

Wir  
haben  
seinen  
Stern  
aufgehen  
sehen



Mt 2,2

# HAUSGEBET FÜR DIE FASTENZEIT

**Bistum Würzburg**  
Christsein unter den Menschen

## **Hausgebet für die Fastenzeit 2024**

### **Impressum**

Diözese Würzburg KdöR  
Bischöfliches Ordinariat – Hauptabteilung Seelsorge  
Kilianeum – Ottostraße 1 | 97070 Würzburg  
Telefon 0931 386-65 105 | Fax 0931 386-65 109  
[seelsorgereferat@bistum-wuerzburg.de](mailto:seelsorgereferat@bistum-wuerzburg.de)

### **Text**

Paul Weismantel

**Liebe Schwestern und Brüder,  
liebe Jugendliche, liebe Kinder,**

„Wir haben seinen Stern aufgehen sehen.“ Dieses Zitat der drei Weisen, das uns als Jahresthema durch 2024 begleitet, erinnert vielleicht mehr an Weihnachten als an die österliche Bußzeit. Und dennoch passt das Bild des Sterns, der uns leitet und Orientierung gibt, sehr gut auch in die Fastenzeit und die Vorbereitung auf Ostern.



Die 40 Tage rufen uns zur Umkehr und laden ein, den eigenen Weg zu bedenken, umzukehren, Neues zu wagen, dem richtigen Stern zu folgen, sich auf Gottes Führung zu verlassen. Der Stern in unserem Leben steht für Christus, dessen Beispiel und Botschaft uns Orientierung gibt, der in der Begegnung mit seinem Wort und in der Feier der Sakramente uns den Weg zum Leben weist und der uns auch in den dunklen Stunden des Lebens zur Seite steht.

Ich lade Sie und Euch ein, im gemeinsamen Beten und Singen, in Momenten der Stille und der Besinnung gerade die 40 Tage auf Ostern hin zu nutzen, den Stern der Hoffnung und der Orientierung wieder neu zu entdecken, das Leben neu auf Christus auszurichten und offen zu werden für die Botschaft vom Leben, die uns im Geheimnis von Ostern geschenkt ist.

Ihnen allen eine gesegnete Zeit der Umkehr und der Neuaufbrüche und dann ein frohes Osterfest,

Ihr

A handwritten signature in blue ink, which appears to be "Franz-Josef". The signature is written in a cursive style.

Bischof von Würzburg

## 1. Lied | GL 450

zwei mal wiederholen

*Kanon* ① H<sup>7</sup> Em Am Em

Got-tes Wort ist wie Licht in der Nacht; es hat  
Hoff-nung und Zu-kunft ge-bracht; es gibt  
Trost, es gibt Halt in Be-drängnis, Not und Äng-sten,  
ist wie ein Stern in der Dun-ke-l-heit.

T: Hans-Hermann Bittger 1983, M: Joseph Jacobsen 1935

## 2. Gebet

**V** Im Namen des Vaters, der die Welt und uns Menschen erschaffen hat.  
Im Namen des Sohnes, der uns erwählt zu seinen Geschwistern.  
Im Namen des Hl. Geistes, der in uns atmet und auch jetzt unter uns gegenwärtig ist.

**A** Amen

**V** Lebendiger Gott, in deinem Namen sind wir hier zusammengekommen, um betend auf dein Wort zu hören. Du bist jetzt hier in unserer Mitte in deinem Wort und einer jeden Person. Dein Wort ist für uns Quelle der Hoffnung und des Trostes. Immer lebt und wirkt dein Wort als Zusage und Anfrage, als Ermutigung und Herausforderung zugleich. Du schenkst uns darin die schöpferische Atem- und Leuchtkraft deines Geistes. In vielen Situationen unseres Lebens hast du uns durch dein Wort beigestanden und ermutigt.

- A** Wir danken dir für deine tagtägliche Treue.
- V** Für die Zeit und Zeiten unseres Lebens danken wir dir, unserem wohlwollenden Gott, und für die Menschen, mit denen wir verbunden sind.
- A** Wir danken dir für deine göttliche Vorsehung, deine Führung und Fügungen auf unseren Wegen.
- V** Für deine verborgene Gegenwart in allem, was geschieht, danken wir dir, unserem gegenwärtigen Gott. Hilf uns die Zeichen der Zeit zu erkennen und in deinem Sinn zu deuten. Lass uns entdecken, wo du im Unscheinbaren zum Vorschein kommst in der Wirklichkeit unseres Lebens. Darum bitten wir durch Christus unseren Herrn.
- A** Amen.

### 3. Lied | GL 450

*zwei mal wiederholen*

### 4. Lesung | Mt 2, 1–6

Als Jesus zur Zeit des Königs Herodes in Betlehem in Judäa geboren worden war, siehe, da kamen Sterndeuter aus dem Osten nach Jerusalem und fragten: Wo ist der neugeborene König der Juden? Wir haben seinen Stern aufgehen sehen und sind gekommen, um ihm zu huldigen. Als König Herodes das hörte, erschrak er und mit ihm ganz Jerusalem. Er ließ alle Hohepriester und Schriftgelehrten des Volkes zusammenkommen und erkundigte sich bei ihnen, wo der Christus geboren werden sollte. Sie antworteten ihm: in Betlehem in Judäa; denn so steht es geschrieben bei dem Propheten: Du, Betlehem im Gebiet von Juda, bist keineswegs die unbedeutendste unter den führenden Städten von Juda; denn aus dir wird ein Fürst hervorgehen, der Hirt meines Volkes Israel.

