

Dritter Sonntag der Fastenzeit (A) – 08.03.2026

Ex 17,3–7; Röm 5,1–2.5–8; Joh 4,5–42

**Jesus Christus, unser Herr, teilt sein Leben mit uns.
Seine grenzenlose Liebe sei mit euch!**

EINFÜHRUNG

Wir kommen zu dieser Feier, so wie wir sind – vielleicht dankbar für Gesundheit und Leben, vielleicht aber auch beschwert von dem, was vor Gott und vor anderen nicht so ist, wie wir es uns wünschen. Vielleicht spüren wir, dass wir unseren Partnern, unseren Kindern oder unseren Aufgaben nicht immer gerecht werden. Vielleicht ist unser Leben anders verlaufen, als wir es erhofft haben.

Ich habe einmal von einem kleinen Dorf gelesen, dessen einziger Brunnen ausgetrocknet war. Die Menschen suchten überall nach Wasser, doch erst ein Kind entdeckte in einer vergessenen Ecke ein winziges Rinnsal. Mit Geduld, Sorgfalt und etwas Grabarbeit wurde der Wasserfluss wiederhergestellt. Langsam, aber sicher kehrte das Leben zurück, und das ganze Dorf wurde neu

belebt. So begegnet Gott auch uns. Selbst wenn wir uns übersehen, zerbrochen oder innerlich leer fühlen – er sieht unseren Durst. Er lädt uns ein, tief zu trinken von seiner Liebe und seiner Barmherzigkeit.

Öffnen wir uns seiner Liebe, die uns in Jesus Christus offenbart ist. Er teilt sein Leben mit uns und schenkt uns das lebendige Wasser, das Herz und Seele erfrischt. Seine grenzenlose Liebe sei mit euch!

BUßAKT

Herr Jesus Christus,
du sprichst Worte, die erfrischen und Leben schenken wie lebendiges Wasser für die müde Seele.

Herr, erbarme dich.

Du hörst nicht auf, auf uns zuzugehen und uns immer wieder zu suchen, auch wenn wir uns verirren.

Christus, erbarme dich.

Du willst uns Orientierung und Kraft für unser Leben schenken und uns durch Prüfungen und Versuchungen führen. Herr, erbarme dich.

ABSOLUTIONSGEBET

Der gute und treue Gott, reich an Erbarmen und Liebe,
vergebe uns alles, was uns von ihm trennt.

Er erneuere unsere Herzen, heile unsere Wunden und
erfrische unseren Geist mit dem Wasser des Lebens.

Er führe uns zum ewigen Leben. Amen.

TAGESGEBET

Allmächtiger Gott, Quelle allen Lebens,
du erfrischst die Erde mit Wasser und erhältst uns durch
deinen Geist.

So wie wir Wasser zum Leben brauchen, so brauchen wir
täglich deinen lebensspendenden Geist – besonders in
Zeiten von Durst, Müdigkeit und Zweifel.

Hilf uns, deinem Geist in einfachen Dingen zu begegnen:
in einem guten Wort, in Menschen, die für uns da sind, in
Momenten der Stille und des Gebets.

Hilf uns, dieses lebendige Wasser weiterzugeben, wie
Jesus es getan hat.

Lehre uns, Kanäle deiner Liebe, deiner Freude und deiner
Barmherzigkeit zu sein, damit die Welt durch deinen Geist
erneuert wird.

Darum bitten wir durch Jesus Christus, unseren Herrn, der
mit dir lebt und herrscht in Ewigkeit. Amen.

HOMILIE – „Wasser, das niemals versiegt“

Wer einmal in einem Getränkemarkt vor den Regalen mit
Mineralwasser steht, kennt das Dilemma: eine riesige
Auswahl – mit Kohlensäure oder ohne, natriumarm,
Tafelwasser, Quellwasser. Alles ist verfügbar. „Wasser ist
nicht gleich Wasser.“ Dieser einfache Gedanke bekommt
im heutigen Evangelium eine tiefere Bedeutung. Johannes
erzählt von der Begegnung Jesu mit einer Frau aus
Samaritanen am Jakobsbrunnen. Beide sprechen von Wasser
– und doch reden sie zunächst aneinander vorbei. „Wasser
ist nicht gleich Wasser“, scheint Jesus zu sagen: Nicht
jeder Durst ist gleich, und nicht jede Erleichterung hält an.

Stellen wir uns ein Kind in der Wüste vor, barfuß unter der
brennenden Sonne. Jeder Schritt ist schwer, jeder

Atemzug heiß. In der Ferne sieht das Kind plötzlich ein Glänzen – einen Brunnen. Hoffnung keimt auf, die Schritte werden schneller. Das Kind schöpft Wasser und trinkt gierig. Für den Moment ist der Durst gestillt. Doch bald kehrt er zurück. So ist auch unser Leben. Vieles verschafft uns kurzfristige Erleichterung – Erfolg, Beziehungen, Besitz –, doch der tiefste Durst unseres Herzens bleibt.

Das heutige Evangelium erzählt von diesem inneren Durst: vom Durst nach Leben, Sinn, Liebe und Gott. Die samaritanische Frau kommt zur Mittagszeit zum Brunnen, vermutlich nur, um Wasser zu holen. Sie erwartet eine gewöhnliche Begegnung. Doch Jesus überrascht sie mit einer einfachen Bitte: „Gib mir zu trinken.“ Eine kleine, menschliche Anfrage – und doch öffnet sie den Raum für etwas Großes.

Wasser ist mehr als Wasser

Zunächst reden beide aneinander vorbei. Sie denkt an gewöhnliches Wasser, er spricht vom lebendigen Wasser. Jesus sagt ihr behutsam: „Wer von dem Wasser trinkt, das ich ihm gebe, wird niemals mehr Durst haben.“

Gewöhnliches Wasser stillt nur für kurze Zeit, das Wasser Jesu aber stillt die tiefsten Sehnsüchte. In der Heiligen Schrift ist Wasser nie nur Wasser – es steht für Leben, Erneuerung und Gottes Liebe. Der Psalmist sagt: „Wie der Hirsch lechzt nach frischem Wasser, so lechzt meine Seele nach dir, o Gott.“

Wie die Frau am Brunnen tragen auch wir unseren Durst in uns. Vielleicht sehnen wir uns nach Glück, Anerkennung oder Liebe. Vielleicht sind wir müde von der Trockenheit des Lebens, von gebrochenen Versprechen und flüchtigen Freuden. Das lebendige Wasser, das Jesus schenkt, verwandelt diesen Durst in erfülltes Leben, Freude und Sinn.

Die unerwartete Botin

Bemerkenswert ist nicht nur das Wasser, sondern auch die Frau selbst. Ausgegrenzt, beurteilt, geringgeschätzt – leicht hätte man sie übersehen können. Doch Jesus wählt gerade sie als Zeugin. Sie wird zur Quelle für andere. Nach der Begegnung lässt sie ihren Wasserkrug stehen und läuft in die Stadt: „Kommt und seht einen Menschen,

der mir alles gesagt hat, was ich getan habe. Ist er vielleicht der Messias?“

Das erinnert an ein einfaches Experiment: Ein junger Mann bittet Fremde, kurz ein Telefon ausleihen zu dürfen.

Manche helfen sofort, andere zögern. Der Unterschied liegt oft in unsichtbaren Vorurteilen. Wie oft werden Menschen übersehen. Die samaritanische Frau erlebt das Gegenteil: Sie wird gesehen, gehört und ernst genommen. Ihr Zeugnis führt viele zum Glauben. Gott wirkt oft durch unerwartete Menschen auf unerwartete Weise. Vielleicht sind auch wir berufen, Quellen lebendigen Wassers zu sein.

Eine weitere kleine Geschichte: Eine junge Lehrerin bemerkt einen stillen Schüler, der immer allein sitzt. Eines Tages bittet sie ihn, laut vorzulesen. Sein Selbstvertrauen wächst, und bald beginnt er, anderen zu helfen. Eine kleine Geste der Anerkennung wird zum Lebensimpuls. Genau das tut Jesus am Brunnen: Er sieht jemanden, den andere übersehen, und macht sie zur Quelle für viele.

Der Durst nach wahrem Leben

Wir verbringen unser Leben auf der Suche nach Glück – in Gesundheit, Beziehungen, Beruf, Hobbys oder Abenteuern. Doch wie das Kind in der Wüste hält die Erleichterung nie lange an. Die heilige Teresa von Ávila sagt: „Gott allein genügt.“ Und der heilige Augustinus bekennt: „Unruhig ist unser Herz, bis es ruht in dir.“

Jesus begegnet uns in unseren alltäglichen „Brunnenmomenten“. Er kommt zu uns, wie wir sind, mit all unseren Brüchen, und bietet uns, was die Welt nicht geben kann: lebendiges Wasser, das unser Leben verwandelt. Fasten, Gebet und Besinnung in der Fastenzeit helfen uns, diesen Durst wahrzunehmen, den wir oft mit Ablenkungen überdecken.

Unter die Oberfläche schauen

Viele fragen: „Wie geht es dir?“ – aber selten hören wir eine ehrliche Antwort. Wir tragen Masken und verstecken unsere Not. Jesus jedoch schaut tiefer. Er sieht unsere Sehnsucht, hört unsere Fragen, kennt unser Versagen und schenkt uns das Wasser, das wirklich sättigt. Geistliches

Leben beginnt dort, wo wir unseren Durst anerkennen und Gott ihn füllen lassen.

Die Sehnsucht als Geschenk

Jede Sehnsucht ist ein Geschenk: das Kind, das auf den Geburtstag wartet, der junge Mensch, der nach Freiheit sucht, der Kranke, der Trost erhofft. Gott legt diese Sehnsüchte in uns, um uns zu sich zu führen. Die samaritanische Frau erkennt ihre erst nach der Begegnung mit Jesus. Ihr gewöhnlicher Gang zum Brunnen wird zum Wendepunkt ihres Lebens – und des ganzen Dorfes.

Selbst zur Quelle werden

Jesus stillt nicht nur ihren Durst, er macht sie selbst zur Quelle. Das ist das größte Geschenk: Unsere Gottesbegegnung ist nie nur für uns selbst. Sie fließt weiter. Familie, Freunde, Nachbarn und Fremde dürfen daraus schöpfen, wenn wir Gottes Liebe Raum geben.

Eine letzte Geschichte

Ich las einmal von einer Stadt, die von Dürre geplagt war. Die Brunnen versiegten, die Hoffnung schwand. Eine Frau

begann, mit einer kleinen Handpumpe Wasser zu teilen, vorsichtig und gerecht. Ihr Beispiel ermutigte andere. Gemeinsam gruben und pflanzten sie – und schließlich kehrte das Wasser zurück. Die Bereitschaft einer Einzelnen ließ die Wüste blühen.

So kommt auch Gottes lebendiges Wasser zu uns: nicht nur, um unseren Durst zu stillen, sondern um uns selbst zu Quellen für andere zu machen. Die samaritanische Frau zeigt uns: Gewöhnliche Menschen, gewöhnliche Momente und einfache Offenheit werden in Gottes Hand außergewöhnlich.

Liebe Schwestern und Brüder, suchen wir in dieser Fastenzeit das lebendige Wasser. Gehen wir tiefer als das Oberflächliche, nehmen wir unseren Durst ernst und teilen wir, was wir empfangen. Trinken wir aus der Quelle von Gottes Liebe – und lassen wir unsere Krüge stehen, damit auch andere kommen und trinken können.

