus, Seine gewöhnlichen Begegnungen und Gespräche, all das hat dazu geführt, dass sie sich an Seine Person gewöhnt haben. Sie haben Ihn nicht beachtet, Ihm keine Wertschätzung geschenkt, nicht auf Ihn gehört. Er war für sie nur einer von vielen Nachbarn. Sie schenkten Seinen prophetischen Worten keinen Glauben (v. 4-6).
- Gewohnheit und geistige Routine können auch mich auf die Begegnung mit Jesus verschließen und bewirken, dass Sein lebendiges Wort in meinem Leben keine besondere Bedeutung hat. So stelle ich mir selbst die Frage bezüglich meiner Begegnungen mit Jesus: Wie sehen sie aus? Wie höre ich auf Ihn? Wie spreche ich mit Ihm?
- Im herzlichen Gespräch mit Jesus erzähle ich Ihm von meinem Alltag, in dem ich gerade lebe, über meine gewöhnlichen Beschäftigungen. Ich wiederhole: „*Bleibe bei mir, ich liebe Dich, Du bist mein Gott!*“.

Gott schreckte nicht davor zurück eine kleine unbedeutende Stadt 30 Jahre lang als Heimatstadt zu wählen, die keinen besonderen Ruf hatte („Aus Nazareth, kann von dort etwas Gutes kommen?“) Doch die Bewohner schenkten Ihm keinen Glauben, kein Ansehen, kein Wohlwollen, sondern wiesen Ihn kalt ab. So musste Jesus traurig weiterziehen.

4. Woche im Jahreskreis – 2. Februar – Fest Maria Lichtmess Impulse zum Lukasevangelium 2,22-40

Meine Augen haben das Heil gesehen

"Dann kam für sie der Tag der vom Gesetz des Mose vorgeschriebenen Reinigung. Sie brachten das Kind nach Jerusalem hinauf, um es dem Herrn zu weihen, gemäß dem Gesetz des Herrn, in dem es heißt: *Jede männliche Erstgeburt soll dem Herrn geweiht sein.* Auch wollten sie ihr Opfer darbringen, wie es das Gesetz des Herrn vorschreibt: *ein Paar Turteltauben oder zwei junge Tauben.* In Jerusalem lebte damals ein Mann namens Simeon. Er war gerecht und fromm und wartete auf die Rettung Israels, und der Heilige Geist ruhte auf ihm. Vom Heiligen Geist war ihm offenbart worden, er werde den Tod nicht schauen, ehe er den Messias des Herrn gesehen habe. Jetzt wurde er vom Geist in den Tempel geführt; und als die Eltern Jesus hereinbrachten, um zu erfüllen, was nach dem Gesetz üblich war, nahm Simeon das Kind in seine Arme und pries Gott mit den Worten: *Nun lässt du, Herr, deinen Knecht, wie du gesagt hast, in Frieden scheiden. Denn meine Augen haben das Heil gesehen, das du vor allen Völkern bereitet hast, ein Licht, das die Heiden erleuchtet, und Herrlichkeit für dein Volk Israel.* Sein Vater und seine Mutter staunten über die Worte, die über Jesus gesagt wurden. Und Simeon segnete sie und sagte zu Maria, der Mutter Jesu: *Dieser ist dazu bestimmt, dass in Israel viele durch ihn zu Fall kommen und viele aufgerichtet werden, und er wird ein Zeichen sein, dem widersprochen wird. Dadurch sollen die Gedanken vieler Menschen offenbar werden. Dir selbst aber wird ein Schwert durch die Seele dringen.* Damals lebte auch eine Prophetin namens Hanna, eine Tochter Penuëls, aus dem Stamm Ascher. Sie war schon hoch betagt. Als junges Mädchen hatte sie geheiratet und sieben Jahre mit ihrem Mann gelebt; nun war sie eine Witwe von vierundachtzig Jahren. Sie hielt sich ständig im Tempel auf und diente Gott Tag und Nacht mit Fasten und Beten. In diesem Augenblick nun trat sie hinzu, pries Gott und sprach über das Kind zu allen, die auf die Erlösung Jerusalems warteten. Als seine Eltern alles getan hatten, was das Gesetz des Herrn vorschreibt, kehrten sie nach Galiläa in ihre Stadt Nazaret zurück. Das Kind wuchs heran und wurde kräftig; Gott erfüllte es mit Weisheit, und seine Gnade ruhte auf ihm."

