

ERZBISTUM  
BAMBERG



Hausgottesdienst  
im Advent  
**Gott verleiht  
Flügel ...**

Montag, 29. November 2021



*Die aber auf den HERRN hoffen, empfangen neue Kraft,  
wie Adlern wachsen ihnen Flügel.*

Jes 40,31

*O Herr, wenn du kommst, hält uns nichts mehr  
zurück, wir laufen voll Freude den Weg auf dich zu.*

Helga Poppe (GL 233, 4. Strophe)

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

die Bibel und die Lieder unserer christlichen Tradition sind voll von mutmachenden und bestärkenden Bildern, Zusagen und Verheißungen. Besonders in den Texten der Advents- und Weihnachtszeit hören wir immer wieder ermutigende Worte.

Für Euch und Sie, für mich und wohl für alle, war dieses vergangene Jahr eine Zeit mit Einschränkungen und Hemmnissen. Zukunftsängste und Verzweiflung erfassten viele von uns.

In solchen Augenblicken schenkt Gott Ermutigung und bringt Licht ins Dunkel. So wächst die Kraft und wir können weitergehen. Gott lässt Flügel wachsen und hilft, dass wir uns erheben und aufsteigen.

---

Ich vertraue darauf, dass auch Euch und Ihnen diese Erfahrung zuteilwurde in ganz menschlichen Begebenheiten: die erste Familienfeier nach den Kontaktbeschränkungen, ein Fest oder eine Party nach dem Lockdown, endlich wieder die Möglichkeit, im Heim besucht zu werden ... und vieles mehr.

Christinnen und Christen entdecken in diesen menschlichen Erfahrungen auch Gott, der die Glieder stärkt, damit wir aufgerichtet durchs Leben gehen. Der Advent ist wie eine jährlich wiederkehrende Einladung, auf Gott zu schauen und sich von ihm Hoffnung und Mut schenken zu lassen.

Die Texte, Gebete und Lieder des diesjährigen Hausgebetes laden ein, trotz aller Leiderfahrungen, die nicht verschwiegen werden müssen, Vertrauen zu fassen.

Der Herr ist mit uns in Freude und Leid, in guten und schlechten Zeiten.

So wünsche ich uns allen eine ermutigende und stärkende, eine gnadenreiche und froh machende Adventszeit. Dazu segne uns der Vater, der Sohn und der Heilige Geist.

Ihr und Euer Bischof

A handwritten signature in black ink, reading "Ludwig Schick". The signature is written in a cursive style with a large, sweeping initial 'L'.

Dr. Ludwig Schick  
Erzbischof von Bamberg

---

# Gott verleiht Flügel ...

## Hausgottesdienst im Advent

### Vorbereitung und Gestaltung des Gebetsabends

Kurz ein paar Vorbemerkungen zum Hausgebet:

- Schaffen Sie eine einladende Atmosphäre. Wo es möglich ist, können Sie den Adventskranz oder eine Kerze aufstellen.
- Legen Sie für alle Mitfeiernden eine Gebetsvorlage und ein Gotteslob bereit. Vielleicht können Sie die Lieder mit Instrumenten begleiten. Alternativ finden Sie die meisten Lieder bei [www.katholisch.de](http://www.katholisch.de) in einer Version zum Anhören oder Mitsingen.
- Sprechen Sie vor Beginn der Feier ab, wer welchen Part lesen wird.

**V:** Vorsteherin | Vorsteher

**L1:** Leser | Leserin

**L2:** Leser | Leserin

**A:** Alle

### Eröffnung

#### Lied

 Wir sagen euch an – GL 223,1

*Die Kerze (am Adventskranz) wird entzündet.*

**V:** Wir glauben und feiern: Gott ist mit uns in unserem Leben.

So beginnen wir diesen Hausgottesdienst:

**A:** + Im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes. Amen.

#### Lied

 Kündet allen in der Not – GL 221,1+2

---

## Einleitung

**L1:** Einschränkungen haben die letzten beiden Jahre geprägt. Normales, selbstverständliches Leben wie zur Schule oder zur Arbeit zu gehen, Freunde zu treffen, Hobbies zu pflegen wurde eingeschränkt oder war nicht möglich. Auch das Glaubensleben war betroffen.

