Gebets-Challenge

Neue Hoffnung für den Alltag

Der Adoratio-Kongress war ein Ort der Begegnung – mit Jesus Christus, mit seinem Wort, mit seiner Hoffnung. Diese vierwöchige Gebets-Challenge lädt dich ein, das, was du dort empfangen hast, weiterzutragen und in deinem Alltag lebendig werden zu lassen.

Christliche Hoffnung ist keine bloße Stimmung oder Wunschvorstellung. Sie gründet in der lebendigen Beziehung zu Christus – in seinem Wort, in den Sakramenten und in einem Leben, das auf ihn ausgerichtet ist. Die Challenge möchte dich dabei unterstützen, in dieser Hoffnung zu wachsen und sie konkret in deinem Alltag zu leben.

In vier thematischen Wochen wirst du eingeladen, tiefer einzutauchen in das, was Hoffnung im christlichen Sinn bedeutet:

- **Im Hören auf das Wort Gottes** lernst du, aufmerksam für Gottes Stimme zu werden – in der Bibel und im eigenen Leben.
- **In der Begegnung mit Jesus in der Eucharistie** darfst du die Quelle der Hoffnung entdecken: Christus selbst, gegenwärtig im Sakrament.
- **Im Heilwerden durch Versöhnung** öffnet sich dir der Raum für einen Neuanfang – mit dir selbst, mit anderen und mit Gott.
- **Im Zeugnis eines hoffnungsvollen Lebens** wirst du gestärkt, das Empfangene nicht für dich zu behalten, sondern mit anderen zu teilen.

Die Gebets-Challenge begleitet dich mit täglichen Bibelstellen, Impulsen, Zeiten der Stille, kleinen geistlichen Übungen und konkreten Handlungsvorschlägen. Sie will dir helfen, das Feuer der Anbetung in deinem Herzen weiterbrennen zu lassen – mitten im Alltag, mitten in dieser Welt.

*Du bist gesendet –
von Christus her,
mit Seiner Hoffnung,
für andere.*

Woche 1 – „Ich bin mit euch alle Tage“ (Mt 28,20)

Zeitraum: 29. September– 05. Oktober 2025

Thema: Hoffnung in der Gegenwart Gottes finden

Tagesbetrachtungen

Siehe nächste Seite

Geistliche Übungen

1. Täglich 5 Minuten Stille mit Jesus
2. Die jeweilige Bibelstelle oder Enzyklika betend betrachten
3. Gegenwart Gottes im Alltag einüben – z. B. durch Stoßgebete, bewusstes Kreuzzeichen, Rede mit Jesus wie mit einem Freund

Gebet der Woche

Herr Jesus Christus,
du bist da – leise, verborgen, treu.

Inmitten meines Alltags wartest du auf mich.
Du sprichst: „Fürchte dich nicht, ich bin bei dir.“

Öffne meine Augen für deine Gegenwart.
Mach mein Herz still, damit ich dich hören kann.
Wenn Zweifel und Dunkelheit kommen,
dann sei du mein Licht und meine Hoffnung.

Lehre mich, in allem auf dich zu schauen –
in der Freude wie im Schmerz.
Du bist der Gott, der mitgeht.
In deiner Nähe will ich leben.

Amen.

Tagesbetrachtungen

Datum	Bibel	Botschaft
Mo, 29.09.	Matthäus 28, 16-20	„Ich bin mit euch alle Tage bis zum Ende der Welt

Die elf Jünger gingen nach Galiläa auf den Berg, den Jesus ihnen genannt hatte. Und als sie Jesus sahen, fielen sie vor ihm nieder, einige aber hatten Zweifel. Da trat Jesus auf sie zu und sagte zu ihnen: Mir ist alle Vollmacht gegeben im Himmel und auf der Erde. Darum geht und macht alle Völker zu meinen Jüngern; tauft sie auf den Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes und lehrt sie, alles zu befolgen, was ich euch geboten habe. Und siehe, ich bin mit euch alle Tage bis zum Ende der Welt.

Datum	Bibel	Botschaft
Di, 30.09.	Psalm 139,1–18	Gott kennt mich ganz – ein Psalm über Gottes Nähe

1 Für den Chorleiter. Von David. Ein Psalm. HERR, du hast mich erforscht und kennst mich. / 2 Ob ich sitze oder stehe, du kennst es. Du durchschaust meine Gedanken von fern. 3 Ob ich gehe oder ruhe, du hast es gemessen. Du bist vertraut mit all meinen Wegen. 4 Ja, noch nicht ist das Wort auf meiner Zunge, siehe, HERR, da hast du es schon völlig erkannt. 5 Von hinten und von vorn hast du mich umschlossen, hast auf mich deine Hand gelegt. 6 Zu wunderbar ist für mich dieses Wissen, zu hoch, ich kann es nicht begreifen. 7 Wohin kann ich gehen vor deinem Geist, wohin vor deinem Angesicht fliehen? 8 Wenn ich hinaufstiege zum Himmel - dort bist du; wenn ich mich lagerte in der Unterwelt - siehe, da bist du. 9 Nähme ich die Flügel des Morgenrots, ließe ich mich nieder am Ende des Meeres, 10 auch dort würde deine Hand mich leiten und deine Rechte mich ergreifen. 11 Würde ich sagen: Finsternis soll mich verschlingen und das Licht um mich soll Nacht sein! 12 Auch die Finsternis ist nicht finster vor dir, / die Nacht leuchtet wie der Tag, wie das Licht wird die Finsternis. 13 Du selbst hast mein Innerstes geschaffen, hast mich gewoben im Schoß meiner Mutter. 14 Ich danke dir, dass ich so staunenswert und wunderbar gestaltet bin. Ich weiß es genau: Wunderbar sind deine Werke. 15 Dir waren meine Glieder nicht verborgen, / als ich gemacht wurde im Verborgenen, gewirkt in den Tiefen der Erde. 16 Als ich noch gestaltlos war, sahen mich bereits deine Augen. In deinem Buch sind sie alle verzeichnet: die Tage, die schon geformt waren, als noch keiner von ihnen da war. 17 Wie kostbar sind mir

deine Gedanken, Gott! Wie gewaltig ist ihre Summe! 18 Wollte ich sie zählen, sie sind zahlreicher als der Sand. Ich erwache und noch immer bin ich bei dir.

