



# Damit ihr Hoffnung habt

nach 1 Petrus 1,21

**Hausgottesdienst in der österlichen Bußzeit  
Montag, 10. März 2025**

### Vorbereitung:

- Legen Sie für die Mitfeiernden eine Gebetsvorlage und nach Bedarf ein Gotteslob bereit.
- Vereinbaren Sie, wer welchen Textabschnitt übernimmt.  
**V** Vorbeterin | Vorbeter **L1** Leserin | Leser **L2** Leserin | Leser  
**A** Alle
- Vielleicht können Sie mit Instrumenten die Lieder begleiten oder Sie suchen sich vorher aus dem Internet eine gesangliche Unterstützung heraus. Die meisten Lieder finden Sie bei [www.katholisch.de](http://www.katholisch.de). Es sind z.T. auch zwei Lieder zur Auswahl angeboten.
- Entzünden Sie in Ihrer Mitte eine Kerze. Legen Sie die Bibel dazu und stellen Sie eine Schale mit (Weih-)Wasser dazu.
- Wenn Sie den Gottesdienst mit Kindern feiern, legen Sie Malstifte und Malblock oder Blanko-Karten bereit.

## ERÖFFNUNG – KREUZZEICHEN

- V** Wir beginnen unser Gebet im Zeichen des Kreuzes.  
+ Im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes.
- A** Amen.

♪ **Lied Liebster Jesu, wir sind hier** (GL 149,1)  
Oder: Wo zwei oder drei (GL 714)

1. *Liebster Jesu, wir sind hier, / dich und dein Wort anzuhören; / lenke Sinnen und Begier / hin zu deinen Himmelslehren, / dass die Herzen von der Erden / ganz zu dir gezogen werden.*

## HINFÜHRUNG

- L1** Wir leben in einer sehr bewegten Zeit. Viele Menschen fragen sich: Wie wird es weitergehen? Wann werden die Kriege enden? Werden wir die Klimakrise bewältigen? In welcher Welt werden unsere Kinder aufwachsen? Was bringt die Zukunft?

**L2** In diesem Heiligen Jahr sind wir eingeladen, der Hoffnung Raum zu geben. So schreibt Papst Franziskus in seiner Verkündigungsbulle zum Heiligen Jahr:

**L1** „Im Herzen eines jeden Menschen lebt die Hoffnung als Wunsch und Erwartung des Guten, auch wenn er nicht weiß, was das Morgen bringen wird. Die Unvorhersehbarkeit der Zukunft ruft jedoch teilweise widersprüchliche Gefühle hervor: von der Zuversicht zur Angst, von der Gelassenheit zur Verzweiflung, von der Gewissheit zum Zweifel. Oft begegnen wir entmutigten Menschen, die mit Skepsis und Pessimismus in die Zukunft blicken, so als ob ihnen nichts Glück bereiten könnte. Möge das Heilige Jahr für alle eine Gelegenheit sein, die Hoffnung wieder aufleben zu lassen. Das Wort Gottes hilft uns, Gründe dafür zu finden.“

**L2** Öffnen wir uns nun für Gott – für seine Gegenwart, für sein Wort.

## **KYRIE-RUFE**

**V** Herr, du bist in unserer Mitte. Herr, erbarme dich.

**A** Herr, erbarme dich.

**V** Herr, du schenkst uns dein Wort. Christus, erbarme dich.

**A** Christus, erbarme dich.

**V** Herr, du bist unsere Hoffnung. Herr, erbarme dich.

**A** Herr, erbarme dich.

## **GEBET**

**V** Herr, unser Gott, du kennst uns und bist uns nahe.  
Lass uns in deiner Gegenwart zur Ruhe kommen.

Lass unsere Gedanken und Sorgen schweigen  
und unsere Seele Atem holen.

**A** Amen.

**V** Lesung aus dem Evangelium nach Markus:

1<sup>14</sup>Nachdem Johannes ausgeliefert worden war, ging Jesus nach Galiläa; er verkündete das Evangelium Gottes <sup>15</sup>und sprach: Die Zeit ist erfüllt, das Reich Gottes ist nahe. Kehrt um und glaubt an das Evangelium!

<sup>16</sup>Als Jesus am See von Galiläa entlangging, sah er Simon und Andreas, den Bruder des Simon, die auf dem See ihre Netze auswarfen; sie waren nämlich Fischer. <sup>17</sup>Da sagte er zu ihnen: Kommt her, mir nach! Ich werde euch zu Menschenfischern machen. <sup>18</sup>Und sogleich ließen sie ihre Netze liegen und folgten ihm nach.