*kurze Stille zum Nachklingen*

## 5. Lied | GL 372, 1–3

1 Mor - gen - stern der fin - stern Nacht, der die  
2 Schau, dein Him - mel ist in mir, er be -  
3 Dei - nes Glan - zes Herr - lich - keit ü - ber -

1 Welt voll Freu - den macht, Je - su mein,  
2 geht dich, sei - ne Zier. Sä - me nicht,  
3 trifft die Son - ne weit; du al - lein,

1 komm he - rein, leucht in mei - nes Her - zens  
2 o mein Licht, komm, komm, eh der Tag an -  
3 Je - su mein, bist, was tau - send Son - nen

1 Schrein, leucht in mei - nes Her - zens Schrein.  
2 bricht, komm, komm, eh der Tag an - bricht.  
3 sein, bist, was tau - send Son - nen sein.

T: Angelus Silesius 1657, M: Georg Joseph 1657

## 6. Besinnung

**V** Das von vielen Gläubigen sehr geschätzte Lied von Angelus Silesius ist eine Art Hymne auf die tagtäglich wiederkehrende und damit „immerwährende Weihnacht“.

Wie den Hirten und den Sterndeutern will Christus uns in den täglichen Nächten und nächtlichen Tagen als Licht aufgehen, erleuchten und einleuchten.

Das gilt auch in der jetzigen Vorbereitungszeit auf Ostern, wo wir Christus, den Auferstandenen als unser neues Licht ehren und feiern.

Mit seinem Licht will er das Dunkel in uns und um uns erhellen und durchdringen.

Von seinem Lichtwort können wir uns ansprechen, raten, fragen und trösten lassen.  
An seinen Lichtzeichen können wir uns orientieren in unseren Entscheidungen.  
An seinem Lichtglanz können wir uns erfreuen.  
An seine Glanzlichter können wir uns erinnern und einander damit beschenken.  
Wie der Hl. Franziskus und mit ihm können wir immer wieder beten und bitten:

**A** „Höchster, glorreicher Gott,  
erleuchte die Finsternis meines Herzens  
und schenke mir rechten Glauben,  
gefestigte Hoffnung und vollendete Liebe,  
gib mir, Herr, das rechte Empfinden und Erkennen,  
damit ich deinen heiligen und wahrhaften Auftrag erfülle. Amen.“

*Wenn gewünscht und möglich, kann es an dieser Stelle einen persönlichen Austausch über den Schrifttext und die eigenen Erfahrungen damit geben.*

## 7. Lied | GL 372, 4–6

4 Du erleuchtest alles gar, / was jetzt ist und kommt und  
war; / voller Pracht wird die Nacht, / weil dein Glanz sie  
angelacht, / weil dein Glanz sie angelacht.

5 Deinem freudenreichen Strahl / wird gedient überall; /  
schönster Stern, weit und fern / ehrt man dich als Gott den  
Herrn, / ehrt man dich als Gott den Herrn.

6 Ei nun, güldnes Seelenlicht, / komm herein und säume  
nicht. / Komm herein, Jesu mein, / leucht in meines  
Herzens Schrein, / leucht in meines Herzens Schrein.

T: Angelus Silesius 1657, M: Georg Joseph 1657

## 8. Übungslitanei

- V** Mit einer einfachen Übung setzen wir unser Hausgebet fort. Zwischen den einzelnen Impulsen wiederholen alle die drei einfachen Worte: „ich übe noch“
- A** Ich übe noch
- V** Auf die Atemkraft in mir zu achten, tief und ruhig ein- und auszuatmen. Gott selbst hat mir den Odem eingehaucht und atmet seither immerfort in mir.
- A** Ich übe noch
- V** Mit jedem Atemzug beim Einatmen das Leben zu empfangen und beim Ausatmen loszulassen und herzugeben.
- A** Ich übe noch
- V** Achtsam und wachsam durch den Alltag zu gehen, um auch die kleinen, unscheinbaren Lichtblicke wahrzunehmen und mich an ihnen zu freuen.
- A** Ich übe noch
- V** Meinen Kopf nicht hängen zu lassen oder in den Sand zu stecken, sondern erhobenen Hauptes durchs Leben zu gehen.
- A** Ich übe noch
- V** Die Augen zum Himmel zu erheben, damit ich den Stern aufgehen sehe und meinen Karren daran binde.
- A** Ich übe noch
- V** Mit dem Herzen auf Gottes leise Stimme zu hören, um immer wieder aufzubrechen, mich auf den Weg zu machen und Licht zu werden.
- A** Ich übe noch
- V** Meinen Blick zu weiten und zu vertiefen, um weder engstirnig noch oberflächlich, sondern geistesgegenwärtig zu leben.
- A** Ich übe noch



**V** Den Menschen auf Augenhöhe zu begegnen, durch die Gott mich anschaut und mir entgegenkommt.

**A** Ich übe noch

**V** Mich jeden Tag neu auf die Kraft Gottes zu verlassen, die alle Wege mitgeht, auch die mühsamen, traurigen und einsamen.