Datum	Bibel	Botschaft
Mi, 01.10.	Psalm 23	Der Herr ist mein Hirte – Vertrauen trotz Dunkelheit

1 Ein Psalm Davids. Der HERR ist mein Hirt, nichts wird mir fehlen.2 Er lässt mich lagern auf grünen Auen und führt mich zum Ruheplatz am Wasser.3 Meine Lebenskraft bringt er zurück. / Er führt mich auf Pfaden der Gerechtigkeit, getreu seinem Namen.4 Auch wenn ich gehe im finsternen Tal, ich fürchte kein Unheil; denn du bist bei mir, dein Stock und dein Stab, sie trösten mich.5 Du deckst mir den Tisch vor den Augen meiner Feinde. Du hast mein Haupt mit Öl gesalbt, übervoll ist mein Becher.6 Ja, Güte und Huld werden mir folgen mein Leben lang / und heimkehren werde ich ins Haus des HERRN für lange Zeiten.

Datum	Bibel	Botschaft
Do, 02.10.	Johannes 14,18–24	Ich lasse euch nicht als Waisen zurück

Ich werde euch nicht als Waisen zurücklassen, ich komme zu euch. Nur noch kurze Zeit und die Welt sieht mich nicht mehr; ihr aber seht mich, weil ich lebe und auch ihr leben werdet. An jenem Tag werdet ihr erkennen: Ich bin in meinem Vater, ihr seid in mir und ich bin in euch. Wer meine Gebote hat und sie hält, der ist es, der mich liebt; wer mich aber liebt, wird von meinem Vater geliebt werden und auch ich werde ihn lieben und mich ihm offenbaren. Judas - nicht der Iskariot - fragte ihn: Herr, wie kommt es, dass du dich nur uns offenbaren willst und nicht der Welt? Jesus antwortete ihm: Wenn jemand mich liebt, wird er mein Wort halten; mein Vater wird ihn lieben und wir werden zu ihm kommen und bei ihm Wohnung nehmen. Wer mich nicht liebt, hält meine Worte nicht. Und das Wort, das ihr hört, stammt nicht von mir, sondern vom Vater, der mich gesandt hat.

Datum	Bibel	Botschaft
Fr, 03.10.	Jesaja 43,1–3	Fürchte dich nicht, ich bin mit dir

Jetzt aber - so spricht der HERR, / der dich erschaffen hat, Jakob, / und der dich geformt hat, Israel: Fürchte dich nicht, denn ich habe dich ausgelöst, / ich habe dich beim Namen gerufen,

du gehörst mir! Wenn du durchs Wasser schreitest, bin ich bei dir, / wenn durch Ströme, dann reißen sie dich nicht fort. Wenn du durchs Feuer gehst, wirst du nicht versengt, / keine Flamme wird dich verbrennen. Denn ich, der HERR, bin dein Gott, / ich, der Heilige Israels, bin dein Retter. Ich habe Ägypten als Kaufpreis für dich gegeben, / Kusch und Seba an deiner Stelle.

Datum	Enzyklika	Botschaft
Sa, 04.10.	Lumen fidei, Nr. 31	Der Glaube als Hören und Sehen

Nur so, durch die Inkarnation, durch das Teilen unseres Menschseins konnte die der Liebe eigene Erkenntnis zur Fülle gelangen. Das Licht der Liebe leuchtet nämlich auf, wenn wir im Herzen angerührt werden und so in uns die innere Gegenwart des Geliebten empfangen, die uns erlaubt, sein Geheimnis zu erkennen. So verstehen wir auch, warum für den heiligen Johannes der Glaube neben dem Hören und dem Sehen ein Berühren ist, wie er in seinem ersten Brief sagt: »Was wir gehört haben, was wir mit unseren Augen gesehen, was wir geschaut und was unsere Hände angefasst haben, das verkünden wir: das Wort des Lebens« (1 Joh 1,1). Mit seiner Inkarnation, mit seinem Kommen in unsere Mitte hat Jesus uns berührt, und durch die Sakramente berührt er uns auch heute. Auf diese Weise, indem er unser Herz verwandelte, hat er uns ermöglicht und ermöglicht er uns weiterhin, ihn als Sohn Gottes zu erkennen und zu bekennen. Mit dem Glauben können wir ihn berühren und die Macht seiner Gnade empfangen. In seiner Auslegung der Erzählung von der blutflüssigen Frau, die Jesus berührt, um geheilt zu werden (vgl. Lk 8,45-46), sagt der heilige Augustinus: »Mit dem Herzen berühren, das ist glauben.« Die Menschenmenge drängt sich um Jesus, doch sie erreicht ihn nicht mit der persönlichen Berührung des Glaubens, der sein Geheimnis erkennt, dass er der Sohn ist, der den Vater offenbart. Nur wenn wir Jesus gleichgestaltet werden, empfangen wir Augen, die geeignet sind, ihn zu sehen.