🎵 **Lied Liebster Jesu, wir sind hier** (GL 149,2+3)

Oder: Herr, gib uns Mut zum Hören (GL 448)

2. *Unser Wissen und Verstand / ist mit Finsternis verhüllet, / wo nicht  
deines Geistes Hand / uns mit hellem Licht erfüllet. / Gutes denken,  
tun und dichten / musst du selbst in uns verrichten.*
3. *O du Glanz der Herrlichkeit, / Licht vom Licht, aus Gott geboren, /  
mach uns allesamt bereit, / öffne Herzen, Mund und Ohren; / unser  
Bitten, Flehn und Singen / lass, Herr Jesu, wohl gelingen.*

## BESINNUNG – STILLE

**L1** Hören wir noch einmal auf einzelne Sätze im Evangelium.  
Was bedeuten sie für mich? Wie klingen sie für mich?

*Nach den einzelnen Sätzen halten wir einen Moment Stille. Es kann sich  
ein kurzer Austausch anschließen.*

Jesus sagt: „**Die Zeit ist erfüllt ...**“ –

**L2** Der rechte Augenblick ist da. Jetzt ist die Gelegenheit. Es tut sich  
die Chance auf. Jetzt. Doch wozu?

**L1** „... **das Reich Gottes ist nahe.**“ –

- L2 Gott ist da. Mitten unter uns. Seine Kraft. Sie ermöglicht uns ein gutes Leben.
- L1 **„Die Zeit ist erfüllt, das Reich Gottes ist nahe.“** –
- L2 Als der Verfasser des Markusevangeliums diese Worte Jesu aufschreibt, da war die Welt im Umbruch. In alle Unsicherheit hinein steht dieses Hoffnungswort: Das Reich Gottes ist nahe. Gott ist da. Gott befreit die Menschen von allem, was sie unter- und niederdrückt. Gott heilt. Diese Hoffnungsbotschaft gilt auch uns heute.
- L1 Jesus ruft: **„Kehrt um ...!“** –
- L2 Verändert eure – starre, gewohnte – Haltung! Bewegt euch, so dass ihr alles aus einem anderen Blickwinkel sehen könnt! Denkt um! Denkt neu! Bleibt neugierig! Fangt neu an!
- L1 **„... und glaubt an das Evangelium!“** –
- L2 Vertraut auf die gute Botschaft. Vertraut auf Jesus Christus. Schaut auf seine Worte und Taten. Schaut auf sein Leiden, Sterben und Auferstehen. Vertraut auf Jesu Nähe, auf Gottes Gegenwart.

## TAUFERINNERUNG

- L1 In dieser Fastenzeit sind wir eingeladen, neu anzufangen und wieder an den Anfang zu gehen. Gott ist da. Mitten unter uns. Er ist mit uns, was auch immer sein mag. Das hat er uns zugesagt und das haben wir in unserer Taufe gefeiert.
- L2 Das Weihwasser erinnert uns an diese Zusage. Wenn wir uns nun mit dem Wasser bekreuzigen, rufen wir uns das in Erinnerung.

*Jede/r taucht seine/ihre Finger in die Schale mit (Weih-)Wasser und bekreuzigt sich. Dazu kann jede/r für sich sagen: Gott, du bist da für mich.*

*Wenn Sie den Gottesdienst **mit Kindern** feiern, können sie den Kindern mit Weihwasser ein Kreuz auf die Stirn zeichnen und dem Kind zusagen: N., Gott ist da für dich.*

## 🎵 Lied Ich will dir danken (GL 433,1)

*Ich will dir danken, / weil du meinen Namen kennst, / Gott meines Lebens.*

### BESINNUNG – STILLE

**L1** Jesus ruft zur Umkehr auf und beruft seine ersten Jünger.

Er ruft auch uns zu: „**Komm her, mir nach!**“ –

**L2** Wer hinter Jesus hergeht, geht nicht im Dunkeln.

Wer auf Jesus schaut, kann hoffen.

Wer auf Jesu Wort hört, kann Mut fassen.

**L1** „**Ich werde euch zu Menschenfischern machen.**“ –

**L2** Ich brauche dich, damit die gute Nachricht weitergetragen wird.

Ich brauche dich, damit Menschen Gottes Liebe erfahren.

Ich brauche dich, damit Menschen Hoffnung haben.

**L1** Ich frage mich: Wo werde ich gebraucht?

Wem kann ich ein Wort, ein Zeichen der Hoffnung schenken?

Für wen kann ich etwas Gutes tun, damit die Hoffnung wächst?