Amen.

EINLADUNG ZUM GLAUBENSBEKENNTNIS

Wie die samaritanische Frau am Brunnen kennen auch wir einen Durst, den die Welt nicht stillen kann. Jesus schenkt uns das lebendige Wasser, das unser Leben verwandelt. Er lädt uns ein, ihm zu antworten, unsere Bedürftigkeit anzuerkennen und unseren Glauben an ihn zu bekennen.

Lasst uns nun gemeinsam unseren Glauben bekennen an Jesus Christus, die Quelle des lebendigen Wassers.

EINLADUNG ZUR GABENBEREITUNG

Bringen wir Brot und Wein vor den Herrn, der uns mit lebendigem Wasser erfrischt. Mögen diese Gaben uns stärken und auch für andere zur Quelle des Lebens werden. Öffnen wir unsere Herzen in Dankbarkeit und Demut für Gottes Gnade und Barmherzigkeit.

GABENGEBET

Guter und liebender Gott,
wir legen Brot und Wein auf deinen Altar, Gaben der Schöpfung und Zeichen unseres Lebens.

Komm uns in diesen einfachen Zeichen nahe und hilf uns, einander mit offenen Herzen zu begegnen, bereit zu vergeben und zu tragen.

Stärke uns auf dem Weg, den Jesus, dein Sohn und unser Bruder, uns gezeigt hat – den Weg der Demut, des Dienstes und der Liebe.

Schenke uns den Mut, dir im Armen, im Einsamen und im Verwundeten zu begegnen, und deine Freude großzügig zu teilen.

Darum bitten wir durch Christus, unseren Herrn. Amen.

PRÄFATION

In Wahrheit ist es würdig und recht, dir, Herr, heiliger Vater, allmächtiger und ewiger Gott, immer und überall zu danken.

Denn du bist die Quelle allen Lebens und aller Gaben. In unserem täglichen Durst, in unseren Mühen und in der Müdigkeit unseres Herzens schenkst du uns lebendiges Wasser durch deinen Sohn Jesus Christus. Er begegnet uns, wie wir sind, auch in Zweifel und Einsamkeit, und ruft

uns zu neuem Leben. In ihm werden Ausgegrenzte aufgenommen, Müde erfrischt, Sünder vergeben und Demütige erhöht. Durch sein Wort und sein Handeln strömt deine Barmherzigkeit zu allen Menschen.

Durch ihn erneuerst du die Schöpfung: Verdurrites Land wird zur Quelle des Segens, trockene Seelen finden Erfrischung, und Herzen, die nach Gerechtigkeit und Wahrheit dürsten, werden gestärkt. Er lehrt uns zu lieben, zu vergeben und die empfangenen Gaben zu teilen. In ihm erkennen wir die Fülle deines Heilsplans und die Freude der Gemeinschaft mit dir.

Darum singen wir mit den Engeln und Heiligen den Lobgesang deiner Herrlichkeit und preisen dich ohne Ende:

EINLADUNG ZUM VATERUNSER

Voller Vertrauen wenden wir uns an Gott und nennen ihn „Vater“. Gemeinsam beten wir, wie Jesus es uns gelehrt hat, im Wissen, dass er uns hört und unseren Weg begleitet.

EMBOLISMUS

Herr, nimm dieses Opfer und das Gebet deiner Kirche an. Sende deinen Heiligen Geist auf uns und auf diese Gaben, damit sie für uns Leib und Blut deines Sohnes Jesus Christus werden.

Stärke uns mit dem lebendigen Wasser deiner Gnade, damit wir den Durst der Müden stillen, Hoffnung schenken und Zeugen deiner Liebe sind. Lass die Freude dieses Mahles in unser tägliches Leben überfließen. Darum bitten wir dich, während wir voll Hoffnung das Kommen unseres Erlösers Jesus Christus erwarten.

FRIEDENSGEBET

Herr Jesus Christus, du bist der Quell des wahren Friedens, das Wasser, das unsere Herzen erfrischt und unsere Unruhe stillt. Schenke uns ein Leben in Einheit mit dir, miteinander und mit der ganzen Schöpfung.

Wo Streit ist, lass uns Versöhnung säen;
wo Hoffnungslosigkeit herrscht, Hoffnung schenken;
wo Unverständnis ist, Geduld und Offenheit zeigen.

Mache uns zu Werkzeugen deines Friedens in einer Welt,
die nach Barmherzigkeit, Gerechtigkeit und Liebe dürstet.
Du lebst und herrschst in Ewigkeit. Amen.

EINLADUNG ZUR KOMMUNION

Seht das Lamm Gottes, das die Sünde der Welt
hinwegnimmt.

Selig, die zum Mahl des Lammes geladen sind.
Hier finden wir Vergebung, Heilung und neue Kraft.

MEDITATION NACH DER KOMMUNION

Wir haben vom lebendigen Wasser Christi getrunken.
Gehen wir nun hinaus als Kanäle seiner Barmherzigkeit.
Kleine Gesten – ein offenes Ohr, ein freundliches Wort,
eine helfende Hand – können für andere Quellen des
Lebens sein.
Unsere Herzen sind erneuert. Lassen wir diese
Erneuerung weiterfließen in Familie, Gemeinde und Welt.

SCHLUSSGEBET

Guter Gott,
du bist wie eine sprudelnde Quelle für unser Leben.

Du nährst uns, schenkst Kraft, klärst unsere Gedanken
und weckst neue Hoffnung.

Unruhig ist unser Herz, bis es ruht in dir.

Sieh unsere Sehnsucht nach Glück und Geborgenheit.

Erbarme dich unserer Armut und Leere.

Erfülle uns mit deiner Liebe und deinem Segen.

Erhalte in uns den Hunger und Durst nach dir und stärke
uns, diese Liebe weiterzugeben.

Darum bitten wir durch Jesus Christus, unseren Bruder
und Herrn. Amen.

SEGEN

Der Herr, der mit uns durch alle Wüsten des Lebens geht,
stärke euch mit Mut und Hoffnung.

Er erfrische euren Geist mit dem lebendigen Wasser
seiner Liebe.

Er begleite eure Schritte, damit ihr seine Barmherzigkeit weitertragt.

So segne euch der allmächtige Gott,
der Vater und der Sohn und der Heilige Geist. Amen.

ENTLASSUNG

Geht hin in Frieden und verherrlicht den Herrn durch euer Leben.

GEDANKE ZUM MITNEHMEN

Trinkt tief aus Gottes lebendigem Wasser und lasst euer Leben für andere zur Quelle von Hoffnung, Trost und Liebe werden. Unterschätzt kleine Gesten der Güte nicht – sie sind Ströme des Lebens in einer durstigen Welt.

Montag der 3. Fastenwoche – 09.03.2026

2 Kön 5,1–15; Lk 4,24–30

EINFÜHRUNG

Eine Lehrerin erzählte einmal, dass es sie sehr verunsichert habe, als ein Schüler ihr respektvoll, aber offen die Wahrheit sagte. In diesem Moment fühlte sie sich bloßgestellt und ging innerlich in Abwehr. Mit der Zeit aber erkannte sie: Diese ehrliche Rückmeldung schwächte ihre Autorität nicht – sie stärkte das Vertrauen und half ihr, zu wachsen. Wahrheit, die in Liebe gesprochen wird, kann uns zunächst erschüttern, bevor sie heilend wirkt. Die heutigen Lesungen sprechen von genau dieser unbequemen Wahrheit. Naaman, ein fremder Heerführer, wird von Gott geheilt, weil er demütig zuhört. Jesus erinnert in der Synagoge seiner Heimatstadt daran, dass Gottes rettende Liebe kein Besitz und kein Vorrecht ist. Sie lässt sich nicht auf jene begrenzen, die meinen, Anspruch auf sie zu haben. Gottes Erbarmen überschreitet Grenzen, stellt Selbstverständlichkeiten infrage und bleibt nicht dort, wo alles vertraut und sicher erscheint.

Zu Beginn dieser Eucharistie sind wir eingeladen, ehrlich auf unser eigenes Herz zu schauen. Sind wir offen für einen Gott, der uns überrascht, der größer liebt, als wir erwarten? Sind wir bereit, eine Wahrheit zu hören, die uns vielleicht beunruhigt, uns aber letztlich frei macht?

So treten wir vor den Herrn und bitten um die Gnade, seine Barmherzigkeit anzunehmen und uns von ihr verwandeln zu lassen.

BUßAKT

Der Herr kommt, um unsere Herzen zu weiten und zu heilen, was wir festhalten.

Lasst uns unsere Sünden bekennen und ihn um sein Erbarmen bitten.

Herr Jesus, du sprichst eine Wahrheit, die uns zur Umkehr ruft. Herr, erbarme dich.

Christus Jesus, du offenbarst einen Gott, dessen Barmherzigkeit keine Grenzen kennt.

Christus, erbarme dich.

Herr Jesus, du lädst uns ein, so großzügig zu lieben, wie du liebst. Herr, erbarme dich.

ABSOLUTIONSGEBET

Der allmächtige Gott,
reich an Erbarmen und geduldig in der Liebe,
vergebe uns, wo wir unser Herz vor seiner Wahrheit verschließen,
heile uns, wo Angst unseren Geist verhärtet,
und führe uns in die Freiheit seiner vergebenden Gnade.
Darum bitten wir durch Christus, unseren Herrn. Amen.

TAGESGEBET

Gott voll grenzenloser Barmherzigkeit,
du hast den fremden Naaman gereinigt
und durch deinen Sohn deine rettende Wahrheit verkündet,
auch dort, wo sie zurückgewiesen wurde.
Befreie uns von engen Herzen und ängstlichem Glauben
und lehre uns, uns zu freuen an einer Liebe,
die alle Menschen und alle Orte erreicht.
Darum bitten wir durch unseren Herrn Jesus Christus,
deinen Sohn, der mit dir lebt und herrscht in der Einheit
des Heiligen Geistes, Gott von Ewigkeit zu Ewigkeit.
Amen.

HOMILIE

Vor einigen Jahren erzählte eine Lehrerin aus einer Kleinstadt folgende Begebenheit: Eines Tages sprach ein Schüler sie offen auf einen Fehler bei der Benotung an. Zuerst war sie beschämt und sogar verärgert. Später jedoch erkannte sie, dass die Ehrlichkeit des Schülers ihr geholfen hatte, ihre Arbeit zu verbessern, und dass das Vertrauen in der Klasse gewachsen war. Die Wahrheit auszusprechen kann unangenehm sein und manchmal undankbar wirken – doch sie kann Klarheit bringen und Wachstum ermöglichen.

Im heutigen Evangelium erleben wir Jesus, der die Wahrheit auf eine mutige und herausfordernde Weise ausspricht. Als er die Synagoge in Nazareth besucht, erwarten die Menschen tröstende Worte, vielleicht vertraute Wundererzählungen oder die Zusicherung, dass Gott ihre Stadt und ihr Volk besonders bevorzugt. Doch Jesus erinnert sie an die Propheten Elija und Elischa, die Gottes Hilfe Fremden erwiesen – der Witwe von Sarepta und dem syrischen Feldhauptmann Naaman. Damit macht

er deutlich: Gottes Liebe ist nicht auf Israel begrenzt. Sie reicht über Grenzen hinaus, über Nationalität hinweg, sogar zu jenen, die als Feinde galten.