Datum	Bibel	Botschaft
So, 05.10.	Römer 8,31–39	Nichts kann uns trennen von Gottes Liebe

Was sollen wir nun dazu sagen? Ist Gott für uns, wer ist dann gegen uns? Er hat seinen eigenen Sohn nicht verschont, sondern ihn für uns alle hingegeben - wie sollte er uns mit ihm nicht alles schenken? Wer kann die Auserwählten Gottes anklagen? Gott ist es, der

gerecht macht. Wer kann sie verurteilen? Christus Jesus, der gestorben ist, mehr noch: Der auferweckt worden ist, er sitzt zur Rechten Gottes und tritt für uns ein. Was kann uns scheiden von der Liebe Christi? Bedrängnis oder Not oder Verfolgung, Hunger oder Kälte, Gefahr oder Schwert? Wie geschrieben steht: Um deinetwillen sind wir den ganzen Tag dem Tod ausgesetzt; wir werden behandelt wie Schafe, die man zum Schlachten bestimmt hat. Doch in alldem tragen wir einen glänzenden Sieg davon durch den, der uns geliebt hat. Denn ich bin gewiss: Weder Tod noch Leben, weder Engel noch Mächte, weder Gegenwärtiges noch Zukünftiges noch Gewalten, weder Höhe oder Tiefe noch irgendeine andere Kreatur können uns scheiden von der Liebe Gottes, die in Christus Jesus ist, unserem Herrn.

Woche 2 – „Ich hoffe auf dein Wort“ (Psalm 119,81)

Zeitraum: 06. – 12. Oktober 2025

Thema: Die Hoffnung der Verheißungen Gottes

Tagesbetrachtungen

Siehe nächste Seite

Geistliche Übungen

- 1. Täglich 5 Minuten Stille mit Jesus
- 2. Die jeweilige Bibelstelle oder Enzyklika betend betrachten
- 3. Gegenwart Gottes im Alltag einüben – z. B. durch Stoßgebete, bewusstes Kreuzzeichen, inneres Gespräch

Gebet der Woche

Vater im Himmel,
du siehst mich mit Augen der Liebe.
Du hast mich gewollt, geschaffen und berufen.
Du sprichst über mein Leben Worte des Segens:
Ich bin dein geliebtes Kind – kostbar und wertvoll in deinen Augen.
Ich bin nicht vergessen, nicht verloren,
sondern gehalten in deiner starken Hand.
Du sagst:
Ich bin wunderbar gemacht.
Ich bin nicht allein – du bist bei mir.
Ich bin erlöst, frei, neu geworden durch Jesus Christus.
Ich bin gesegnet mit deinem Geist,
berufen zu einem Leben in Hoffnung und Freude.

Lass diese Wahrheit in mein Herz sinken –
tiefer als jede Angst, stärker als jeder Zweifel.
Heile, was in mir verletzt ist,
und richte mich auf durch deine Worte.

Du bist der Gott, der spricht –
und der erfüllt, was er verheißt.
Dein Ja zu mir ist fester als jedes Nein dieser Welt.
In deiner Liebe finde ich meine Identität,
meinen Frieden, meinen Wert.

Amen.

Tagesbetrachtungen

Datum	Bibel	Botschaft
Mo, 06.10.	Psalm 119,89-96	Ein Lobgesang auf Gottes Wort

O HERR, in Ewigkeit steht aufrecht dein Wort am Himmel. Von Geschlecht zu Geschlecht währt deine Treue; du hast die Erde gegründet, sie bleibt bestehen. Nach deinen Entscheiden bestehen sie bis heute, denn das All steht dir zu Diensten. Wäre nicht deine Weisung mein Ergötzen, ich wäre zugrunde gegangen in meinem Elend. Nie will ich deine Befehle vergessen; denn durch sie belebst du mich. Dein bin ich, errette mich! Ich suche deine Befehle. Frevler lauern mir auf, um mich zu vernichten, doch in deine Zeugnisse habe ich Einsicht. Ich sah, dass alles Vollkommene Grenzen hat, doch dein Gebot ist von unendlicher Weite.

Datum	Bibel	Botschaft
Di, 07.10.	Jesaja 40,28–31	Neue Kraft für die Müden – Hoffnung erneuert

Weißt du es nicht, hörst du es nicht? / Der HERR ist ein ewiger Gott, / der die Enden der Erde erschuf. Er wird nicht müde und matt, / unergründlich ist seine Einsicht. Er gibt dem Müden Kraft, / dem Kraftlosen verleiht er große Stärke. Die Jungen werden müde und matt, / junge Männer stolpern und stürzen. Die aber auf den HERRN hoffen, / empfangen neue Kraft, / wie Adlern wachsen ihnen Flügel. Sie laufen und werden nicht müde, / sie gehen und werden nicht matt.

Datum	Bibel	Botschaft
Mi, 08.10.	Hebräer 10,19-25	Das unwandelbare Bekenntnis

So haben wir die Zuversicht, Brüder und Schwestern, durch das Blut Jesu in das Heiligtum einzutreten. Er hat uns den neuen und lebendigen Weg erschlossen durch den Vorhang hindurch, das heißt durch sein Fleisch. Und da wir einen Hohepriester haben, der über das Haus Gottes gestellt ist, lasst uns mit aufrichtigem Herzen und in voller Gewissheit des Glaubens hinzutreten, die Herzen durch Besprengung gereinigt vom schlechten Gewissen und den Leib gewaschen mit reinem Wasser! Lasst uns an dem unwandelbaren Bekenntnis

der Hoffnung festhalten, denn er, der die Verheißung gegeben hat, ist treu! Lasst uns aufeinander achten und uns zur Liebe und zu guten Taten anspornen! Lasst uns nicht unseren Zusammenkünften fernbleiben, wie es einigen zur Gewohnheit geworden ist, sondern ermuntert einander, und das umso mehr, als ihr seht, dass der Tag naht!