*Stille*

### AKTION

*Wer mag, kann seine Gedanken auf einen kleinen Zettel schreiben.*

*Wer den Gottesdienst **mit Kindern** feiert, kann für jemanden ein Bild oder eine Karte gestalten oder vielleicht auch etwas basteln (z.B. eine Osterkerze verzieren ...) und ihr/ihm das schicken oder vorbeibringen.*

### GEBET

GL 19,4

**A** Herr, mach mich zu einem Werkzeug deines Friedens,

dass ich liebe, wo man hasst;

dass ich verzeihe, wo man beleidigt;

dass ich verbinde, wo Streit ist;

dass ich die Wahrheit sage, wo Irrtum ist;  
dass ich Glauben bringe, wo Zweifel droht;  
dass ich Hoffnung wecke, wo Verzweiflung quält;  
dass ich Licht entzünde, wo Finsternis regiert;  
dass ich Freude bringe, wo der Kummer wohnt.

Herr, lass mich trachten,  
nicht, dass ich getröstet werde, sondern dass ich tröste;  
nicht, dass ich verstanden werde, sondern dass ich verstehe;  
nicht, dass ich geliebt werde, sondern dass ich liebe.  
Denn wer sich hingibt, der empfängt;  
wer sich selbst vergisst, der findet;  
wer verzeiht, dem wird verziehen;  
und wer stirbt, der erwacht zum ewigen Leben. Amen.

## FÜRBITTEN UND VATERUNSER

- V** Gott, du bist unsere Hoffnung. Dir vertrauen wir unsere Anliegen und Sorgen an und rufen: Herr, erhöre uns.
- A** Herr, erhöre uns.
- L1** Für den Frieden in der Welt und für Versöhnung zwischen den Menschen und Völkern. –
- L2** Für die Menschen, die mit Angst und Sorge in die Zukunft blicken, weil sie in Not geraten sind, krank sind oder keinen Weg sehen. –
- L1** Für alle Menschen, die anderen Hoffnung geben durch ihr Dasein, ihre Hilfe, ihren Zuspruch. –
- L2** Für alle Christen, die sich auf das Osterfest vorbereiten. –
- V** All das, was uns bewegt und was wir auf dem Herzen haben, nehmen wir nun mit in das Vaterunser hinein:
- A** 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 unseren 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.

## SEGENSGEBET

- V** Gott, unser Vater, segne uns. Sei uns nahe auf unseren Wegen.  
Gib uns die Kraft, umzukehren und dir und deinem Wort zu folgen.
- A** + Im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes.  
Amen.

🎵 **Lied** **Wer nur den lieben Gott lässt walten** (GL 424,1)  
Oder: Herr, wir bitten komm und segne uns (GL 860)

1. *Wer nur den lieben Gott lässt walten / und hoffet auf ihn allezeit, / den wird er wunderbar erhalten / in aller Not und Traurigkeit. / Wer Gott, dem Allerhöchsten, traut, / der hat auf keinen Sand gebaut.*

### **Impuls für die Fastenzeit:**

*Das Wort Gottes hilft uns, Gründe der Hoffnung zu finden. Vielleicht nehmen Sie sich in der Fastenzeit bewusst Zeit, sich einen Satz, einen Gedanken aus der Bibel schenken zu lassen. Nehmen Sie es mit in den Tag oder in die Woche hinein. Z.B.: Tageslesung und –evangelium: <https://schott.erzabtei-beuron.de/>  
Bibelimpulse Fastenzeit <https://www.dioezese-linz.at/bibelwerk/aufatmen>  
Bibelimpulse <https://www.die-bibel.de/leseplaene/impulswoche>*

---

## Impressum

Diözese Regensburg KdöR 2025 | Hauptabteilung Seelsorge

Die Vorlage für den Hausgottesdienst in der Fastenzeit 2025 wurde erstellt von Pastoralreferentin Heidi Braun,  
Fachstelle Gemeindegatechese

Bild auf der Titelseite: Blüten der japanischen Zierquitten © Kristina Muntoi, In: pfarrbriefservice.de

Liedernachweis: Gotteslob - Katholisches Gebet und Gesangbuch. Ausgabe für das Bistum Regensburg 2013.

Bibeltexte: Einheitsübersetzung der Heiligen Schrift © 2016, Verlag Katholische Bibelanstalt GmbH, Stuttgart.

Zitat S. 3 aus der Verkündigungsbulle zum Heiligen Jahr 2025 „Spes non confundit“ – „Die Hoffnung enttäuscht nicht“ von Papst Franziskus