Die Reaktion der Menschen in Nazareth ist Wut. Ihre Erwartungen werden zerstört. Sie wollen nicht hören, dass Gott die Fremden ebenso liebt wie sie selbst. Doch Jesus lässt sich nicht aufhalten. Er geht seinen Weg weiter und verkündet ein Gottesbild, das großzügig, offen und weit ist. Diese Herausforderung gilt auch uns heute. Wir sind eingeladen, ehrlich zu prüfen, welches Bild wir von Gott haben. Begrenzen wir seine Liebe auf Menschen, die uns ähnlich sind, die zu uns gehören oder unseren Vorstellungen entsprechen? Oder lassen wir uns auf Jesu Vision ein: auf einen Gott, dessen Erbarmen jeden Winkel der Menschheit erreicht?

Jesu Worte anzunehmen ist nicht immer bequem.

Manchmal stellen sie unsere Vorurteile, unsere Enge oder sogar unseren Zorn bloß. Wie die Menschen von Nazareth könnten auch wir versucht sein, das zurückzuweisen, was uns herausfordert. Doch das Evangelium lädt uns ein, über

die erste Abwehr hinauszugehen, das Gute in dem zu erkennen, was wir zunächst ablehnen, und unser Leben von Gottes weiter Sicht prägen zu lassen. Wie die Propheten berufen auch wir, Boten der Barmherzigkeit zu sein – ohne Grenzen, besonders für jene, die leicht übersehen oder ausgeschlossen werden.

Zum Schluss noch eine weitere Erfahrung: Ein ehrenamtlicher Helfer in einem Flüchtlingszentrum erzählte, dass ein Neuankömmling sein erstes Angebot einer warmen Mahlzeit misstrauisch ablehnte. Doch durch kleine, beständige Gesten der Fürsorge wuchs mit der Zeit Vertrauen, und schließlich entstand Freundschaft. So wirkt auch Gottes Liebe. Selbst wenn sie anfangs zurückgewiesen wird, bleibt seine Wahrheit und sein Erbarmen wirksam und erreicht Herzen auf Wegen, die wir nicht immer sehen. Öffnen wir heute unsere Herzen für die Wahrheit Jesu und lassen wir unser Leben zu einem Zeichen seiner barmherzigen, alle einschließenden Liebe werden.

EINLADUNG ZUR GABENBEREITUNG

Betet, Schwestern und Brüder,
dass unsere Gaben uns helfen,
unsere Grenzen loszulassen
und neu auf Gottes großzügige Barmherzigkeit zu vertrauen, zum Wohl aller Menschen
und zur Ehre seines Namens.

GABENGEBET

Herr, unser Gott,
nimm die Gaben an, die wir vor dich bringen,
und läutere mit ihnen auch unsere Absichten.
Befreie uns von Stolz, Vorurteilen und Angst
und mache uns zu Werkzeugen deiner Barmherzigkeit
für alle, die du liebst.
Darum bitten wir durch Christus, unseren Herrn. Amen.

PRÄFATION

In Wahrheit ist es würdig und recht,
dir, heiliger Vater,
immer und überall zu danken,
allmächtiger und ewiger Gott.
Denn du bist nicht der Gott eines einzigen Volkes,
sondern der Vater aller Menschen,
und dein Erbarmen reicht weiter
als alle Grenzen, die wir ziehen.
Durch die Propheten hast du dein rettendes Wirken
offenbart,
und in deinem Sohn eine Wahrheit verkündet,
die die Selbstzufriedenen beunruhigt
und die Demütigen heilt.
Als dein Sohn von denen abgelehnt wurde,
die meinten, ihn zu kennen,
entzog er seine Liebe nicht,
sondern ging seinen Weg der Barmherzigkeit weiter:
Er schenkte Heilung den Fremden,
Hoffnung den Vergessenen

und Leben allen, die zu vertrauen wagen.
Darum singen wir mit den Engeln und Erzengeln
und mit allen Heiligen,
die sich an deiner rettenden Liebe freuen,
zu deinem Lob ohne Ende:
Heilig, Heilig, Heilig ...

EINLADUNG ZUM VATERUNSER

Auf das Wort unseres Erlösers hin
und im Vertrauen auf einen Vater,
dessen Liebe alle seine Kinder erreicht,
und im Glauben an ein Erbarmen,
das größer ist als unsere Angst, beten wir:

EMBOLISMUS

Erlöse uns, Herr, allmächtiger Vater, von allem Bösen,
besonders von der Angst, die unsere Herzen verschließt,
und vom Stolz, der deine Gnade begrenzt.
Gib Frieden in unseren Tagen.
Komm uns zu Hilfe mit deinem Erbarmen

und bewahre uns vor Verwirrung und Sünde,
damit wir voll Zuversicht
das Kommen unseres Erlösers Jesus Christus erwarten.

FRIEDENSGEBET

Herr Jesus Christus,
du bist durch Ablehnung gegangen, ohne zu hassen,
und hast die Wahrheit gesprochen, ohne Gewalt.
Sieh nicht auf unsere Ängste und Spaltungen,
sondern auf den Glauben deiner Kirche
und schenke ihr nach deinem Willen
Einheit und Frieden.
Der du lebst und herrschst in Ewigkeit. Amen.

EINLADUNG ZUR KOMMUNION

Seht das Lamm Gottes,
das hinwegnimmt die Sünde der Welt,
das nicht für wenige kommt,
sondern für alle, die nach Erbarmen hungern.
Selig, die zum Mahl des Lammes geladen sind.

MEDITATION NACH DER KOMMUNION

Der gleiche Christus,
der die Herzen in Nazareth herausforderte,
wohnt nun in uns.
Seine Wahrheit kann uns noch immer beunruhigen,
doch sein Erbarmen heilt tiefer, als es verwundet.
Verweilen wir still bei der Gnade, die wir empfangen
haben,
und bitten wir um Herzen,
die weit genug sind, so zu lieben, wie er liebt.

SCHLUSSGEBET

Herr, unser Gott,
du hast uns mit dem Brot des Himmels gestärkt.
Hilf uns, das zu leben, was wir empfangen haben,
damit deine Barmherzigkeit sichtbar wird
in unseren Worten, unseren Entscheidungen
und in der Art, wie wir andere aufnehmen.
Darum bitten wir durch Christus, unseren Herrn. Amen.

SEGEN

Der Herr segne euch
mit Herzen, die offen sind für seine Wahrheit,
auch wenn sie herausfordert.
Christus stärke euch,
über Grenzen und Erwartungen hinaus zu lieben.
Der Heilige Geist begleite euch,
damit ihr Zeichen der Barmherzigkeit
in einer geteilten Welt seid.
So segne euch der allmächtige Gott,
der Vater und der Sohn ✠ und der Heilige Geist. Amen.

ENTLASSUNG

Geht hin in Frieden
und verherrlicht den Herrn durch ein Leben
voll großzügiger Barmherzigkeit.

GEDANKE ZUM MITNEHMEN

Gottes Barmherzigkeit wird nicht weniger,
wenn man sie teilt –
sie wird sichtbar.

Dienstag der 3. Fastenwoche – 10.03.2026

Daniel 3,25.34–43; Matthäus 18,21–35

EINFÜHRUNG

Vor einigen Jahren wurde die Welt durch die Tragödie von Christchurch erschüttert. Angesichts unsäglicher Gewalt und großen Verlustes sprach ein Mann, der seine Frau verloren hatte, Worte, die viele tief bewegten: „Ich trage keinen Groll.“

Seine Reaktion leugnete den Schmerz nicht und spielte das Leid nicht herunter, sondern offenbarte eine Kraft, die größer ist als Zorn – eine Barmherzigkeit, die dem Hass nicht das letzte Wort überließ. In diesem Moment wurde sichtbar, wie Vergebung selbst in den dunkelsten Umständen zu einer Quelle der Heilung werden kann. Die heutigen Lesungen laden uns ein, ehrlich auf unser eigenes Herz zu schauen. Wie der Knecht im Evangelium empfangen auch wir oft Barmherzigkeit großzügiger, als wir bereit sind, sie weiterzugeben. Gott begegnet uns immer wieder mit Mitgefühl, erlässt uns Schulden, die wir niemals zurückzahlen könnten, und schenkt uns geduldig

Zeit, neu zu beginnen. Doch es fällt uns schwer, diese Geduld und Barmherzigkeit auch anderen entgegenzubringen.

Wenn wir uns in dieser Eucharistie versammeln, besonders in dieser Zeit der Fastenzeit, kommen wir nicht als Vollkommene, sondern als Menschen, die der Vergebung bedürfen. Lassen wir zu, dass Gottes Barmherzigkeit uns tief berührt, unsere Herzen weich macht und uns lehrt, zu vergeben, ohne die Kosten zu zählen – damit unser Leben wirklich die Barmherzigkeit widerspiegelt, die wir an diesem Altar empfangen.

BUßAKT

Schwestern und Brüder, im Vertrauen nicht auf unsere eigene Gerechtigkeit, sondern auf die Barmherzigkeit Gottes, wollen wir unsere Sünden bekennen und uns bereiten, diese heiligen Geheimnisse zu feiern.

Herr Jesus Christus, du wirst nicht müde, uns zu vergeben.

Herr, erbarme dich.

Christus Jesus, du lehrst uns, ohne Maß zu vergeben.

Christus, erbarme dich.

Herr Jesus Christus, du richtest uns auf, wenn wir mit demütigem Herzen zu dir zurückkehren.

Herr, erbarme dich.

ABSOLUTIONSGEBET

Der allmächtige Gott, reich an Barmherzigkeit und langsam zum Zorn, schaue voll Erbarmen auf uns, vergebe uns unsere Sünden, heile, was in uns verwundet ist, und führe uns zum ewigen Leben. Amen.

TAGESGEBET

Gott grenzenlosen Erbarmens, du weist den Sünder nicht zurück, der deine Barmherzigkeit sucht.

Schenke uns die Gnade zu erkennen, wie tief wir selbst vergeben sind, damit unsere Herzen von Bitterkeit befreit werden und großherzig werden in Liebe und Geduld gegenüber anderen.

Darum bitten wir durch Jesus Christus, deinen Sohn, der mit dir lebt und herrscht in der Einheit des Heiligen Geistes, Gott von Ewigkeit zu Ewigkeit. Amen.

HOMILIE – Das Maß der Barmherzigkeit

Ich möchte mit einer Geschichte beginnen, die mich nicht losgelassen hat. Nach den tragischen Tötungen in Christchurch verlor ein muslimischer Mann im Rollstuhl seine Frau, die versucht hatte, ihn zu schützen. Am nächsten Tag wurde er gefragt, was er dem Massenmörder sagen würde, wenn er ihm begegnete. Mit erstaunlicher Ruhe antwortete er: „Ich hoffe und bete, dass er eines Tages ein guter Mensch wird. Ich trage keinen Groll.“

Ein Mann, der mit unvorstellbarem Verlust konfrontiert war, entschied sich für Vergebung. Diese Großherzigkeit beschämt uns. In diesem Moment bekommen wir einen Blick auf Gottes Barmherzigkeit im menschlichen Handeln.