Datum	Bibel	Botschaft
Do, 09.10.	Römer 4,18–21	Abraham hoffte gegen alle Hoffnung

Gegen alle Hoffnung hat er voll Hoffnung geglaubt, dass er der Vater vieler Völker werde, nach dem Wort: So zahlreich werden deine Nachkommen sein. Ohne im Glauben schwach zu werden, bedachte er, der fast Hundertjährige, dass sein Leib und auch Saras Mutterschoß schon erstorben waren. Er zweifelte aber nicht im Unglauben an der Verheißung Gottes, sondern wurde stark im Glauben, indem er Gott die Ehre erwies, fest davon überzeugt, dass Gott die Macht besitzt, auch zu tun, was er verheißen hat.

Datum	Bibel	Botschaft
Fr, 10.10.	2 Korinther 1,20	In Christus ist das Ja zu allen Verheißungen Gottes

Denn er ist das Ja zu allem, was Gott verheißen hat. Darum ergeht auch durch ihn das Amen zu Gottes Lobpreis, vermittelt durch uns.

Datum	Enzyklika	Botschaft
Sa, 11.10.	Spe salvi, Nr. 33	Das Gebet als Schule der Hoffnung

Sehr schön hat Augustinus in einer Predigt zum Ersten Johannes-Brief den inneren Zusammenhang von Gebet und Hoffnung dargestellt. Er definiert das Gebet als Übung der Sehnsucht. Der Mensch ist zum Großen geschaffen – für Gott selbst, für das Erfüllt werden von ihm. Aber sein Herz ist zu eng für das Große, das ihm zgedacht ist. Es muss geweitet werden. "Indem Gott die Gabe [seiner selbst] aufschiebt, verstärkt er unser Verlangen; durch das Verlangen weitet er unser Inneres; indem er es ausweitet, macht er es aufnahmefähiger [für ihn selbst]." Augustinus verweist auf den heiligen Paulus, der von sich sagt, dass er ausgestreckt auf das Kommende hin lebe (vgl. Phil 3, 13), und gebraucht dann ein sehr schönes Bild, um diesen Vorgang der Weitung und Bereitung des menschlichen Herzens zu

beschreiben. "Stell dir vor, Gott will dich mit Honig [Bild für die Zärtlichkeit Gottes und seine Güte] anfüllen. Wenn du aber ganz mit Essig angefüllt bist, wohin willst du den Honig tun?" Das Gefäß, d.h. das Herz, muss zuerst ausgeweitet und dann gereinigt werden: vom Essig und vom Essiggeschmack befreit werden. Das kostet Arbeit, das kostet Schmerz, aber nur so entsteht die Eignung für das, wozu wir bestimmt sind.[26] Auch wenn Augustin unmittelbar nur von der Aufnahmefähigkeit für Gott spricht, wird doch ganz deutlich, dass der Mensch in dieser Arbeit, in der er sich vom Essig und seinem Essiggeschmack befreit, nicht nur für Gott frei, sondern gerade auch für die anderen offen wird. Denn nur indem wir Kinder Gottes werden, können wir beim gemeinsamen Vater sein. Beten bedeutet nicht, aus der Geschichte auszusteigen und sich in den privaten Winkel des eigenen Glücks zurückzuziehen. Rechtes Beten ist ein Vorgang der inneren Reinigung, der uns gottfähig und so gerade auch menschenfähig macht. Im Beten muss der Mensch lernen, was er von Gott wirklich erbitten darf – was Gottes würdig ist. Er muss lernen, dass er nicht gegen den anderen beten kann. Er muss lernen, dass er nicht um die oberflächlichen und bequemen Dinge bitten darf, die er sich gerade wünscht – die falsche kleine Hoffnung, die ihn von Gott wegführt. Er muss seine Wünsche und Hoffnungen reinigen. Er muss sich von seinen stillen Lügen befreien, mit denen er sich selbst betrügt: Gott durchschaut sie, und die Konfrontation mit Gott nötigt ihn, sie selbst zu erkennen. "Wer bemerkt seine eigenen Fehler? Sprich mich frei von Schuld, die mir nicht bewusst ist", betet der Psalmist (Ps 19 [18], 13). Das Nichterkennen von Schuld, der Unschuldswahn, rechtfertigt und rettet mich nicht, denn ich bin selber schuld an der Abstumpfung meines Gewissens, an meiner Unfähigkeit, das Böse in mir als solches zu erkennen. Wenn es Gott nicht gibt, muss ich mich vielleicht in solche Lügen flüchten, weil es niemand gibt, der mir vergeben könnte, niemand, der wirklich Maßstab ist. Aber die Begegnung mit Gott weckt mein Gewissen, damit es nicht mehr Selbstrechtfertigung, Spiegelung meiner selbst und der mich prägenden Zeitgenossen ist, sondern Hörfähigkeit für das Gute selber wird.

Datum	Bibel	Botschaft
So, 12.10.	Johannes 6,66–69	Herr, zu wem sollen wir gehen? Du hast Worte des ewigen Lebens

Daraufhin zogen sich viele seiner Jünger zurück und gingen nicht mehr mit ihm umher. Da fragte Jesus die Zwölf: Wollt auch ihr weggehen? Simon Petrus antwortete ihm: Herr, zu wem sollen wir gehen? Du hast Worte des ewigen Lebens. Wir sind zum Glauben gekommen und haben erkannt: Du bist der Heilige Gottes.