Nimm das Jesuskind in deine Arme! (nach P. Wons)

Um was bitte ich? – **Um Liebe, die treu ist und fähig zu großen Opfern.**

- Ich schaue auf Maria und Josef, die das Jesuskind in den Tempel bringen (v. 22-24). Maria ist sich bewusst, dass sie Gott ihr erstes und einziges Kind weiht. Sie weiß, dass sie es nicht für sich zurückbehalten kann. Was wird sie als Mutter wohl dabei gefühlt haben? Ich versuche mit Maria darüber zu reden.
- Ich betrachte Maria, die Mutter der schönen Liebe, die es fertig bringt, Gott diese Person zu weihen, die ihr am liebsten ist. Sie behält das Kind nicht für sich zurück. Vermag ich Personen zu lieben ohne sie an mich zu fesseln, ohne sie festzuhalten? Manipuliere ich noch mit der Liebe eine andere Person? Bin ich schon frei von unordentlichen Anhänglichkeiten an Personen und Dinge?
- Ich beobachte Simon und Hanna, die bis ins hohe Alter geduldig auf die Erfüllung der Verheißung Gottes gewartet haben (v. 25-38). Nach langen Jahren des Wartens wird ihre Treue belohnt. Was kann ich über mein Gottvertrauen sagen? Glaube ich daran, dass er sich nie mit der Erfüllung Seiner Versprechen verspätet? Zwingt mich Gott dazu meine Bitten zu erfüllen? Zweifle ich an Seiner Treue?
- Ich versuche mir vorzustellen, dass ich die Stelle von Simeon einnehme (v. 28). Ich nehme von Maria das kleine Jesuskind und trage es auf den meinen Armen. Ich bemühe mich bei dieser Erfahrung längere Zeit zu verweilen. Fällt es mir leicht eine solche Szene vorzustellen? Welche Gefühle werden in mir wach?

- Was kann ich über meine Beziehung zu Jesus sagen? Sehne ich mich nach Jesus? Suche ich Seine Nähe im Gebet? Was stört mich am meisten dabei, ein vertrautes Band mit Jesus zu knüpfen?
- Mich selbst, meine Familie und Gemeinschaft vertraue ich der Heiligen Familie an, damit wir in der Kraft und Weisheit zunehmen, und dass die Gnade Gottes immer auf uns ruht.

4. Woche im Jahreskreis – Donnerstag
Impulse zum Markusevangelium 6,7-13
Entfällt in diesem Jahr wegen dem Fest Maria Lichtmess

Er begann, die Zwölf auszusenden

"Jesus rief die Zwölf zu sich und sandte sie aus, jeweils zwei zusammen. Er gab ihnen die Vollmacht, die unreinen Geister auszutreiben, und er gebot ihnen, außer einem Wanderstab nichts auf den Weg mitzunehmen, kein Brot, keine Vorratstasche, kein Geld im Gürtel, kein zweites Hemd und an den Füßen nur Sandalen. Und er sagte zu ihnen: *Bleibt in dem Haus, in dem ihr einkehrt, bis ihr den Ort wieder verlasst. Wenn man euch aber in einem Ort nicht aufnimmt und euch nicht hören will, dann geht weiter, und schüttelt den Staub von euren Füßen, zum Zeugnis gegen sie.* Die Zwölf machten sich auf den Weg und riefen die Menschen zur Umkehr auf. Sie trieben viele Dämonen aus und salbten viele Kranke mit Öl und heilten sie."

Bau auf die Hilfe Jesu in deinem Dienst! (nach P. Wons)

Um was bitte ich? – Um Mut und Gottvertrauen beim Angehen der Mission, die mir anvertraut wurde.