Die heutigen Lesungen stellen uns genau vor diese Herausforderung. Im Evangelium erzählt Jesus das Gleichnis von einem Knecht, der seinem König eine ungeheure Schuld schuldet – zehntausend Talente, eine Summe, die niemals zurückgezahlt werden konnte. Der König lässt sich von Mitleid bewegen und erlässt ihm die

Schuld vollständig. Man kann sich die Erleichterung, die Freiheit und die Dankbarkeit dieses Knechtes vorstellen. Doch kurz darauf begegnet er einem Mitknecht, der ihm eine vergleichsweise geringe Summe schuldet. Trotz der Barmherzigkeit, die er selbst erfahren hat, verweigert er die Vergebung und lässt den Mann ins Gefängnis werfen.

Warum handelt er so? Warum kann jemand, der grenzenlose Barmherzigkeit erfahren hat, nicht einmal einen kleinen Teil davon weitergeben? Vielleicht hat er die Tiefe dessen, was ihm geschenkt wurde, nicht wirklich verstanden. Vielleicht haben Zorn und Stolz sein Herz verhärtet. Jesu Warnung ist klar: Gott nimmt unser Handeln ernst. Unsere Bereitschaft – oder unsere Weigerung – zu vergeben zeigt, ob wir Gottes Liebe und Barmherzigkeit wirklich angenommen haben.

Vergebung ist nicht leicht. Auch Petrus fragte Jesus: „Herr, wie oft muss ich meinem Bruder vergeben? Siebenmal?“ Jesu Antwort überraschte ihn: „Nicht siebenmal, sondern siebenundsiebzigmal.“ Vergebung kennt keine Grenze,

weil Gottes Barmherzigkeit keine Grenze kennt. Wir sind gerufen, diese Großzügigkeit widerzuspiegeln – nicht als einmalige Geste, sondern als Lebenshaltung.

Wie Asarja, einer der drei Männer im Feuerofen, sind wir eingeladen, uns an Gottes Erbarmen zu erinnern, uns ihm demütig zu nähern und um Vergebung für unsere eigenen Fehler zu bitten. Erst dann können wir wirklich barmherzig gegenüber anderen sein.

Das Gleichnis erinnert uns auch an das Geschenk der Zeit. Als der erste Knecht um Zeit bat, gewährte sie der König großzügig. Zeit steht für Geduld, Verständnis und die Möglichkeit zur Umkehr. Jemandem Zeit zu schenken – das Urteil zurückzuhalten – kann ein tiefer Akt der Barmherzigkeit sein. Oft ist das größte Geschenk, das wir einem Menschen machen können, genau dieses: Zeit. So wie Gott uns Zeit schenkt, um zu ihm zurückzukehren und in seiner Gnade zu wachsen.

In dieser Fastenzeit dürfen wir uns fragen: Wie großzügig ist unser Herz? Geben wir Barmherzigkeit so frei weiter,

wie sie uns geschenkt wird? Vergeben wir nicht nur siebenmal, nicht nur siebenundsiebzigmal, sondern so oft es nötig ist? Jesu Ruf ist anspruchsvoll – ja. Aber es ist ein Ruf, gottähnlich zu lieben und barmherzig zu sein.

Zum Schluss noch eine weitere Geschichte. Ein junger Mann erzählte einmal, wie sehr er einen Freund verletzt hatte. Als er ihn um Vergebung bat, wurde er ohne Zorn empfangen. Dieser Akt der Barmherzigkeit veränderte sein Leben: Die Beziehung wurde geheilt, und sein Herz öffnete sich neu für Gott.

Wie der vom König begnadigte Knecht oder der Mann, der dem Attentäter von Christchurch vergab, sind auch wir eingeladen, unser Herz von der Barmherzigkeit prägen zu lassen. Und wenn wir das tun, spiegeln wir die grenzenlose Liebe unseres himmlischen Vaters wider.

Mögen wir in dieser Fastenzeit lernen, zu vergeben, ohne die Kosten zu zählen, Barmherzigkeit frei zu schenken und anderen Zeit zu geben – damit unser Herz dem Herzen Gottes ähnlicher wird.

EINLADUNG ZUR GABENBEREITUNG

Betet, Schwestern und Brüder,
dass unser Opfer, geboren aus reuigen Herzen,
Gott, dem allmächtigen Vater, wohlgefalle.

GABENGEBET

Barmherziger Gott,
nimm diese Gaben an, die wir vor dich bringen,
wie du einst das demütige Gebet deiner Diener im
Feuerofen angenommen hast.
Sieh nicht auf unsere Fehler,
sondern auf die Barmherzigkeit, die du uns bereits
erwiesen hast.
Läutere unsere Absichten, erweiche unsere Herzen
und lehre uns durch dieses Opfer,
so frei zu vergeben, wie uns vergeben wurde.

Darum bitten wir durch Christus, unseren Herrn.
Amen.

PRÄFATION

In Wahrheit ist es würdig und recht,
dir, Herr, heiliger Vater, allmächtiger und ewiger Gott,
immer und überall zu danken.
Denn du bist reich an Barmherzigkeit und geduldig in der
Liebe. Immer wieder erlassest du uns unsere Schuld
und lädst uns ein, neu zu beginnen.
In deinem Sohn hast du eine grenzenlose Barmherzigkeit
offenbart, die uns nicht nur zur Vergebung einlädt,
sondern uns zu Werkzeugen der Vergebung in der Welt
macht.
In dieser Zeit der Fastenzeit schenkst du uns Zeit –
Zeit zur Umkehr, Zeit zur Heilung,
Zeit, die Wege des Mitgefühls und des Friedens zu lernen.
Indem du uns vergibst, lehrst du uns zu vergeben;
indem du uns Barmherzigkeit erweist,
formst du unsere Herzen nach deinem Herzen.
Darum singen wir mit den Engeln und Heiligen
und mit allen, die die Kraft der Barmherzigkeit erfahren
haben, zum Lob deiner Herrlichkeit:

EINLADUNG ZUM VATERUNSER

Auf das Wort unseres Erlösers hin und nach seiner göttlichen Weisung wagen wir zu beten zu dem Vater, der uns unsere Schuld vergibt und uns lehrt, einander zu vergeben.

EMBOLISMUS

Erlöse uns, Herr, allmächtiger Vater, von allem Bösen, besonders von verhärteten Herzen und einem Geist der Unversöhnlichkeit.

Gib Frieden in unseren Tagen.

Komm uns zu Hilfe mit deinem Erbarmen, damit wir jederzeit frei von Sünde bleiben und vor aller Verwirrung sicher sind, während wir voll Hoffnung das Kommen unseres Erlösers Jesus Christus erwarten.

FRIEDENSGET

Herr Jesus Christus,
du hast unsere Armut gesehen und unsere Schuld erlassen. Sieh nicht auf unsere Sünden, sondern auf den Glauben deiner Kirche und schenke ihr nach deinem Willen Einheit und Frieden. Der du lebst und herrschst in alle Ewigkeit. Amen.

EINLADUNG ZUR KOMMUNION

Seht das Lamm Gottes,
das hinwegnimmt die Sünden der Welt.
Selig, die zum Hochzeitsmahl des Lammes geladen sind.

MEDITATION NACH DER KOMMUNION

Im Empfang des Leibes Christi empfangen wir die menschgewordene Barmherzigkeit.
Wenn wir an unsere Plätze zurückkehren, bitten wir um die Gnade, dass das, was wir mit unseren Lippen empfangen haben, Wurzeln schlägt in unserem Herzen –
eine Barmherzigkeit, die heilt, vergibt
und anderen das Geschenk der Zeit macht.

SCHLUSSGEBET

Gott des Erbarmens,
du hast uns genährt mit dem Brot der Barmherzigkeit
und gestärkt mit dem Kelch der Vergebung.
Befreie uns durch dieses Sakrament von Bitterkeit und
Angst und mache uns zu lebendigen Zeichen deiner
Barmherzigkeit in der Welt,
damit andere durch uns deine heilende Liebe erkennen.
Darum bitten wir durch Christus, unseren Herrn. Amen.

SEGEN

Der Gott, dessen Barmherzigkeit eure Schuld getilgt hat,
segne euch mit Herzen, die großherzig vergeben. Amen.

Christus, der uns lehrt, ohne Berechnung zu vergeben,
stärke euch in Geduld und Liebe. Amen.

Der Heilige Geist erweiche alles Harte in euch
und mache euch zu Werkzeugen des Friedens und der
Versöhnung. Amen.

So segne euch der allmächtige Gott,
der Vater und der Sohn ✠ und der Heilige Geist. Amen.

ENTLASSUNG

Gehet hin in Frieden
und vergebt, wie euch vergeben wurde.

GEDANKE ZUM MITNEHMEN

Empfangene, aber nicht weitergegebene Barmherzigkeit
bleibt unvollständig.

Vergib in dieser Fastenzeit –
nicht indem du zählst, wie oft,
sondern indem du dich erinnerst, wie tief du geliebt bist.

Mittwoch der 3. Fastenwoche – 11. März 2026

Deut 4,1.5–9; Mt 5,17–19

Das Gesetz in Liebe erfüllt – Gottes Wort als lebendige Grundlage

EINFÜHRUNG

Manchmal sehen wir Gottes Gebote wie strenge Regeln, die uns einschränken. Doch sie sind vielmehr ein Geschenk, eine Hilfe, um unser Leben auf festen Grund zu bauen.

Stellen wir uns einen Handwerker vor, der ein Haus baut. Er könnte die Wände einfach nach Gefühl hochziehen, improvisieren und sehen, was passiert. Anfangs sieht alles stabil aus, doch mit der Zeit zeigen sich Risse, und das Haus kann einstürzen. Wer hingegen den Bauplan ernst nimmt, legt ein solides Fundament, das das Haus sicher trägt, egal welche Stürme kommen.

Gottes Gesetz wirkt auf ähnliche Weise: Es gibt uns Orientierung, Sicherheit und die Möglichkeit, ein Leben zu gestalten, das bestehen kann. Durch Mose gab Gott seinem Volk den Weg zu Leben, Weisheit und Treue. In

Jesus wird dieser Weg nicht abgeschafft, sondern in Liebe zur Vollendung gebracht.

Heute, auf unserem Weg durch die Fastenzeit, wollen wir wieder aufmerksam auf Gottes Wort hören. In dieser Eucharistie bitten wir um die Gnade, das Fundament, das Gott uns geschenkt hat, zu vertrauen, das Gute in unserer Tradition zu achten und Christus unser Leben formen zu lassen – nicht aus Angst, sondern aus Liebe, die zum wahren Leben führt.

BÜßAKT

Brüder und Schwestern, Gottes Wort zeigt uns den Weg zum Leben, doch wir wählen oft leichtere Pfade. Bekennen wir unsere Sünden und bitten wir den Herrn um Erneuerung in seiner Liebe.

Herr Jesus Christus, du schenkst uns Barmherzigkeit und Gnade. Herr, erbarme dich.

Engel und Heilige loben dich, und wir erheben unser Herz zu dir. Christus, erbarme dich.

Du zeigst uns den Weg zum Vater. Herr, erbarme dich.

ABSOLUTIONSGEBET

Der barmherzige Gott,
der uns sein Gesetz als Geschenk gab
und es in Liebe durch Jesus Christus erfüllte,
vergibt uns unsere Sünden,
stärkt uns, sein Wort treu zu leben,
und führt uns zum ewigen Leben. Amen.

TAGESGEBET

Barmherziger Gott,
erneuere uns im Geist durch die Feier dieser heiligen
vierzig Tage,
damit wir offen für dein Wort sind,
bereit zu Gehorsam und zu selbstlosem Verzicht,
vereint im Gebet
und bereit, Werke der Liebe zu tun.
Durch unseren Herrn Jesus Christus, deinen Sohn,
der mit dir in der Einheit des Heiligen Geistes lebt und
herrscht,
Gott, von Ewigkeit zu Ewigkeit. Amen.