Woche 3 – „Durch seine Wunden sind wir geheilt“ (Jes 53,5)

Zeitraum: 13. – 19. Oktober 2025

Thema: Hoffnung durch Heilung und Versöhnung

Tagesbetrachtungen

Siehe nächste Seite

Geistliche Übungen

1. Täglich 5 Minuten Stille mit Jesus
2. Die jeweilige Tagesstelle oder Enzyklika betend lesen – wo wirkt Heilung?
3. In der Woche: Beichte empfangen oder ein Gespräch mit einem Seelsorger aufsuchen

Gebet der Woche

Barmherziger Jesus,
du hast dich den Verletzten und Verlorenen zugewandt.
Du hast Wunden berührt und Herzen geheilt.

Schau auch auf meine zerbrochenen Stellen,
auf Schuld, die ich verdränge, auf Schmerz, den ich trage.

Sprich dein Wort des Friedens in mein Innerstes.
Hilf mir, zu dir zurückzukehren –
in der Beichte, im Gebet, im Vertrauen.

Du verwandelst mein Dunkel in Licht.
Du bist meine Hoffnung.

Amen.

Tagesbetrachtungen

Datum	Bibel	Botschaft
Mo 13.10.	Jesaja 53	Das leidende Gottesknechtlied

Wer hat geglaubt, was wir gehört haben? / Der Arm des HERRN - wem wurde er offenbar? Vor seinen Augen wuchs er auf wie ein junger Spross, / wie ein Wurzeltrieb aus trockenem Boden. Er hatte keine schöne und edle Gestalt, / sodass wir ihn anschauen mochten. Er sah nicht so aus, / dass wir Gefallen fanden an ihm. Er wurde verachtet und von den Menschen gemieden, / ein Mann voller Schmerzen, / mit Krankheit vertraut. Wie einer, vor dem man das Gesicht verhüllt, / war er verachtet; wir schätzten ihn nicht. Aber er hat unsere Krankheit getragen / und unsere Schmerzen auf sich geladen. Wir meinten, er sei von Gott geschlagen, / von ihm getroffen und gebeugt. Doch er wurde durchbohrt wegen unserer Vergehen, / wegen unserer Sünden zermalmt. Zu unserem Heil lag die Züchtigung auf ihm, / durch seine Wunden sind wir geheilt. Wir hatten uns alle verirrt wie Schafe, / jeder ging für sich seinen Weg. Doch der HERR ließ auf ihn treffen / die Schuld von uns allen. Er wurde bedrängt und misshandelt, / aber er tat seinen Mund nicht auf. Wie ein Lamm, das man zum Schlachten führt, / und wie ein Schaf vor seinen Scherern verstummt, / so tat auch er seinen Mund nicht auf. Durch Haft und Gericht wurde er dahingerafft, / doch wen kümmerte sein Geschick? Er wurde vom Land der Lebenden abgeschnitten / und wegen der Vergehen meines Volkes zu Tode getroffen. Bei den Frevlern gab man ihm sein Grab / und bei den Reichen seine Ruhestätte, obwohl er kein Unrecht getan hat / und kein trügerisches Wort in seinem Mund war. Doch der HERR hat Gefallen an dem von Krankheit Zermalmt. / Wenn du, Gott, sein Leben als Schuldopfer einsetzt, wird er Nachkommen sehen und lange leben. / Was dem HERRN gefällt, wird durch seine Hand gelingen. Nachdem er vieles ertrug, erblickt er das Licht. / Er sättigt sich an Erkenntnis. Mein Knecht, der gerechte, macht die Vielen gerecht; / er lädt ihre Schuld auf sich.[1] Deshalb gebe ich ihm Anteil unter den Großen / und mit Mächtigen teilt er die Beute, weil er sein Leben dem Tod preisgab / und sich unter die Abtrünnigen rechnen ließ. Er hob die Sünden der Vielen auf / und trat für die Abtrünnigen ein.

Datum	Bibel	Botschaft
Di, 14.10.	Lukas 15,11–32	Die Rückkehr des verlorenen Sohnes – Hoffnung auf Versöhnung

Weiter sagte Jesus: Ein Mann hatte zwei Söhne. Der jüngere von ihnen sagte zu seinem Vater: Vater, gib mir das Erbteil, das mir zusteht! Da teilte der Vater das Vermögen unter sie auf. Nach wenigen Tagen packte der jüngere Sohn alles zusammen und zog in ein fernes Land. Dort führte er ein zügelloses Leben und verschleuderte sein Vermögen. Als er alles durchgebracht hatte, kam eine große Hungersnot über jenes Land und er begann Not zu leiden. Da ging er zu einem Bürger des Landes und drängte sich ihm auf; der schickte ihn aufs Feld zum Schweinehüten. Er hätte gern seinen Hunger mit den Futterschoten gestillt, die die Schweine fraßen; aber niemand gab ihm davon. Da ging er in sich und sagte: Wie viele Tagelöhner meines Vaters haben Brot im Überfluss, ich aber komme hier vor Hunger um. Ich will aufbrechen und zu meinem Vater gehen und zu ihm sagen: Vater, ich habe mich gegen den Himmel und gegen dich versündigt. Ich bin nicht mehr wert, dein Sohn zu sein; mach mich zu einem deiner Tagelöhner! Dann brach er auf und ging zu seinem Vater. Der Vater sah ihn schon von Weitem kommen und er hatte Mitleid mit ihm. Er lief dem Sohn entgegen, fiel ihm um den Hals und küsste ihn. Da sagte der Sohn zu ihm: Vater, ich habe mich gegen den Himmel und gegen dich versündigt; ich bin nicht mehr wert, dein Sohn zu sein. Der Vater aber sagte zu seinen Knechten: Holt schnell das beste Gewand und zieht es ihm an, steckt einen Ring an seine Hand und gebt ihm Sandalen an die Füße! Bringt das Mastkalb her und schlachtet es; wir wollen essen und fröhlich sein. Denn dieser, mein Sohn, war tot und lebt wieder; er war verloren und ist wiedergefunden worden. Und sie begannen, ein Fest zu feiern. Sein älterer Sohn aber war auf dem Feld. Als er heimging und in die Nähe des Hauses kam, hörte er Musik und Tanz. Da rief er einen der Knechte und fragte, was das bedeuten sollte. Der Knecht antwortete ihm: Dein Bruder ist gekommen und dein Vater hat das Mastkalb schlachten lassen, weil er ihn gesund wiederbekommen hat. Da wurde er zornig und wollte nicht hineingehen. Sein Vater aber kam heraus und redete ihm gut zu. Doch er erwiderte seinem Vater: Siehe, so viele Jahre schon diene ich dir und nie habe ich dein Gebot übertreten; mir aber hast du nie einen Ziegenbock geschenkt, damit ich mit meinen Freunden ein Fest feiern konnte. Kaum aber ist der hier gekommen, dein Sohn, der dein