- Zu Beginn meiner Betrachtung bitte ich Jesus, Er möge mich diese Wahrheit tief erfassen lassen, dass ich Sein Jünger bin. Er hat mich gewählt. Er zählt auf mich. Jeder Tag von mir birgt in sich eine Mission. Glaube ich daran, dass Jesus mich braucht und mich sendet?
- Ich stehe unter den Aposteln. Ich bemerke in ihren Gesichtern, dass sie ergriffen sind. Sie erhalten die Vollmacht über die unreinen Geister: *„Jesus gibt ihnen die Vollmacht, die unreinen Geister auszutreiben.“* (v. 7). Ich werde mir bewusst, dass die bösen Geister keine Macht über mich haben, wenn ich Jesus in den heiligen Sakramenten und in Seinem Wort aufnehme. Mit Jesus habe ich Macht über sie.
- Jesus sendet mich aus und erwartet, dass ich allein auf Seine Macht vertraue. Ich soll auf andere Sicherheiten verzichten, wo ich mich nur auf eigene Kräfte und auf irdische Dinge wie Geld und Ansehen verlasse: *„Er gebietet ihnen, außer einem Wanderstab* nichts auf den Weg mitzunehmen.“* (v. 8-9)
- Ich denke an die Sicherheitssysteme, an die ich noch stark gebunden bin. Welches von ihnen würde mir am schwersten fallen aufzugeben? Könnte ich darauf verzichten, wenn Jesus mich darum bitten würde? Kann ich mit Überzeugung sagen, dass mir Jesus allein genügt?
- Jesus macht mir bewusst, dass ich nicht immer akzeptiert und empfangen werde: *„Wenn man euch aber an einem Ort nicht aufnimmt ...“* (v. 10-11). Er lehrt mich die innere Freiheit, wenn ich auf Ablehnung und Unverständnis stoße. Was kann ich über meine Haltung solchen Menschen gegenüber sagen, die mich nicht akzeptieren? Ich übergebe sie Jesus.
- Die Jünger sind dem Wort Jesu treu und sehen, wie sich Seine Versprechen erfüllen: *„Sie treiben viele Dämonen aus und ... heilen viele Kranke.“* (v 12-13). Sie vollbringen Dinge, die menschlich gesehen unmöglich sind. Wer benötigt in meiner Gemeinschaft am meisten Bekehrung und Heilung? Ich frage Jesus, was Er in dieser Situation von mir wünscht. Ich vertraue mich Ihm an.
- Ich nähere mich Jesus und erzähle Ihm alles, was in meinem Dienst mich am meisten überfordert, wo ich ratlos bin. Ich bitte Ihn: *„Jesus, befreie mich von meiner Angst. Bediene Dich meiner, wie und wo Du willst.“*

Jesus übergibt seinen Jüngern die Vollmacht, Sein Wort zu den Menschen zu tragen. Sein Wort schenkt Heilung und Befreiung. Vor dieser Aufgabe sollen wir uns nicht fürchten, denn wir sind nicht allein. Im Zeichen des „Wanderstabs“* begleitet Er uns selbst bei dieser Mission.

* **Der Wanderstab:** Weil jeder Jünger Angst hat, gibt ihm Jesus den *"Wanderstab"* mit auf den Weg. Er ist das Zeichen Seiner rettenden Gegenwart. - Das erlebte bereits Moses, der von Gott zum Pharao gesandt wurde und große Angst hatte. Gott gab ihm den *"Gottesstab"*** , mit dem er große Wunder vollbrachte: Mit ihm spaltete er das Rote Meer, errang den Sieg über die Feinde, lies aus dem Felsen in der Wüste Wasser hervorsprudeln. Den *"Stab"*, den Gott jetzt mir gibt, ist das *"Kreuz"*. Ich darf es immer wieder fest in die Hand nehmen und spüren: Ich bin nicht allein! Jesus ist ja da! Wer kann mir schaden? Mit Jesus siege ich!

Im Psalm 23,4 bete ich: *„Muss ich auch wandern in finsterner Schlucht, ich fürchte kein Unheil; denn Du bist bei mir, dein Stock und dein Stab geben mir Zuversicht!“* (Ps 23,4)

** *"Mose antwortete: Was aber, wenn sie mir nicht glauben und nicht auf mich hören, sondern sagen: Jahwe ist dir nicht erschienen? Der Herr entgegnete ihm: Was hast du da in der Hand? Er antwortete: Einen Stab."* (Ex 4,1-4);