HOMILIE: Das Gesetz in Liebe vollenden

Heute lädt uns Gottes Wort ein, über das Fundament
unseres Glaubens nachzudenken: das Gesetz, die Gebote
und die Weisungen, die Gott uns schenkt.

Gesetze und Regeln erscheinen auf den ersten Blick
vielleicht einschränkend: Sie sagen uns, was wir tun oder
lassen sollen. Doch ohne sie würde unser Leben in Chaos
versinken. In der ersten Lesung erinnert Mose die
Israeliten daran, dass das Befolgen von Gottes Gesetz der
Weg zum Leben ist. Die Tora ist nicht nur eine Liste von
Verboten, sondern ein Leitfaden für ein gutes Miteinander,
für Gerechtigkeit, Weisheit und Liebe. Mose feiert das
Gesetz als Schatz, der von Generation zu Generation
weitergegeben wird.

Jesus ehrt diese Tradition. Im Evangelium sagt er: „Ich bin
nicht gekommen, um das Gesetz oder die Propheten
aufzuheben, sondern um sie zu erfüllen.“ Er nimmt das
Gute in der jüdischen Tradition und bringt es zur
Vollendung – nicht, indem er es verwirft, sondern indem er

seinen tiefsten Sinn zeigt. Dort, wo das Gesetz Gerechtigkeit und Gehorsam fordert, zeigt Jesus, dass die höchste Erfüllung Liebe ist – Liebe zu Gott und zum Nächsten. Die Bergpredigt übersetzt die Gebote in den Alltag: Barmherzigkeit, Mitgefühl und Sorge für die Bedürftigen werden lebendig.

Diese Perspektive lehrt uns auch heute etwas Wichtiges: So wie Jesus das Gute im Gesetz erkannte, sind wir aufgerufen, das Gute in unserer Tradition zu sehen – auch wenn sie unvollkommen erscheint. Er beginnt nicht bei Null, sondern baut auf dem auf, was schon da ist. Die Kirche ist ein lebendiger Organismus, geprägt von Jahrhunderten des Glaubens, manchmal fehlerhaft, aber immer erneuerungsbedürftig. Gott wirkt durch uns, um das Schwache zu stärken und das Gute zur vollen Entfaltung zu bringen – hin zum Leben in Liebe.

Wir sind eingeladen, so zu leben wie Jesus: Tradition zu achten, das Gute zu bewahren und es in unserem Alltag zur Vollendung zu führen. Die Gebote, das Gesetz, die

Weisungen – sie sind keine Fesseln, sondern Tritte, die zum Leben führen. Und der höchste Schritt ist die Liebe: Gott in den Menschen zu sehen, barmherzig zu handeln, durch Vorbild zu lehren.

Ich denke an eine Gärtnerin, die einen verwilderten Obstgarten übernahm. Zuerst schien es unmöglich, ihn zu retten. Sie riss nicht alle Bäume aus, sondern schnitt das Kranke zurück, pflegte das Gesunde, und nach und nach begann der Garten zu blühen und reiche Früchte zu tragen. Ebenso ruft uns Jesus, das Gute in unserer Tradition, in unseren Gemeinschaften und in uns selbst zu pflegen, damit Leben, Liebe und Weisheit aufblühen.

Möge auch wir, wie der sorgfältige Baumeister und die geduldige Gärtnerin, das uns geschenkte Fundament achten und durch Liebe, Barmherzigkeit und treues Handeln zur vollen Entfaltung bringen.

EINLADUNG ZUR GABENBEREITUNG

Meine Brüder und Schwestern,
Gottes Gesetz lehrt uns, unser Leben anzubieten,
und Christus zeigt uns, wie wir es in Liebe darbringen.
Lasst uns nun unsere Gaben darbringen
und mit ihnen den Wunsch, sein Wort treu zu leben.

GABENGEBET

Gott der Weisheit und Liebe,
nimm diese Gaben an,
die aus unserer Arbeit und aus dem Verlangen unserer
Herzen kommen.
Wie Brot und Wein durch deinen Geist verwandelt werden,
verwandle auch uns,
damit dein Wort in unserem Leben Fleisch wird – durch
Gehorsam, Mitgefühl und Barmherzigkeit.
Durch Christus, unseren Herrn. Amen.

PRÄFATION

Es ist würdig und gerecht, unsere Pflicht und unser Heil,
dir, Herr, heiliger Vater, allmächtiger, ewiger Gott, immer
und überall Dank zu sagen.

Denn du hast deinem Volk das Gesetz als Weg zu Leben
und Weisheit gegeben, und in der Fülle der Zeit hast du
deinen Sohn gesandt, nicht um es aufzuheben, sondern
um es in Liebe zu vollenden.

In ihm werden deine Gebote zu lebenserfüllenden Worten,
die uns zu Gerechtigkeit, Barmherzigkeit und treuem
Leben rufen.

Während wir durch diese heilige Fastenzeit gehen,
erneuerst du unsere Herzen, lehrst uns, unser Leben auf
das zu bauen, was Bestand hat, und führst uns von Angst
zu Freiheit, von Gehorsam zu Liebe.

Darum loben wir mit Engeln und Erzengeln, mit Thronen
und Herrschaften und mit allen Heerscharen des Himmels
deine Herrlichkeit und rufen ohne Ende:

Heilig, Heilig, Heilig...

EINLADUNG ZUM VATERUNSER

Geprägt von Gottes Wort
und gelehrt durch Christus, der es in Liebe erfüllte,
beten wir mit Vertrauen zum Vater das Gebet, das uns der
Heiland gelehrt hat.

EMBOLISMUS

Befreie uns, Herr, wir bitten dich, von allem Übel,
besonders von Herzen, die deinem Wort widerstehen.
Schenke Frieden in unseren Tagen, damit wir, geführt von
deinen Geboten
und gestärkt durch deine Barmherzigkeit,
immer in der Freiheit deiner Liebe wandeln,
und sehnsüchtig auf die selige Hoffnung
und das Kommen unseres Heilands, Jesus Christus,
warten.

FRIEDENSGET

Herr Jesus Christus, du hast das Gesetz nicht abgeschafft,
sondern in einen Weg des Friedens und Lebens
verwandelt.

Sieh nicht auf unsere Sünden, sondern auf den Glauben
deiner Kirche

und schenke ihr gnädig Frieden und Einheit
nach deinem Willen.

Der lebt und herrscht in Ewigkeit. Amen.

EINLADUNG ZUR KOMMUNION

Siehe, das Lamm Gottes,
das das Gesetz in Liebe erfüllt
und die Sünden der Welt hinwegnimmt.
Selig, die zum Mahl des Lammes berufen sind.

MEDITATION NACH DER KOMMUNION

In diesem heiligen Mahl
wurde Gottes Wort nicht nur gesprochen, sondern
empfangen.

Christus, das lebendige Gesetz der Liebe,
wohnt nun in uns.

Möge das, was wir an diesem Altar empfangen haben,
zum Fundament unseres täglichen Lebens werden.

SCHLUSSGEBET

Gott der Treue,
du hast uns mit dem Brot des Lebens und deinem ewigen
Wort genährt.

Stärke uns, das Empfangene zu leben,
damit deine Gebote, in Liebe erfüllt,
sichtbar werden in unserem Handeln und unseren
Entscheidungen.

Durch Christus, unseren Herrn. Amen.

SEGEN

Der Gott der Weisheit, der euch sein Wort als Wegweiser
gab, segne euch. Amen.

Jesus Christus, der das Gesetz in Liebe erfüllte, begleite
euch. Amen.

Der Heilige Geist schreibe Gottes Wort auf eure Herzen
und gebe euch Kraft, es treu zu leben. Amen.

Und der Segen des allmächtigen Gottes,
des Vaters, des Sohnes ✠ und des Heiligen Geistes,
komme auf euch herab und bleibe bei euch allezeit. Amen.

ENTLASSUNG

Geht in Frieden, um den Herrn zu lieben und zu dienen,
indem ihr sein Wort lebt.

GEDANKE ZUM MITNEHMEN

Gottes Gebote sind keine Fesseln, die uns binden,
sondern Fundamente, die uns Halt geben.

Wenn wir sie in Liebe leben,
werden sie Wege zum Leben –
für uns und für die Welt.

Donnerstag der 3. Fastenwoche – 12. März 2026

Jeremia 7,23–28; Lukas 11,14–23

Gottes Stimme hören, entschlossener Glaube, die Kraft des Reiches Gottes

EINFÜHRUNG

„Nichts ergibt mehr einen Sinn.“

Diese Worte kommen oft in Momenten der Verwirrung, Erschöpfung oder stiller Verzweiflung. Sie kommen, wenn wir uns nicht gehört oder verstanden fühlen oder in Situationen gefangen sind, die keinen klaren Ausweg zu haben scheinen. Vielleicht gehen wir weiterhin den Bewegungen des Lebens und des Glaubens nach, doch etwas in uns fühlt sich verschlossen, stumm oder zerrissen an.

Die heutigen Schrifttexte sprechen genau in diese Erfahrung hinein. Durch den Propheten Jeremia hören wir Gottes Schmerz über ein Volk, das nicht mehr zuhört. Gott ist nicht abwesend oder machtlos; vielmehr sind die Herzen verschlossen, Stimmen durch Hartnäckigkeit und

Angst erstickt. Im Evangelium begegnet Jesus einem Mann, der nicht sprechen kann, gefangen von einer Macht, die er nicht kontrollieren kann. Als Jesus ihn heilt, kehrt die Sprache zurück – doch manche erkennen Gottes Wirken nicht an. Auch angesichts von Heilung bleiben Widerstand und Spaltung.

Wenn wir uns zur Eucharistie versammeln, sind wir eingeladen, unser eigenes Hinhören zu prüfen. Wo haben wir aufgehört, Gottes Stimme zu hören? Wo haben Angst, Gewohnheit oder Unentschlossenheit unser Antworten zum Schweigen gebracht? Die Fastenzeit ruft uns nicht nur zur Reflexion, sondern zur Entscheidung. Jesus erinnert uns: Neutralität gibt es nicht. Wer bei ihm steht, lässt seine stärkere Liebe wirken, lässt sich befreien und sein Leben für das Reich Gottes prägen.

Lasst uns unsere Verwirrung, unsere Stille und unsere zerrissenen Herzen vor den Herrn bringen. In dieser Feier möge uns neu gelehrt werden, zuzuhören, mutig zu sprechen und das Leben und die Freiheit zu wählen, die Gott uns in Christus schenkt.

BUßAKT

Gott ruft uns, seine Stimme zu hören und seinen Wegen zu folgen, doch wir verschließen oft die Ohren und verhärten unsere Herzen.

Lasst uns unsere Sünden bekennen und um seine Barmherzigkeit bitten.

Jesus Christus, du befreist Menschen von ihren Dämonen.
Herr, erbarme dich.

Du gibst denen Stimme, die nicht sprechen können.

Christus, erbarme dich.

Mit deinem Kommen ist das Reich Gottes angebrochen.
Herr, erbarme dich.