Vermögen mit Dirnen durchgebracht hat, da hast du für ihn das Mastkalb geschlachtet. Der Vater antwortete ihm: Mein Kind, du bist immer bei mir und alles, was mein ist, ist auch dein. Aber man muss doch ein Fest feiern und sich freuen; denn dieser, dein Bruder, war tot und lebt wieder; er war verloren und ist wiedergefunden worden.

Datum	Bibel	Botschaft
Mi, 15.10.	Johannes 20,19–23	Der Auferstandene bringt Frieden und Versöhnung

Am Abend dieses ersten Tages der Woche, als die Jünger aus Furcht vor den Juden bei verschlossenen Türen beisammen waren, kam Jesus, trat in ihre Mitte und sagte zu ihnen: Friede sei mit euch! Nach diesen Worten zeigte er ihnen seine Hände und seine Seite. Da freuten sich die Jünger, als sie den Herrn sahen. Jesus sagte noch einmal zu ihnen: Friede sei mit euch! Wie mich der Vater gesandt hat, so sende ich euch. Nachdem er das gesagt hatte, hauchte er sie an und sagte zu ihnen: Empfangt den Heiligen Geist! Denen ihr die Sünden erlasst, denen sind sie erlassen; denen ihr sie behaltet, sind sie behalten.

Datum	Bibel	Botschaft
Do, 16.10.	Psalms 51,3–14	Reue, Heilung, Neubeginn – ein Bußpsalm

Gott, sei mir gnädig nach deiner Huld, tilge meine Frevel nach deinem reichen Erbarmen! Wasch meine Schuld von mir ab und mach mich rein von meiner Sünde! Denn ich erkenne meine bösen Taten, meine Sünde steht mir immer vor Augen. Gegen dich allein habe ich gesündigt, ich habe getan, was böse ist in deinen Augen. So behältst du recht mit deinem Urteilsspruch, lauter stehst du da als Richter. Siehe, in Schuld bin ich geboren und in Sünde hat mich meine Mutter empfangen. Siehe, an Treue im Innersten hast du Gefallen, im Verborgenen lehrst du mich Weisheit. Entsündige mich mit Ysop, dann werde ich rein; wasche mich und ich werde weißer als Schnee! Lass mich Entzücken und Freude hören! Jubeln sollen die Glieder, die du zerschlagen hast. Verbirg dein Angesicht vor meinen Sünden, tilge alle Schuld, mit der ich beladen bin! Erschaffe mir, Gott, ein reines Herz und einen festen Geist erneuere in meinem Innern! Verwirf mich nicht vor deinem Angesicht, deinen heiligen Geist nimm nicht von mir! Gib mir wieder die Freude deines Heils, rüste mich aus mit dem Geist der Großmut!

Datum	Bibel	Botschaft
Fr, 17.10.	Markus 2,1–12	Jesus heilt einen Gelähmten – Glaube schenkt neue Hoffnung

Als er nach einigen Tagen wieder nach Kafarnaum hineinging, wurde bekannt, dass er im Hause war. Und es versammelten sich so viele Menschen, dass nicht einmal mehr vor der Tür Platz war; und er verkündete ihnen das Wort. Da brachte man einen Gelähmten zu ihm, von vier Männern getragen. Weil sie ihn aber wegen der vielen Leute nicht bis zu Jesus bringen konnten, deckten sie dort, wo Jesus war, das Dach ab, schlugen die Decke durch und ließen den Gelähmten auf seiner Liege durch die Öffnung hinab. Als Jesus ihren Glauben sah, sagte er zu dem Gelähmten: Mein Sohn, deine Sünden sind dir vergeben! Einige Schriftgelehrte aber, die dort saßen, dachten in ihrem Herzen: Wie kann dieser Mensch so reden? Er lästert Gott. Wer kann Sünden vergeben außer dem einen Gott? Jesus erkannte sogleich in seinem Geist, dass sie so bei sich dachten, und sagte zu ihnen: Was für Gedanken habt ihr in euren Herzen? Was ist leichter, zu dem Gelähmten zu sagen: Deine Sünden sind dir vergeben! oder zu sagen: Steh auf, nimm deine Liege und geh umher? Damit ihr aber erkennt, dass der Menschensohn die Vollmacht hat, auf der Erde Sünden zu vergeben - sagte er zu dem Gelähmten: Ich sage dir: Steh auf, nimm deine Liege und geh nach Hause! Er stand sofort auf, nahm seine Liege und ging vor aller Augen weg. Da gerieten alle in Staunen; sie priesen Gott und sagten: So etwas haben wir noch nie gesehen.