Unannehmlichkeiten wie Maske tragen, Abstand halten, nicht umarmen oder sich berühren wurden zu äußeren Zeichen von Distanz. Viele Menschen leiden noch immer unter den Folgen der Isolation und haben sich zurückgezogen.

Die Sorge um liebe Menschen und die Meldungen von Krankheitszahlen, Inzidenz und Sterberaten bringen Angst in das alltägliche Leben.

**L2:** Unsere Sehnsucht treibt uns mit viel Kreativität an, die positiven Seiten des Lebens wieder zu stärken. Die Pflege familiärer und freundschaftlicher Kontakte und Beziehungen, Nähe und alltägliche Unterstützung geben Kraft zum Durchhalten.

Unsere Sehnsucht prägt auch die Adventszeit. Zeichen, Musik und Texte verdeutlichen dies: Sehnsucht nach Licht, Sehnsucht nach Geborgenheit, Sehnsucht nach gelingendem Leben, Sehnsucht nach Trost.

Unserer Sehnsucht begegnet Gott. Er kommt uns entgegen. Er will bei uns ankommen und sucht ein offenes Herz.

## Lied

 Kündet allen in der Not – GL 221,5

---

## Persönliche Besinnung/Austausch

**L1:** Licht und Schatten lagen in den vergangenen Monaten dieses Jahres wie so oft nahe beisammen. Halten wir ein wenig Stille und lassen unseren Gedanken und Erinnerungen kommen. Licht und Schatten, Kraft und Kraftlosigkeit, Hoffnung und Verzweiflung.

*An die Stille kann sich eine Austauschrunde anschließen.*

## Gebet

**V:** Barmherziger Gott,  
in den Schatten der Nacht  
und im Licht des hellen Tages  
erwarten wir dein Kommen.  
Sei DU jetzt in unserer Mitte  
und stärke unsere Hoffnung.  
Darum bitten wir, durch Christus,  
unseren Herrn und Bruder.

**A:** Amen.

## Mit Kindern – ein Hinweis:

Am Ende dieses Gebetsheftes finden Sie den Bibeltext in einer kindgerechten Übertragung sowie eine Phantasiereise als Alternative für die folgenden beiden Teile: Lesung & Gedanken zur Bibel.

## Lesung

*Jes 40,28-31*

**V:** Hören wir einen Text aus der Bibel. Der Prophet Jesaja ruft den Müden und Erschöpften ein Wort der Hoffnung und Kraft zu.

**L1:** <sup>28</sup> 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. <sup>29</sup> Er gibt

---

dem Müden Kraft, dem Kraftlosen verleiht er große Stärke. <sup>30</sup> Die Jungen werden müde und matt, junge Männer stolpern und stürzen. <sup>31</sup> 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.



## Gedanken zur Bibel

- L2:** Ein starkes Bild, das uns da gezeigt wird. Ein Gott, der Flügel verleiht. Starke Schwingen wie die Flügel eines Adlers verspricht er uns.
- L1:** Der Adler ist ein majestätischer und beeindruckender Vogel. Seine Flügel sind kräftig und spannen weit. Mit diesen Flügeln kann er sich hoch in die Lüfte heben, er kann sich aufschwingen und fliegen. Sie fangen die warmen Strömungen ein und tragen ihn. Er sieht die Welt von oben. Er ist stark und frei.
- L2:** Mit dem Bild des Adlers vor Augen hören wir die ermutigende Aussage des Propheten Jesaja noch einmal: *„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.“*
- L1:** Das Prophetenwort ist ein Bildwort. Es ist nicht wörtlich zu verstehen. Dennoch - sicherlich gab es und gibt es in unserem Leben Situationen, in denen uns bildlich gesprochen Flügel gewachsen sind. Nehmen wir uns nun etwas Zeit, um mit einigen Fragen solchen Situationen nachzuspüren.

- 
- ☞ Was macht mich stark?
  - ☞ Was verleiht mir Flügel?
  - ☞ Was lässt mich durchhalten, obwohl ich eigentlich nicht mehr kann?
  - ☞ Wo berührt diese Erfahrungen meinen Glauben/Gott?