ABSOLUTIONSGEBET

Der barmherzige Gott,
der seinem Volk Worte des Lebens schenkt
und die Macht allen Bindenden bricht,
vergib uns unsere Sünden, öffne unsere Herzen für seine
Stimme
und führe uns in die Freiheit seines Reiches. Amen.

TAGESGEBET

Allmächtiger Gott, hilf uns, dem Ruf deiner Gnade zu folgen und uns mit größerer Hingabe auf die Feier der Ostergeheimnisse vorzubereiten,
da das Fest unseres Heils naht.

Durch unseren Herrn Jesus Christus, deinen Sohn,
der mit dir in der Einheit des Heiligen Geistes lebt und herrscht, Gott, für immer und ewig. Amen.

HOMILIE: Hinhören, Sprechen und Glaube an Gottes Kraft

In einem kleinen Dorf verschwand eines Tages plötzlich die Stimme eines Kindes. Der Junge war sonst lebhaft und gesprächig, doch auf einmal konnte er nicht mehr sprechen. Ärzte fanden nichts Physisches, seine Stimmbänder funktionierten, und er konnte hören – doch Angst und Unsicherheit hatten seine Stimme verschlossen. Das Dorf war traurig, das Leben ohne sein Lachen und seine Geschichten fühlte sich leer an.

Dann kam ein Besucher – ein Heilender mit Glauben. Er hörte dem Kind zu, ermutigte ihn und betete für ihn. Langsam sprach der Junge wieder, und mit jedem Wort kehrte Leben in das Dorf zurück.

Dieses Bild hilft uns, die heutigen Lesungen zu verstehen. Im Evangelium begegnet Jesus einem Mann, der nicht sprechen kann, von einem „Dämon“ besessen. Jesus heilt ihn, und er beginnt zu sprechen. Moderne Medizin mag dies als Mutismus erklären – eine durch Angst oder Trauma verursachte Stimmlosigkeit. Doch die tiefere Wahrheit des Evangeliums ist geistlich: Freiheit zu sprechen, am Leben voll teilzunehmen, ist ein Zeichen des Wirkens des Reiches Gottes.

Der Prophet Jeremia warnt uns vor Hartnäckigkeit und Ungehorsam: Wer Gottes Stimme ignoriert, verhärtet sein Herz. Auch heute hören wir vielleicht keine wörtliche Stimme, doch Gott spricht durch die Schrift, durch die Schöpfung und durch das Gute in anderen Menschen. Wer diese Zeichen ignoriert, entfernt sich von Gott.

Glaube ist nicht passiv. Er erfordert Entschlossenheit. Jeremia fordert eine klare Wahl: „Hört auf meine Stimme, so will ich euer Gott sein, und ihr sollt mein Volk sein“ (Jer 7,23). Jesus sagt ebenso klar: „Wer nicht mit mir ist, ist gegen mich“ (Lk 11,23). Der Glaube verlangt oft ein mutiges Ja oder Nein.

Jesus zeigt, dass Gottes Kraft größer ist als jede böse Macht. Er erzählt ein Gleichnis vom starken Mann und dem stärkeren Mann: Satan ist stark, doch Christus ist stärker. Dies ist keine ferne Geschichte, sondern Gegenwart: Gottes Macht wirkt hier und jetzt.

Praktisch bedeutet das: Wir erkennen oft nicht, wie Gott in der Welt, in anderen oder in uns selbst wirkt. Wir deuten Güte als Zufall oder Eigennutz. Jesus aber fordert uns auf, mit offenen Herzen zu sehen – Gottes Finger in jedem Heilungsakt, jeder Tat des Mutes und der Freundlichkeit zu erkennen.

Wenn wir auf Gottes Stimme hören, mutig sprechen und entschlossen handeln, werden wir Teil des Sieges der Liebe Gottes. So wie das Kind im Dorf, das frei sprach und

Leben zurückbrachte, dürfen auch wir durch Hinhören und Reagieren auf Gott Leben schenken – für uns selbst und für andere.

EINLADUNG ZUR GABENBEREITUNG

Gott bittet uns nicht nur um unsere Gaben,
sondern um Herzen, die zuhören,
und um Leben, die ihn wählen.
Lasst uns nun bringen, was wir haben,
und um die Gnade bitten, ganz seinem Reich
anzugehören.

GABENGEBET

Herr, nimm diese Gaben an,
als Zeichen unseres Wunsches, in deinen Wegen zu
leben.
Befreie uns von allem, was unsere Herzen trennt,
und stärke uns durch dieses Opfer, mit Christus zu stehen,
dem Stärkeren, der das Böse besiegt
und uns in den Sieg deiner Liebe hineinführt.
Durch Christus, unseren Herrn. Amen.

PRÄFATION

Wahrlich, es ist würdig und recht, unsere Pflicht und unser Heil, dir, heiligem Vater, allmächtigem und ewigem Gott, zu danken, immer und überall.

Denn du rufst dein Volk ständig, deine Stimme zu hören und deinen Wegen zu folgen.

Wenn Herzen hart werden und der Glaube schwach, verlässt du uns nicht,

sondern sendest deinen Sohn,
die Macht des Bösen zu brechen
und die Nähe deines Reiches zu zeigen.

In ihm wird Stille zu Lob, Angst zu Mut,
und Spaltung zur Freiheit, zu dir zu gehören.

Durch diese Fastenzeit hindurch lädst du uns ein,
entschieden die stärkere Macht deiner Liebe zu wählen.

So singen wir mit Engeln und Erzengeln, mit Throne und Herrschaften

und allen himmlischen Heerscharen dein Lob:

Heilig, Heilig, Heilig...

EINLADUNG ZUM VATERUNSER

Gerufen, Gottes Stimme zu hören und sein Reich zu wählen, beten wir vertrauensvoll zu unserem Vater mit den Worten, die uns der Herr selbst gelehrt hat.

EMBOLISMUS

Befreie uns, Herr, von allem Bösen,
besonders von Angst, Spaltung und Unentschlossenheit.
Schenke uns Frieden, damit wir durch deine Gnade fest bei Christus stehen,
frei von allem, was uns bindet,
und auf die Hoffnung seines Kommens warten.

FRIEDENSGEBET

Herr Jesus Christus,
du bist der Stärkere, der das Böse überwindet
und das Zerstreute sammelt.
Blicke nicht auf unsere Sünden, sondern auf den Glauben deiner Kirche
und schenke ihr Frieden und Einheit nach deinem Willen.
Du lebst und herrschst in alle Ewigkeit. Amen.

EINLADUNG ZUR KOMMUNION

Siehe, das Lamm Gottes,
das alles vertreibt, was uns versklavt,
und das Reich Gottes unter uns bringt.
Selig, die zum Mahl des Lammes berufen sind.

MEDITATION NACH DER KOMMUNION

Durch Christus befreit und gestärkt,
sind wir keine stillen Zuschauer mehr.
Sein Reich hat uns berührt.
Möge unser Hinhören wacher, unser Sprechen mutiger
und unsere Wahl treuer werden, ihm zu gehören.

SCHLUSSGEBET

Herr, unser Gott,
du hast uns mit dem Brot des Lebens gestärkt
und durch deine Gegenwart bekräftigt.
Möge dieses Sakrament uns von allem befreien, was bindet,
und uns auf Gottes Stimme aufmerksam machen,
damit wir Zeichen deines Reiches in der Welt sind.
Durch Christus, unseren Herrn. Amen.

SEGEN

Der Vater, der euch ruft, seine Stimme zu hören, segne euch. Amen.

Jesus Christus, der befreit und heilt, gehe mit euch. Amen.

Der Heilige Geist, der Mut und Klarheit schenkt, stärke euch, Gottes Reich täglich zu wählen. Amen.

Und der Segen des allmächtigen Gottes, des Vaters und des Sohnes ✠ und des Heiligen Geistes, komme auf euch herab und bleibe bei euch in Ewigkeit. Amen.

ENTLASSUNG

Geht in Frieden und verherrlicht den Herrn durch euer Leben.

GEDANKE ZUM MITNEHMEN

Gott spricht noch immer.

Freiheit beginnt, wenn wir zuhören –
und uns entscheiden, mit Christus zu stehen.

Freitag der 3. Fastenwoche – 13.03.2026

Hosea 14,2-10; Markus 12,28-34

Recht geordnete Liebe – Gott zuerst lieben, andere gut lieben

EINFÜHRUNG

Es gibt eine Geschichte von einem Reisenden, der eines Morgens früh aufbrach, überzeugt, dass er den Weg vor sich genau kannte. Auf sein Gedächtnis vertrauend, achtete er nicht auf die Wegweiser. Nach stundenlangem Gehen wurde die Landschaft ihm fremd und der Pfad immer schwieriger. Müde und frustriert blieb er schließlich stehen, um nach dem Weg zu fragen. Ein alter Mann hörte ihm aufmerksam zu und sagte dann: „Du bist weit gereist, aber nicht in die richtige Richtung. Wenn du dorthin gelangen willst, wo du hinwillst, musst du zuerst umkehren.“ Obwohl es schwer war, kehrte der Reisende zurück – und fand bald wieder auf den richtigen Weg.

Diese Fastenzeit erinnert uns daran, dass auch unser geistliches Leben ähnlich verlaufen kann. Oft merken wir

gar nicht, wie Geschäftigkeit, Sorgen oder sogar gute Absichten uns von dem abbringen, was unserem Leben wirklich Richtung und Sinn gibt. Die heutigen Lesungen laden uns sanft ein, innezuhalten, nachzudenken und umzukehren. Durch den Propheten Hosea ruft Gott sein Volk zurück zu sich und verspricht Heilung und neues Leben. Im Evangelium durchdringt Jesus alle Komplexität und zeigt uns das Herz des Willens Gottes: den Herrn mit ganzem Herzen, ganzer Seele, ganzem Verstand und aller Kraft zu lieben und diese Liebe in unserem Umgang mit anderen leben zu lassen.

Wenn wir diese Eucharistiefeier beginnen, öffnen wir unsere Herzen für Gottes Barmherzigkeit und lassen uns neu ausrichten, damit unser Weg wieder von Liebe geleitet wird – Liebe zu Gott über alles und daraus fließende Liebe zum Nächsten.

BUßAKT

Während wir durch die Fastenzeit gehen, erkennen wir vor Gott an, dass wir oft unsere Prioritäten verfehlen und nicht so lieben, wie wir sollten.

Herr Jesus Christus, du rufst uns, Gott mit ganzem Herzen zu lieben. Herr, erbarme dich.

Christus Jesus, du lehrst uns, unseren Nächsten zu lieben wie uns selbst. Christus, erbarme dich.

Herr Jesus Christus, du heilst unsere zerrissenen Herzen und führst uns zurück zum Vater. Herr, erbarme dich.

ABSOLUTIONSGEBET

Möge der Gott der Barmherzigkeit,
der uns zurückruft von allem, was uns ablenkt und trennt,
unsere Sünden vergeben,
unsere Herzen auf das Wesentliche zurückführen
und uns zum ewigen Leben leiten. Amen.

TAGESGEBET

Barmherziger Gott, du rufst uns auf, mit ganzem Herzen zu dir zurückzukehren
und unsere Liebe zu dir in der Liebe zu unseren Mitmenschen zu zeigen.
Reinige unsere Absichten,
ordne unsere Wünsche nach deinem Willen
und hilf uns, treu auf dem Weg deiner Gebote zu gehen.

Durch unseren Herrn Jesus Christus, deinen Sohn,
der mit dir in der Einheit des Heiligen Geistes lebt und
herrscht, Gott, in Ewigkeit. Amen.