Datum	Enzyklika	Botschaft
Sa, 18.10.	Spe salvi, Nr. 40	Leiden wird im Licht der Hoffnung verstanden

Noch eine für die Dinge des Alltags nicht ganz unerhebliche kleine Bemerkung möchte ich anfügen. Zu einer heute vielleicht weniger praktizierten, aber vor nicht allzu langer Zeit noch sehr verbreiteten Weise der Frömmigkeit gehörte der Gedanke, man könne die kleinen Mühen des Alltags, die uns immer wieder einmal wie mehr oder weniger empfindliche Nadelstiche treffen, "aufopfern" und ihnen dadurch Sinn verleihen. In dieser Frömmigkeit gab es gewiß Übertriebenes und auch Ungesundes, aber es ist zu fragen, ob da nicht doch irgendwie etwas Wesentliches und Helfendes enthalten war. Was kann das heißen: "aufopfern"? Diese Menschen waren überzeugt, daß sie ihre kleinen Mühen in das große

Mitleiden Christi hineinlegen konnten, so daß sie irgendwie zu dem Schatz des Mitleids gehörten, dessen die Menschheit bedarf. So könnten auch die kleinen Verdrießlichkeiten des Alltags Sinn gewinnen und zum Haushalt des Guten, der Liebe in der Menschheit beitragen. Vielleicht sollten wir doch fragen, ob solches nicht auch für uns wieder zu einer sinnvollen Möglichkeit werden kann.

Datum	Bibel	Botschaft
So, 19.10.	2 Korinther 5,17–21	„Wir sind Gesandte an Christi Statt“ – Dienst der Versöhnung

Wenn also jemand in Christus ist, dann ist er eine neue Schöpfung: Das Alte ist vergangen, siehe, Neues ist geworden. Aber das alles kommt von Gott, der uns durch Christus mit sich versöhnt und uns den Dienst der Versöhnung aufgetragen hat. Ja, Gott war es, der in Christus die Welt mit sich versöhnt hat, indem er ihnen ihre Verfehlungen nicht anrechnet und unter uns das Wort von der Versöhnung aufgerichtet hat. Wir sind also Gesandte an Christi statt und Gott ist es, der durch uns mahnt. Wir bitten an Christi statt: Lasst euch mit Gott versöhnen! Er hat den, der keine Sünde kannte, für uns zur Sünde gemacht, damit wir in ihm Gerechtigkeit Gottes würden.

Woche 4 – „Eine lebendige Hoffnung“ (1 Petrus 1,3)

Zeitraum: 20. – 26. Oktober 2025

Thema: In die Welt gesandt als Zeugen der Hoffnung

Tagesbetrachtungen

Siehe nächste Seite

Geistliche Übungen

1. Täglich 5 Minuten Stille mit Jesus
2. Die Bibelstelle oder Enzyklika des Tages betrachten – wo ruft Gott mich zur Hoffnung?
3. Zeugnis aufschreiben: Wann hat Gott mir neue Hoffnung geschenkt? Wo war ich heute ein Zeuge Seiner Hoffnung?
4. Für andere beten, die keine Hoffnung mehr haben

Gebet der Woche

Heiliger Geist, Atem des Lebens,
du hast in mir Hoffnung entzündet –
jetzt sende mich zu denen, die sie verloren haben.

Gib mir Mut, das Evangelium zu leben,
Freude weiterzugeben, wo Traurigkeit herrscht,
Licht zu bringen, wo Dunkelheit ist.

Mache mich zu einem Werkzeug deiner Hoffnung.
Lass mein Zeugnis echt sein,
aus der Tiefe meines Herzens geboren.

Du bist die Kraft, die trägt.
Du bist die Hoffnung, die bleibt.

Amen.

Tagesbetrachtungen

Datum	Bibel	Botschaft
Mo, 20.10.	1 Petrus 1,3–9	Gott hat uns neu geboren zu einer lebendigen Hoffnung

Gepriesen sei der Gott und Vater unseres Herrn Jesus Christus: Er hat uns in seinem großen Erbarmen neu gezeugt zu einer lebendigen Hoffnung durch die Auferstehung Jesu Christi von den Toten, zu einem unzerstörbaren, makellosen und unvergänglichen Erbe, das im Himmel für euch aufbewahrt ist. Gottes Kraft behütet euch durch den Glauben, damit ihr die Rettung erlangt, die am Ende der Zeit offenbart werden soll. Deshalb seid ihr voll Freude, wenn es für kurze Zeit jetzt sein muss, dass ihr durch mancherlei Prüfungen betrübt werdet. Dadurch soll sich eure Standfestigkeit im Glauben, der kostbarer ist als Gold, das im Feuer geprüft wurde und doch vergänglich ist, herausstellen - zu Lob, Herrlichkeit und Ehre bei der Offenbarung Jesu Christi. Ihn habt ihr nicht gesehen und dennoch liebt ihr ihn; ihr seht ihn auch jetzt nicht; aber ihr glaubt an ihn und jubelt in unaussprechlicher und von Herrlichkeit erfüllter Freude, da ihr das Ziel eures Glaubens empfangen werdet: eure Rettung.