*Tauschen Sie sich über Ihre Erfahrungen aus. Wenn Sie möchten, können Sie dies auch kreativ tun, indem Sie malen, zeichnen oder mit Farbe gestalten ...*

**L2:** GOTT VERLEIHT FLÜGEL,  
das ist die Erfahrung aus biblischen Erzählungen,  
das ist unsere Hoffnung für diesen Advent.  
In Jesus ist diese Hoffnung für uns Mensch geworden.  
Diese Botschaft feiern wir jedes Jahr neu.

## Meditation

GOTT verleiht flügel  
behutsam wachsen sie zumal  
und heben das ängstliche herz  
sanft heraus aus der tiefe

GOTT verleiht flügel  
unvermittelt zuweilen  
tragen dich mit kraft  
hinaus in die weite

GOTT verleiht flügel  
uns in SEINEM sohn  
damit wir aufsteigen  
aus dem tod ins leben

*Thomas Höhn 2021*

## Lied

 Meine engen Grenzen – GL 437



---

## Fürbitten

- V:** In tiefer Sehnsucht nach Geborgenheit bringen wir unsere Bitten vor Gott:
- L1:** Für die Müden und Matten, dass sie neue Kraft empfangen. –
- A:** *Wir bitten dich, erhöre uns.*
- L2:** Für die Kraftlosen, dass sie Stärke erfahren. –
- A:** *Wir bitten dich, erhöre uns.*
- L1:** Für die Zweifelnden, dass sie ihre Hoffnung auf dich Gott setzen. –
- A:** *Wir bitten dich, erhöre uns.*
- Hier können persönliche Bitten eingefügt werden.*
- L2:** Für unsere Verstorbenen, dass sie geborgen sind in deiner Gegenwart. –
- A:** *Wir bitten dich, erhöre uns.*
- V:** Unsere Bitten fassen wir im gemeinsamen Gebet des Vaterunsers zusammen.

## Vater unser

- A:** Vater unser im Himmel,  
geheiligt werde dein Name.  
Dein Reich komme.  
Dein Wille geschehe,  
wie im Himmel, so auf Erden.  
Unser tägliches Brot gib uns heute.  
Und vergib uns unsere Schuld,  
wie auch wir vergeben unsern Schuldigern.  
Und führe uns nicht in Versuchung,  
sondern erlöse uns von dem Bösen.  
Denn dein ist das Reich und die Kraft  
und die Herrlichkeit in Ewigkeit. Amen.

## Segen

- V:** Gott, der uns überall und zu jeder Zeit sieht und hört, schütze uns und berge uns unter seinen Flügeln, wende Sorge und Not von uns ab und lasse uns in seinem Frieden leben.

---

Es segne uns Gott, der Vater;  
er sei der Raum in dem wir leben.  
Es segne uns Jesus Christus, der Sohn;  
er sei der Weg, auf dem wir gehen.  
Es segne uns, der Heilige Geist;  
er sei das Licht, das uns zur Wahrheit führt.

*(mündlich überliefert)*

So segne uns der uns liebende Gott  
+ der Vater, der Sohn und der Hl. Geist.

**A:** Amen.

## Lied

- 🎵 O Herr, wenn du kommst – GL 233  
oder
- 🎵 Macht hoch die Tür – GL 218

---

## Materialien für die Feier mit Kindern

### Lesung für Kinder

*Freie Übertragung zu Jes 40,28-31; Thomas Höhn*

Weißt du, mein Kind. Gott ist ewig. Er hat keinen Anfang und kein Ende. Er hat alles erschaffen: das Weltall und die Erde.

Gott wird niemals müde. Gott weiß um jedes Sandkorn auf der Welt.

Auch dich kennt er ganz genau.

Er gibt dir Kraft,  
wenn du müde bist.

Er macht dich stark,  
wenn du schwach bist.

Vertraue auf ihn  
und dir werden Flügel wachsen.

Du wirst dich stark fühlen  
wie ein Adler.

Du wirst laufen  
und nicht müde werden.