HOMILIE: Prioritäten der Liebe

Es gibt eine Geschichte von einem Mann, der jahrelang sorgfältig seltene Bücher sammelte. Sein Haus war von Boden bis Decke mit Regalen voller Bücher gefüllt, die er sehr schätzte. Er kannte die Herkunft jedes Buches, den Wert und die Seltenheit. Eines Tages besuchte ihn ein Freund und fragte fast beiläufig: „Bei all diesen Büchern – hast du überhaupt noch Zeit, sie zu lesen?“ Der Mann hielt inne. Die Frage traf ihn unerwartet. In diesem Moment erkannte er, dass er in seinem Streben nach Sammlung, Katalogisierung und Schutz der Bücher langsam die Freude am Lesen selbst verloren hatte. Was ursprünglich seinen Geist und seine Vorstellungskraft nähren sollte, war zum Selbstzweck geworden.

Manchmal kann uns das im Leben ähnlich ergehen: Wir sind so auf die vielen Dinge konzentriert, die wir für wichtig

halten, dass wir aus den Augen verlieren, was wirklich zählt.

Im heutigen Evangelium kommt ein Schriftgelehrter – ein Experte im jüdischen Gesetz – mit einer ähnlichen Frage zu Jesus. Das Gesetz Moses enthält über sechshundert Gebote, die jeden Aspekt des täglichen Lebens regeln. Die Frage des Schriftgelehrten: „Welches ist das wichtigste von allen Geboten?“ ist nicht nur akademisch, sondern Ausdruck eines echten Herzenssuchens nach Klarheit. Mitten in all den Regeln, Erwartungen und religiösen Pflichten – was steht wirklich im Zentrum?

Jesus' Antwort ist einfach und zugleich tiefgehend herausfordernd. Er beginnt mit dem grundlegenden Bekenntnis des Glaubens Israels: „Der Herr, dein Gott, ist der einzige Herr.“ Alles beginnt hier. Glaube ist zuerst Beziehung, nicht Regel. Aus dieser Beziehung folgt das größte Gebot: Gott zu lieben mit ganzem Herzen, ganzer Seele, ganzem Verstand und aller Kraft – also mit allem, was wir sind: Gedanken, Gefühle, Entscheidungen, Energie und Wünsche.

Doch Jesus bleibt nicht stehen. Er fügt sofort ein zweites Gebot hinzu: „Liebe deinen Nächsten wie dich selbst.“ Dies ist kein Extra oder Nebensache, sondern untrennbar mit dem ersten Gebot verbunden. Wir können Gott nicht lieben und gleichzeitig die Bedürfnisse, Würde oder das Leiden anderer ignorieren. Und Jesus macht deutlich: Die Liebe zum Nächsten fließt aus der Liebe zu Gott. Ist Gott im Zentrum, wird unsere Liebe rein, weit und stark. Ohne diese Grundlage können auch gute Taten selbstbezogen oder erschöpfend werden.

Diese Lehre spricht direkt in unser tägliches Leben. Wir verlieren leicht die Perspektive, jonglieren Verantwortung, streben nach Erfolg, versuchen produktiv zu sein, engagieren uns in Kirche und guten Werken. Nichts davon ist schlecht, aber wir können langsam in vielen Dingen für Gott tätig sein, ohne Zeit mit Gott zu verbringen. Jesus ruft uns sanft zurück zur richtigen Ordnung: zuerst Gott lieben, dann alles andere aus dieser Liebe gestalten. Wenn unsere Beziehung zu Gott lebendig ist, werden unsere

Handlungen gegenüber anderen geduldiger, mitfühlender und großzügiger.

Liebe, wie Jesus sie lehrt, ist nie abstrakt. Sie zeigt sich in alltäglichen Momenten: zuhören ohne zu urteilen, vergeben, wenn es schwerfällt, freundlich sein, wenn niemand hinschaut, bei denen stehen, die übersehen oder vergessen werden. Wenn wir in Gottes Liebe verwurzelt sind, werden wir zu Kanälen, durch die diese Liebe in die Welt fließt.

Eine letzte Geschichte: Eine junge Frau pflanzte einen kleinen Baum in ihrem Garten. Jahr für Jahr goss sie ihn, schützte ihn vor schlechtem Wetter und beobachtete geduldig sein Wachstum. Eines Tages fragte ein Nachbar, warum sie so viel Mühe in einen Baum stecke, der vielleicht nie Früchte trägt. Sie lächelte und antwortete: „Ich kümmere mich darum, weil er Leben und Schatten spendet – nicht nur mir, sondern allen, die in seine Nähe kommen.“ Ebenso, wenn wir Gott mit ganzem Herzen lieben, bleibt diese Liebe nicht bei uns – sie fließt still, aber

kraftvoll zu denen, die um uns sind, schenkt Hoffnung, Heilung und Licht.

Lernen wir, die Liebe richtig zu ordnen: zuerst Gott lieben mit allem, was wir sind, dann den Nächsten wie uns selbst. So entdecken wir, was wirklich zählt, und leben nahe am Herzen von Gottes Reich.

EINLADUNG ZUR GABENBEREITUNG

Beten wir, dass unser Opfer vor Gott nicht nur Brot und Wein sei, sondern Herzen, die bereit sind, ihn über alles zu lieben und einander großzügig zu dienen.

GABENGEBET

Herr, Gott, nimm diese Gaben, die wir dir darbringen, und gestalte unser Leben nach der Liebe, die du wünschst. Möge dieses Opfer uns dir näherbringen und uns zu Zeichen deiner Barmherzigkeit in der Welt machen.

Durch Christus, unseren Herrn. Amen.

PRÄFATION

Wahrlich, es ist würdig und recht, dir, Herr, heiliger Vater, allmächtiger und ewiger Gott, stets und überall Dank zu sagen.

Denn du rufst dein Volk zu dir zurück, wenn es von deinem Weg abkommt,

und lehrst uns, dass die Liebe zu dir die Quelle und der Gipfel aller wahren Liebe ist.

In deinem Sohn, Jesus Christus, zeigst du uns die perfekte Harmonie zwischen Hingabe zu dir und Mitgefühl für den Nächsten.

In dieser heiligen Fastenzeit reinigst du unsere Herzen, ordnest unsere Prioritäten neu und führst uns zu dem, was wirklich Leben schenkt.

Darum loben wir mit Engeln und Erzengeln, mit Thronen und Herrschaften und allen Heerscharen des Himmels deine Herrlichkeit und rufen ohne Ende: Heilig, Heilig, Heilig...

EINLADUNG ZUM VATERUNSER

Auf Befehl des Erlösers und nach göttlicher Lehre beten wir mit erneuerten Herzen:

EMBOLISMUS

Befreie uns, Herr, wir bitten dich, von allem Übel, besonders von allem, was uns ablenkt, dich über alles zu lieben.

Schenke Frieden in unseren Tagen, damit wir durch deine Barmherzigkeit frei von Sünde und sicher in der Hoffnung bleiben, während wir die gesegnete Erwartung deines Kommens, unseres Erlösers Jesus Christus, erwarten.

FRIEDENSGBET

Herr Jesus Christus, du lehrst uns, dass wahre Liebe Harmonie und Frieden bringt. Blicke nicht auf unsere Sünden, sondern auf den Glauben deiner Kirche und schenke ihr gnädig Frieden und Einheit nach deinem Willen, der lebt und herrscht in Ewigkeit. Amen.

EINLADUNG ZUR KOMMUNION

Siehe, das Lamm Gottes, siehe, der die Sünden der Welt hinwegnimmt. Selig, die zum Mahl des Lammes berufen sind.

MEDITATION NACH DER KOMMUNION

Nachdem wir den Leib und das Blut Christi empfangen haben, halten wir einen Moment der Stille.

Der, der uns befiehlt, Gott und den Nächsten zu lieben, lebt nun in uns.

Möge seine Gegenwart leise unsere Herzen neu ordnen, damit unsere Liebe konkret, großzügig und treu im Alltag wird.

SCHLUSSGEBET

Herr, Gott, du hast uns mit dem Brot des Lebens genährt. Möge dieses Sakrament unsere Liebe zu dir stärken und uns inspirieren, anderen aufrichtig und freudig zu dienen. Halte uns treu zu dem, was wirklich zählt, während wir auf dein Reich zugehen. Durch Christus, unseren Herrn. Amen.

SEGEN

Der Herr segne dich und lehre dein Herz, was wirklich zählt. Amen.

Er möge dir helfen, ihn mit deinem ganzen Sein zu lieben und seine Gegenwart in denen zu erkennen, denen du begegnest. Amen.

Und möge allmächtiger Gott, der Vater, ✠ der Sohn und der Heilige Geist, dich segnen. Amen.

ENTLASSUNG

Geht in Frieden,
liebt Gott über alles
und dient eurem Nächsten mit Freude.

GEDANKE ZUM MITNEHMEN

Wenn die Liebe zu Gott an erster Stelle steht,
finden alle anderen Dinge ihren rechten Platz.
Lass deine Liebe zu ihm bestimmen, wie du diese Woche
siehst, sprichst und für andere sorgst.

Samstag der 3. Fastenwoche – 14.03.2026

Hosea 5,15–6,6; Lukas 18,9–14

EINFÜHRUNG

Es gibt eine alte Geschichte von einer kleinen Dorfkirche, die von morgens bis abends geöffnet blieb. Den ganzen Tag über kamen und gingen Menschen leise. Eines Nachmittags betrat ein Mann, elegant gekleidet und selbstbewusst, die Kirche. Er kniete kurz nieder, sprach einige wohlgewählte Gebete, sah sich um und verließ die Kirche zufrieden, dass er seine Pflicht erfüllt hatte. Später an diesem Tag kam ein anderer Mann, ganz unbeachtet, hinein. Er blieb hinten, den Kopf gesenkt, die Hände geballt, kämpfte sogar darum, die richtigen Worte zu finden. Lange Zeit flüsterte er ein Gebet mit Tränen. Ein Sakristan, der zufällig zusah, sagte später: „Der eine besuchte die Kirche; der andere begegnete Gott.“ Diese einfache Beobachtung wirft eine wichtige Frage auf: Wie treten wir vor Gott, wenn wir beten? Kommen wir, um unsere Leistungen, unsere Tugenden und Anstrengungen zu zeigen – oder bringen wir unsere Bedürftigkeit, unsere

Schwäche und unsere Hoffnung auf Barmherzigkeit mit?
Die Fastenzeit lädt uns zu dieser ehrlichen Selbstprüfung ein. Sie führt uns weg von äußeren Schein und religiöser Leistung hin zur Wahrheit des Herzens.

Die heutigen Lesungen sprechen direkt zu dieser Frage. Durch den Propheten Hosea erinnert uns Gott daran, dass er vor allem Liebe, Treue und eine echte Beziehung wünscht – nicht leere Opfer. Im Evangelium zeigt uns Jesus zwei sehr unterschiedliche Arten zu beten: die eine geprägt von Stolz und Vergleich, die andere von Demut und Vertrauen. Wenn wir diese Eucharistiefeier beginnen, lässt uns so vor den Herrn treten, wie wir sind, im Vertrauen, dass seine Barmherzigkeit größer ist als unsere Schwäche und dass er immer heilen und wiederherstellen möchte.