Datum	Bibel	Botschaft
Di, 21.10.	Matthäus 5,13–16	Ihr seid das Licht der Welt

Ihr seid das Salz der Erde. Wenn das Salz seinen Geschmack verliert, womit kann man es wieder salzig machen? Es taugt zu nichts mehr, außer weggeworfen und von den Leuten zertreten zu werden. Ihr seid das Licht der Welt. Eine Stadt, die auf einem Berg liegt, kann nicht verborgen bleiben. Man zündet auch nicht eine Leuchte an und stellt sie unter den Scheffel, sondern auf den Leuchter; dann leuchtet sie allen im Haus. So soll euer Licht vor den Menschen leuchten, damit sie eure guten Taten sehen und euren Vater im Himmel preisen.

Datum	Bibel	Botschaft
Mi, 22.10.	Römer 15,13	Der Gott der Hoffnung erfülle euch mit Freude u. Frieden

Der Gott der Hoffnung aber erfülle euch mit aller Freude und mit allem Frieden im Glauben, damit ihr euch werdet an Hoffnung in der Kraft des Heiligen Geistes.

Datum	Bibel	Botschaft
Do, 23.10.	2 Timotheus 1,6–8	Mut zur Zeugenschaft in Kraft und Liebe

Darum rufe ich dir ins Gedächtnis: Entfache die Gnade Gottes wieder, die dir durch die Auflegung meiner Hände zuteilgeworden ist! Denn Gott hat uns nicht einen Geist der Verzagtheit gegeben, sondern den Geist der Kraft, der Liebe und der Besonnenheit. Schäme dich also nicht des Zeugnisses für unseren Herrn und auch nicht meiner, seines Gefangenen, sondern leide mit mir für das Evangelium! Gott gibt dazu die Kraft:

Datum	Bibel	Botschaft
Fr, 24.10.	Philipper 2,14–16	Leuchtet als Lichter in der Welt

Tut alles ohne Murren und Bedenken, damit ihr rein und ohne Tadel seid, Kinder Gottes ohne Makel mitten in einer verkehrten und verwirrten Generation, unter der ihr als Lichter in der Welt leuchtet! Haltet fest am Wort des Lebens, mir zum Ruhm für den Tag Christi, damit ich nicht vergeblich gelaufen bin oder mich umsonst abgemüht habe!

Datum	Enzyklika	Botschaft
Sa, 25.10.	Evangelii gaudium, 274	Ein Christ ist nie ohne Hoffnung – er ist Missionar der Hoffnung

Um das Leben mit den Menschen zu teilen und uns ihnen großzügig zu widmen, müssen wir auch anerkennen, dass jeder Mensch unserer Hingabe würdig ist. Nicht wegen seiner körperlichen Gestalt, seiner Fähigkeiten, seiner Sprache, seines Denkens oder der Befriedigung, die wir erhalten, sondern weil er Werk Gottes, sein Geschöpf ist. Dieser hat ihn als sein Abbild erschaffen, und er spiegelt etwas von Gottes Herrlichkeit wider. Jeder Mensch

ist Objekt der unendlichen zarten Liebe des Herrn, und er selbst wohnt in seinem Leben. Jesus Christus hat sein kostbares Blut am Kreuz für diesen Menschen vergossen. Jenseits aller äußeren Erscheinung ist jeder *unendlich heilig und verdient unsere Liebe und unsere Hingabe*. Deswegen, wenn ich es schaffe, nur einem Menschen zu helfen, ein besseres Leben zu haben, rechtfertigt dies schon den Einsatz meines Lebens. Es ist schön, gläubiges Volk Gottes zu sein. Und die Fülle erreichen wir, wenn wir die Wände einreißen und sich unser Herz mit Gesichtern und Namen füllt!

Datum	Bibel	Botschaft
So, 26.10.	Apostelgeschichte 1,8	Ihr werdet meine Zeugen sein bis an die Grenzen der Erde

Aber ihr werdet Kraft empfangen, wenn der Heilige Geist auf euch herabkommen wird; und ihr werdet meine Zeugen sein in Jerusalem und in ganz Judäa und Samarien und bis an die Grenzen der Erde.

Abschluss – Montag, 27. Oktober 2025

Herr Jesus Christus,

du warst da – verborgen, aber lebendig.

In diesen 28 Tagen hast du mich begleitet:

in deinem Wort, in der Stille, im Sakrament,

durch Hoffnung, die du neu geschenkt hast.

Du hast mein Herz berührt,

meine Wunden angeschaut,

mein Vertrauen gestärkt.

Du hast mich gelehrt, dich mitten im Alltag zu entdecken –

im Gebet, in der Versöhnung, in der Anbetung.

Du bist das Licht, das nicht erlischt,

die Quelle, die nie versiegt,

die Liebe, die trägt – auch durch die Nacht.

In der Eucharistie gibst du dich ganz –

nicht nur ein Zeichen, sondern dein lebendiges Herz.

Herr, ich danke dir für diese Zeit der Vorbereitung.

Jetzt rufst du mich, deine Hoffnung weiterzutragen –

zu denen, die zweifeln, die leiden, die dich nicht kennen.

Erneuere in mir den Glauben an deine Nähe.

Erneuere in mir die Liebe zur Anbetung.

Erneuere in mir die Hoffnung, dass du heute wirkst –

in meinem Leben, in deiner Kirche, in dieser Welt.

Heiliger Geist,

fülle mich mit deinem Feuer.

Sende mich als Zeuge deiner Liebe,

als Bote deiner Barmherzigkeit,

als Träger einer neuen Hoffnung.

Maria, Gnadenmutter von Altötting,

du hast Jesus in deinem Herzen getragen –

trage auch mich in deiner mütterlichen Fürsorge.

Führe mich zu einem glaubenden, liebenden, hoffenden Herzen.

Amen.