4. Woche im Jahreskreis – Freitag

Impulse zum Markusevangelium 6,14-29

Johannes, den ich enthaupten ließ, ist auferstanden

"Der König Herodes hörte von Jesus; denn sein Name war bekannt geworden, und man sagte: *Johannes der Täufer ist von den Toten auferstanden; deshalb wirken solche Kräfte in ihm.* Andere sagten: *Er ist Elija.* Wieder andere: *Er ist ein Prophet, wie einer von den alten Propheten.* Als aber Herodes von ihm hörte, sagte er: *Johannes, den ich enthaupten ließ, ist auferstanden.* Herodes hatte nämlich Johannes festnehmen und ins Gefängnis werfen lassen. Schuld daran war Herodias, die Frau seines Bruders Philippus, die er geheiratet hatte. Denn Johannes hatte zu Herodes gesagt: *Du hattest nicht das Recht, die Frau deines Bruders zur Frau zu nehmen.* Herodias verzieh ihm das nicht und wollte ihn töten lassen. Sie konnte ihren Plan aber nicht durchsetzen, denn Herodes fürchtete sich vor Johannes, weil er wusste, dass dieser ein gerechter und heiliger Mann war. Darum schützte er ihn. Sooft er mit ihm sprach, wurde er unruhig und ratlos, und doch hörte er ihm gern zu. Eines Tages ergab sich für Herodias eine günstige Gelegenheit. An seinem Geburtstag lud Herodes seine Hofbeamten und Offiziere zusammen mit den vornehmsten Bürgern von Galiläa zu einem Festmahl ein. Da kam die Tochter der Herodias und tanzte, und sie gefiel dem Herodes und seinen Gästen so sehr, dass der König zu ihr sagte: *Wünsch dir, was du willst; ich werde es dir geben.* Er schwor ihr sogar: *Was du auch von mir verlangst, ich will es dir geben, und wenn es die Hälfte meines Reiches wäre.* Sie ging hinaus und fragte ihre Mutter: *Was soll ich mir wünschen?* Herodias antwortete: *Den Kopf des Täufers Johannes.* Da lief das Mädchen zum König hinein und sagte: *Ich will, dass du mir sofort auf einer Schale den Kopf des Täufers Johannes bringen lässt.* Da wurde der König sehr traurig, aber weil er vor allen Gästen einen Schwur geleistet hatte, wollte er ihren Wunsch nicht ablehnen. Deshalb befahl er einem Scharfrichter, sofort ins Gefängnis zu gehen und den Kopf des Täufers herzubringen. Der Scharfrichter ging und enthauptete Johannes. Dann brachte er den Kopf auf einer Schale, gab ihn dem Mädchen, und das Mädchen gab ihn seiner Mutter. Als die Jünger des Johannes das hörten, kamen sie, holten seinen Leichnam und legten ihn in ein Grab."

Bleib dem Ideal des Evangeliums treu! (nach P. Wons)

Um was bitte ich? – Um Ausharren in dem edlen Wunsch dem Ideal des Evangelium treu zu bleiben.

- Das Wort vom Evangelium lädt mich ein die Geschichte von zwei Menschen zu durchbeten: Herodes und Johannes des Täufers. Johannes, obwohl er im Gefängnis sitzt, ist ein Mensch mit innerer Freiheit. Herodes, der im Palast wohnt und sich vergnügt, ist ein Mensch, der zutiefst in lasterhafte Begierden und schlechte Wünsche verwickelt ist (v. 17-27).
- Ich überlege, wie meine innere Freiheit aussieht. Fühle ich mich als Person, die frei ist für Jesus, fähig zu Entscheidungen für das Evangelium? Oder bin ich verwickelt in Begierden, Leidenschaften, unordentliche Anhänglichkeiten etc., die mir die Freiheit des Herzens rauben?
- Die Geschichte von Herodes und Herodias erinnern mich, wie die Spirale der schlechten Anhänglichkeiten sich aufzieht: Von unordentlichen Beziehungen zu Unruhe und Angst, bis hin zu Verbissenheit und Mordplänen (v. 17-27).
- Ich bitte den Hl. Geist um die Gnade der Erkenntnis meiner wahren Wünsche, Verhalten und Haltungen. Welche Früchte beobachte ich bei meinen Lebensentscheidungen? Bemerke ich bei mir Bindungen, die mich innerlich schwächen?
- Herodes trug in seinem Herzen auch gute Wünsche, aber die unbeherrschten Begierden und die Abhängigkeit von der Meinung der Menschen haben sie

übertönt, ihn zu tragischen, verrückten Entscheidungen verleitet (v. 20-27). Ich denke über diese Wahrheit nach.