BÜßAKT

Brüder und Schwestern, der Herr verlangt nicht, dass wir uns selbst rechtfertigen, sondern dass wir mit demütigem und reumütigem Herzen zu ihm zurückkehren. Im

Bewusstsein unserer Sünden und im Vertrauen auf Gottes Mitgefühl bekennen wir unsere Bedürftigkeit nach Barmherzigkeit und bereiten uns so auf die Feier dieser heiligen Geheimnisse vor.

Herr Jesus Christus, du bist gekommen, um die Verlorenen zu suchen und die Sünder zur Umkehr zu rufen. Herr, erbarme dich.

Du nimmst die Demütigen auf und erhebst die, die auf dich vertrauen. Christus, erbarme dich.

Du heilst unsere Wunden und führst uns zurück in die Umarmung des Vaters. Herr, erbarme dich.

ABSOLUTIONSGEBET

Es segne uns allmächtiger Gott, reich an Barmherzigkeit und langmütig im Zorn, schaue mit Mitgefühl auf unsere Schwäche. Er vergebe uns unsere Sünden, heile, was verletzt ist, stelle uns in den Frieden wieder her und führe uns zum ewigen Leben. Amen.

TAGESGEBET

Barmherziger Gott, auf unserem Weg durch diese heiligen Tage der Buße rufst du uns immer wieder zu dir zurück.

Lehre uns, mit demütigem und ehrlichem Herzen auf dich zuzugehen, nicht auf unsere eigene Gerechtigkeit zu vertrauen, sondern auf deine Barmherzigkeit, und schon jetzt aus dem Geheimnis der Auferstehung zu leben.

Erneuere uns durch deine Gnade, damit unser Leben deine Liebe und Treue widerspiegelt. Wir bitten durch unseren Herrn Jesus Christus, deinen Sohn, der mit dir in der Einheit des Heiligen Geistes lebt und herrscht, Gott, für alle Zeit. Amen.

HOMILIE – Das Gebet des demütigen Herzens

Ich kenne eine Geschichte von zwei Männern, die jeden Tag zum Tempel gingen. Der eine war stolz auf sein Leben, seine Erfolge und seine strenge Befolgung des Gesetzes. Der andere, von Fehlern und Versagen belastet, fühlte sich unwürdig, überhaupt die Augen zu heben. Eines Tages öffneten sich die Tempeltüren, und beide traten ein,

jeder mit einem Gebet auf den Lippen. Der stolze Mann zählte seine Tugenden auf und verglich sich mit anderen. Der demütige Mann flüsterte einfach: „Gott, sei mir Sünder gnädig.“ An diesem Tag verließ der demütige Mann den Tempel versöhnt, in Frieden und umarmt von Gottes Barmherzigkeit.

Diese Geschichte spiegelt sich in den heutigen Lesungen wider. Der Prophet Hosea erinnert uns: „Ich will Liebe und nicht Opfer; Erkenntnis Gottes mehr als Brandopfer“ (Hos 6,6). Gott verlangt nicht, dass wir unsere Erfolge oder Tugenden zur Schau stellen. Er wünscht ein Herz, das offen, ehrlich und sich seiner eigenen Bedürftigkeit nach Barmherzigkeit bewusst ist. Wie der Zöllner im Evangelium kommen wir mit leeren Händen – oder vielleicht mit Händen voller Fehler – und werden von Gottes unerschütterlicher Liebe empfangen.

Der Pharisäer in Jesu Gleichnis zeigt uns eine Realität, die wir alle kennen. Er betete, zählte seine Tugenden auf und maß sich an anderen. Dabei zeigte sich ein Herz, das verschlossen war gegenüber Gott und dem Nächsten.

Stolz und Vergleich können heimlich in unser Leben schleichen. Wir prahlen vielleicht nicht laut, aber still vergleichen wir uns mit anderen, fühlen uns moralisch überlegen oder trösten uns am Versagen anderer – und entfernen uns so von Gott. Der Zöllner hingegen gab seine Fehler zu, bekannte seine Sünde und bat einfach um Barmherzigkeit. In dieser demütigen Haltung zeigt er uns den Weg zu echtem Gebet und wirklicher Versöhnung mit Gott.

Hoseas Worte bestätigen diese Wahrheit: Wenn wir zu Gott zurückkehren, heilt er unsere Wunden und schenkt uns Leben. „Nach zwei Tagen wird er uns Leben geben, am dritten Tag wird er uns erheben, und wir werden vor ihm leben“ (Hos 6,2). Gottes Barmherzigkeit wird nicht verdient – sie wird geschenkt. Unsere Aufgabe ist es, ihn zu suchen, zu ihm zurückzukehren, unsere Armut im Geist anzuerkennen und uns seiner Liebe anzuvertrauen. So öffnen wir uns für Wandlung, Demut, Dankbarkeit und den tiefen Frieden, der daraus entsteht, dass wir ganz erkannt und geliebt werden.

Gebet, sei es des Dankes oder der Bitte, muss aus dem Herzen kommen. Ein Gebet voller Stolz, auch wenn korrekt formuliert, kann uns von Gott trennen. Ein Gebet echter Demut, auch wenn kurz und einfach, zieht uns zu ihm. Das Gebet des Zöllners „Gott, sei mir Sünder gnädig“ erinnert uns: Wir kommen nicht als Richter zu Gott, sondern als Kinder, die die Liebe eines Vaters brauchen. Ein letztes Beispiel: Eine junge Frau kam einmal zum Beichten, zitternd vor Scham über wiederholte Fehler. Sie dachte, sie habe wenig anzubieten, doch sie sprach einfach: „Herr, sei mir gnädig.“ Danach verließ sie die Kirche lächelnd, ihr Herz leichter, im Bewusstsein von Gottes Vergebung. Sie verstand, was der Zöllner von Anfang an wusste: Barmherzigkeit erfordert keine Perfektion. Sie verlangt Ehrlichkeit, Demut und Vertrauen. Gott freut sich über unsere Rückkehr, egal wie weit wir uns entfernt haben, und erhebt uns mit einer Liebe, die alles übersteigt, was wir uns vorstellen oder verdienen. Lasst uns also mit dem Gebet des Zöllners zu Gott kommen. Lasst uns unsere eigene Bedürftigkeit erkennen,

andere nicht richten und uns seiner Barmherzigkeit öffnen, die heilt, wiederherstellt und Leben schenkt. Amen.

EINLADUNG ZUR GABENBEREITUNG

Im Bewusstsein des gehörten Evangeliums und unserer eigenen Bedürftigkeit bringen wir nun Brot und Wein vor den Herrn. Wie der Zöllner vertrauen wir nicht auf uns selbst, sondern setzen unsere Hoffnung auf Gottes großzügige und heilende Liebe.

GABENGEBET

Barmherziger Herr, nimm diese Gaben, die wir auf deinen Altar legen. Wie dieses Brot und Wein für deinen Dienst geweiht werden, so reinige auch unsere Herzen von Stolz und Selbstvertrauen. Mache uns zu einem Volk, das dich in Demut und Wahrheit anbetet, und lass dieses Opfer uns tiefer in deine Barmherzigkeit führen. Durch Christus, unseren Herrn. Amen.

PRÄFATION

Wahrhaft recht und billig, Pflicht und Heilsdienlich ist es, dir, heiligem Vater, allmächtigem und ewigem Gott, immer und überall Dank zu sagen.

Denn du hast kein Gefallen an äußerem Opfer ohne Liebe, noch an Worten ohne Aufrichtigkeit des Herzens. In deiner Barmherzigkeit wendest du dich den Suchenden zu, erhebst die Demütigen und empfängst den Sünder, der vertrauensvoll zu dir zurückkehrt. Du heilst die Wunden deines Volkes und stellst es wieder her, nicht durch ihre eigenen Verdienste, sondern durch deine treue Liebe.

In dieser Fastenzeit rufst du uns weg von Stolz und Selbstgerechtigkeit und lädst uns zu einer tieferen Beziehung mit dir ein. Du lehrst, dass wahre Anbetung in Demut, wahres Gebet in Ehrlichkeit und wahre Heiligkeit im Vertrauen liegt. So preisen wir, zusammen mit Engeln und Heiligen, die sich an deiner Barmherzigkeit erfreuen, deine Herrlichkeit und singen:

Heilig, heilig, heilig...

EINLADUNG ZUM VATERUNSER

Versammelt als Kinder, die auf die Liebe des Vaters vertrauen, und im Bewusstsein unseres täglichen Bedarfs an Vergebung und Gnade, beten wir vertrauensvoll das Gebet, das uns der Erlöser gelehrt hat:

EMBOLISMUS

Befreie uns, Herr, von allem Bösen. Befreie unsere Herzen von Stolz, Vergleich und Selbstvertrauen, und schenke uns die Demut, die uns für deine Barmherzigkeit öffnet. Gib uns Frieden in unseren Tagen und hilf uns, freudig auf das Kommen unseres Erlösers Jesus Christus zu warten.

FRIEDENSGEBET

Herr Jesus Christus, du sagtest zu deinen Aposteln:
Frieden lasse ich euch, meinen Frieden gebe ich euch.
Schaue nicht auf unsere Sünden, sondern auf den Glauben und die Demut deines Volkes, das zu dir zurückkehren möchte. Schenke uns den Frieden, der aus Vergebung fließt, der gebrochene Herzen heilt und Gemeinschaft wiederherstellt, denn du lebst und herrschst in Ewigkeit. Amen.

EINLADUNG ZUR KOMMUNION

Siehe, das Lamm Gottes, das die Sünden der Welt hinwegnimmt. Selig sind, die zu ihm kommen, nicht im Vertrauen auf ihre eigene Würdigkeit, sondern ganz auf seine Barmherzigkeit.

MEDITATION NACH DER KOMMUNION

In der Stille dieses Moments lassen wir zu, dass der Herr, den wir empfangen haben, zu unserem Herzen spricht. Wie der Zöllner genügt uns ein einfaches Gebet: „Gott, sei mir Sünder gnädig.“ Möge diese Eucharistie uns versichern, dass wir erkannt, vergeben und geliebt sind, und möge sie uns demütig, dankbar und in Frieden aus diesem Ort entlassen.

SCHLUSSGEBET

Barmherziger Gott, du hast uns mit dem Leib und Blut deines Sohnes genährt, einem Geschenk der Heilung und Versöhnung. Durch dieses Sakrament stärke uns, demütig vor dir zu gehen, stets auf deine Barmherzigkeit zu vertrauen und dein Mitgefühl in Wort und Tat

widerzuspiegeln. Wir bitten durch Christus, unseren Herrn.
Amen.

SEGEN

Der Gott, der ein demütiges Herz nie abweist, segne euch mit der Gnade der Buße und Erneuerung. Christus erhebe euch, wenn ihr fallt, und lehre euch den Weg der Barmherzigkeit. Der Heilige Geist führe euch im Gebet, in Demut und Liebe. Und der allmächtige Gott segne euch, der Vater, ✠ der Sohn und der Heilige Geist. Amen.

ENTLASSUNG

Geht in Frieden und preist den Herrn durch ein Leben voller Demut, Barmherzigkeit und aufrichtigen Gebets.

GEDANKE ZUM MITNEHMEN

Gott verlangt nicht, dass wir ihn beeindrucken. Er verlangt, dass wir ihm vertrauen. Tretet jeden Tag vor den Herrn mit einem demütigen Herzen, im Vertrauen, dass seine Barmherzigkeit immer größer ist als unsere Schwäche.