---

## Phantasiereise

*So kann die Phantasiereise angeleitet und durchgeführt werden.*

„Ich lade euch ein, mit mir zu fliegen. Du meinst vielleicht das geht nicht. Du meinst, dir fehlen die Flügel. Doch lass dir sagen: Du hast phantastische Flügel. Du hast die Flügel der Phantasie. Wir werden mit unserer Phantasie fliegen, mit unseren Gedanken. Denn mit unseren Gedanken können wir überall hinfliegen. Ganz hoch und ganz weit. Jetzt suche dir einen Platz, eine Decke aus. Am besten ist es, wenn du dich dazu flach auf den Rücken legst (auf eine der ausgebreiteten Decken). Wenn du dich traust, dann schließe die Augen. Ich werde auf dich aufpassen.

Werde ruhig. – Spüre deinen Atem.

Das Einatmen und das Ausatmen. Ein und Aus ...

*Der/Die Anleiter/Anleiterin spricht langsam und lässt den einzelnen Sätzen Zeit, bei den Kindern anzukommen.*

*Bei „...“ eine längere Sprechpause machen, Raum geben für die inneren Bilder der Kinder.*

Stell dir einen hohen Berg vor. Steile Felswände, hohe Tannen, Schnee auf dem Gipfel. An einer Felswand siehst du ein großes Nest. Du selbst bist in diesem Nest. Du hast dich verwandelt. Du bist ein Adler. Du hast zwei weite Schwingen. Du hast schöne Federn. Zwei scharfe Krallen und einen scharfen Schnabel. Du stehst auf. Du stellst dich an den Rand deines Nestes. Du breitest die Flügel aus und stößt dich vom Rand ab. Du fliegst.

Die Luft trägt dich.

Du bist ganz leicht.

In großen Kreisen steigst du höher und höher.

Die Luft trägt dich.

Du bist ganz leicht.

Spüre den Wind in deinen Federn. ...

Mit deinen scharfen Augen siehst du hinunter auf die Welt. Lass deinen Blick schweifen. ...



---

Genieße die Freiheit. Gleite dahin. ...  
Dann fliege zurück zu deinem Nest.  
Kannst du es an der Felswand schon sehen? ...  
Sanft landest du wieder auf dem Rand deines  
Nestes. Mit einem kleinen Hüpfen bist du wieder in  
seinem Inneren. Blick noch einmal über den Rand.  
Dann steckst du deinen Kopf unter die Flügel.  
Alles ist ruhig. ...

Komm nun zurück  
mit deinen Gedanken in diesem Raum. ...  
Jetzt öffne deine Augen. Streck dich ein bisschen  
und setze dich dann auf. ...  
Erzähle (oder male), wie es war, ein Adler zu sein.  
Was hast du gesehen, gespürt und gefühlt?“

- Papierflieger „Adler“ falten  
<https://www.youtube.com/watch?v=ALO5RTnMWrk>
- Einfachen Origami Adler falten  
<https://www.youtube.com/watch?v=-6M4JAgpAic>

---

### Hinweis:

Einen Hausgottesdienst zur Gestaltung einer Feier am  
Heiligen Abend in der Familie finden Sie im Gotteslob  
unter der Nummer 26 (Seiten 104-107).

Herausgeber:

Erzbischöfliches Ordinariat Bamberg | Hauptabteilung Seelsorge |  
Fachbereich Gemeindegottesdienste | Jakobsplatz 9 | 96049 Bamberg  
gemeindegottesdienste@erzbistum-bamberg.de  
www.gemeindegottesdienste.erzbistum-bamberg.de

Impressum:

Bischöfliches Ordinariat Eichstätt | Hauptabteilung III Pastorale Dienste  
Walburgenberg 2 | 85072 Eichstätt

Die Vorlage für den Hausgottesdienst der bayerischen Diözesen für den  
Advent 2021 wurde erstellt von Martha Gottschalk, Manuela Ludwig,  
Georg Brigl, Markus Wittmann, Bistum Eichstätt.

Für das Erzbistum Bamberg überarbeitet und ergänzt von Thomas Höhn.

Titelbild und Bild im Text: ©Thomas Höhn

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

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

Layout und Herstellung: ©Anita Schmitt

---