- In der Erinnerung kehre ich zu meinen edelsten Idealen, Wünschen und Absichten zurück. Bin ich ihnen treu? Wie haben sie sich im Ablauf der Zeit verändert? Sind sie stärker oder schwächer geworden?
- Ich vertraue Jesus meine edlen Wünsche und Ideale des Lebens an. Ich bitte Johannes den Täufer, dass er mit mir beten möge: „*Jesus, ich will für Dich frei sein von allem!*“

Das Wort über Herodes und Johannes dem Täufer lädt mich zur inneren Freiheit ein. Frei ist nicht derjenige, der wie Herodes willkürliche seiner Lust und Laune freien Lauf lässt. Frei ist derjenige, der wie Johannes nicht vom üblen Lastern und Leidenschaften verknechtet ist, sondern frei ist von allen irdischen Anhänglichkeiten (Dingen, Personen, Gaben). Habe ich diese innere Freiheit, um so den Willen Gottes ganz erfüllen zu können?

4. Woche im Jahreskreis – Samstag

Impulse zum Markusevangelium 6,30-34

Sie waren wie Schafe, die keinen Hirten haben

"Die Apostel versammelten sich wieder bei Jesus und berichteten ihm alles, was sie getan und gelehrt hatten. 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. Sie fuhren also mit dem Boot in eine einsame Gegend, um allein zu sein. Aber man sah sie abfahren, und viele erfuhren davon; sie liefen zu Fuß aus allen Städten dorthin und kamen noch vor ihnen an. Als er ausstieg und die vielen Menschen sah, hatte er Mitleid mit ihnen; denn sie waren wie Schafe, die keinen Hirten haben. Und er lehrte sie lange."

Suche einen „Wüstenort“ und lerne dich zu erholen!

(nach P. Wons)

Um was bitte ich? – Um ein tiefes Verlangen nach der Wüste und die Fähigkeit sich auszuruhen.

- Zu Beginn meiner Betrachtung schaue ich auf meinen Seelenzustand. Ich beginne mit der innigen Bitte, dass ich im Gebet die Gnade der Erholung und der Freude in der Begegnung mit Jesus erfahren darf.
- Mit den Apostel nähere ich mich Jesus: „*Die Apostel versammelten sich wieder bei Ihm.*“ (v. 30) Ich höre, wie sie ergriffen ihm „*alles berichteten, was sie getan und gelehrt hatten*“ (v. 31). Ich stelle mir den Meister vor, der mit Liebe auf mich schaut und mich einlädt, dass auch ich Ihm von mir erzählen möge. Was will ich Jesus sagen?
- Jesus kennt den Seelenzustand der Jünger ausgezeichnet. Er lädt mich ein: „*Komm mit an einen einsamen Ort, wo wir allein sind, und ruh ein wenig aus!*“ (v. 31). Habe ich Sehnsucht nach der Wüste (= einsamen Ort)? Habe ich schon eine Zeit für Exerzitien eingeplant, Tage der Weiterbildung, der Erholung in der Abgeschiedenheit?
- „*Sie fuhren also mit dem Boot in eine einsame Gegend, um allein zu sein.*“ (v. 32) Sie haben auf das Wort Jesu geantwortet. Sie haben sich entschieden. Wie antworte ich auf Eingebungen? Was kann ich über Gewissenhaftigkeit und Entschiedenheit in meinem Leben mit Jesus sagen?
- Nicht immer kann man das verwirklichen, was man geplant hat. Die geplante Erholungszeit wird durch die Menschenmenge unterbrochen (v. 33). Man braucht innere Wachsamkeit und Bereitschaft, um in jeder Situation den Willen Gottes ablesen zu können.
- Jesus begegnet mit Liebe diesen Menschen, die Seine Ruhezeit stören: „*Er hatte Mitleid mit ihnen.*“ (v. 34) Wie verhalte ich mich in ähnlichen Umständen?
- Zum Ende der Betrachtung erzähle ich Jesus von meinen Plänen, eventuell in diesem Jahr an Exerzitien teilzunehmen. Was habe ich geplant? Ich bitte Jesus: „*Führe mich in die Wüste und lehre mich auszuruhen!*“