## 9. Lied | GL 414, 1–5



[K] 1 Herr, un - ser Herr, wie bist du zu -  
2 Du bist nicht fern, denn die zu dir  
3 Du bist nicht sicht - bar für uns - re



1 ge - gen und wie un - sag - bar nah bei uns.  
2 be - ten, wis - sen, dass du uns nicht ver - lässt.  
3 Au - gen, und nie - mand hat dich je ge - sehn.



[A] 1 All - zeit bist du um uns in Sor - ge,  
2 Du bist so menschlich in uns - rer Mit - te,  
3 Wir a - ber ah - nen dich und glau - ben,



1 in dei - ner Lie - be birgst du uns.  
2 dass du wohl die - ses Lied ver - stehst.  
3 dass du uns trägst, dass wir be - stehn.

4 Du bist in allem ganz tief verborgen, / was lebt und sich entfalten kann. / Doch in den Menschen willst du wohnen, / mit ganzer Kraft uns zugetan.

5 Herr, unser Herr, wie bist du zugegen, / wo nur auf Erden Menschen sind. / Bleib gnädig so um uns in Sorge, / bis wir in dir vollkommen sind.

T: Huub Oosterhuis „Heer, onze Heer“ 1965, Ü: Peter Pawlowsky und Nikolaus Greitemann 1969, M: aus den Niederlanden

## 10. Fürbitten

**V** Ja, Gott mütterlich und väterlich bleibst du uns fürsorglich zugetan. Keines deiner Menschenkinder vergisst oder verachtest du jemals. Aus der Grundkraft des Vertrauens können wir leben und beten:

– die Kinder, die in unserer Zeit geboren werden und das Licht der Welt erblicken

**A** Höre uns, o Gott

– für die Mütter und Väter, die ein Kind mit einer Behinderung oder ein Sternenkind bekommen haben

**A** Höre uns, o Gott

– für Eltern und Großeltern, die den Kontakt zu ihren Kindern oder Enkeln verloren haben

**A** Höre uns, o Gott

– für die vielen Menschen, die derzeit auf der Flucht oder in den Schrecken eines Krieges leben, kämpfen, leiden oder sterben müssen

**A** Höre uns, o Gott

– für alle, die sich ehrenamtlich einsetzen, um die Frage nach dir und deine Leidenschaft unter die Menschen zu bringen

**A** Höre uns, o Gott

– für die Kranken und Sterbenskranken, ihre Angehörigen, alle die sie pflegen und begleiten

**A** Höre uns, o Gott

– für unsere Verstorbenen und alle, die schwer um sie trauern, weil sie ihnen fehlen

**A** Höre uns, o Gott

Du unser Gott, in deinem Geheimnis können wir alles bergen, was wir auf dem Herzen haben, weil wir mit allen, für die wir beten, darin geborgen sind. So wollen wir nun auch beten, wie dein Sohn es uns gelehrt hat:

**A** Vater unser ...

**V** Wir grüßen auch Maria, unsere Schwester und Mutter im Glauben:

**A** Begrüßet seist du, Maria ...

## 11. Segen

**V** Den Segen unseres Gottes wollen wir erbitten und empfangen.

Lied | GL 436, 1–5 (*singen oder beten*)



1 Ach bleib mit dei - ner Gna - de bei  
2 Ach bleib mit dei - nem Wor - te bei  
3 Ach bleib mit dei - nem Glan - ze bei



1 uns, Herr Je - su Christ, dass uns hin - fort nicht  
2 uns, Er - lö - ser wert, dass uns sei hier und  
3 uns, du wer - tes Licht; dein Wahrheit uns um -



1 scha - de des bö - sen Fein - des List.  
2 dor - te dein Güt und Heil be - schert.  
3 schan - ze, da - mit wir ir - ren nicht.

4 Ach bleib mit deinem Segen / bei uns, du reicher Herr; /  
dein Gnad und alls Vermögen / in uns reichlich vermehr.

5 Ach bleib mit deiner Treue / bei uns, mein Herr und  
Gott; / Beständigkeit verleihe, / hilf uns aus aller Not.

T: Josua Stegmann 1627, M: bei Melchior Vulpius 1609

**V** Gott, segne du uns mit der heiligen und heilenden Leuchtkraft deiner Zusagen in unseren menschlichen Worten!

**A** Amen

**V** Gott, segne du uns mit der befreienden und tröstenden Verwandlungskraft deiner Zeichen und Wunder in unserem Leben!

**A** Amen

**V** Gott, segne du uns mit dem erstaunlichen und schöpferischen Geheimnis deiner Geistesgegenwart in unserem Alltag!

**A** Amen