

4. Osterwoche – Sonntag – Jahr C Impulse zum Johannesevangelium 10,27-30

Ich gebe meinen Schafen ewiges Leben

Jesus sagt: *"Meine Schafe hören auf meine Stimme; ich kenne sie, und sie folgen mir. Ich gebe ihnen ewiges Leben. Sie werden niemals zugrunde gehen, und niemand wird sie meiner Hand entreißen. Mein Vater, der sie mir gab, ist größer als alle, und niemand kann sie der Hand meines Vaters entreißen. Ich und der Vater sind eins."*

Verlasse dich ganz auf Jesus! (nach P. Wons)

Um was bitte ich? – Um die Gabe, Jesus vorbehaltlos zu vertrauen.

- Ich versuche mir einen Hirten vorzustellen, der von einer großen Schafherde umgeben ist. In seinen Armen hält er ein schwaches und verletztes Schaf. Es kann sein, dass ich auf meinen Wanderungen schon ein ähnliches Bild gesehen habe. Diese Erfahrung ermöglicht es mir, das Wort Jesu vom Hirten besser zu verstehen.
- Jesus nennt die Schafe, die auf Sein Wort hören und Ihm folgen, *"meine Schafe"* (v.27). Die Schafe fühlen sich beim Hirten sicher. Jesus sagt von den Seinen, dass sie niemals zugrunde gehen werden.
- Was kann ich von meiner Beziehung zu Jesus sagen? Bin ich von Liebe und Vertrauen erfüllt, oder ist diese Beziehung nur oberflächlich und formal? Spüre ich in meinem Herzen, dass ich zu Ihm gehöre? Fühle ich mich bei Ihm geborgen?
- Jesus will, dass ich Ihm vertraue und zu Ihm gehöre. Seiner Hand kann mich keiner entreißen (v. 28). Erzähle ich Ihm von meinen Kümernissen und Sorgen, von den Situationen, in denen ich mich nicht geborgen fühle? In meinen Herzen stelle ich mir vor, wie Jesus sich bückt, mich in Seine Arme nimmt und darauf achtet, dass mich keiner Seiner Armen entreißt.
- Jesus bekennt, dass Gott Vater selbst mich auf Seinen Händen trägt. Der Vater hat mich Jesus persönlich anvertraut (v. 29). Wenn ich auf die Worte Jesu höre, versuche ich mir einen um mich besorgten Vater vorzustellen, der mein gebrechliches Leben in Seine Hände nimmt und es Jesus übergibt. Welche Gefühle weckt diese Vorstellung in mir?
- Ich spreche sie vor Gott dem Vater und dem Sohn aus und ich danke ihnen für ihre liebevolle Sorge um mich, durch die ich mich beschenkt weiß. Durch Jesus vertraue ich dem Vater mein ganzes Leben an, vor allem das, was schwach und krank in mir ist. Ich bitte Ihn, dass niemand und nichts mich Seiner Hand entreißen.
- Die Abendliche Viertelstunde vor Gott: Wie habe ich das Wort Gottes heute in Geschehnissen des Alltags erfahren? Im Gespräch mit dem Herrn danke ich Ihm für die Augenblicke, in denen ich Seine Liebe besonders spüren durfte. Wofür bitte ich Gott um Verzeihung? Ich erneuere meine Bitte für diese Woche.

4. Osterwoche – Montag Impulse zum Johannesevangelium 10,1-10

Ich bin die Tür zu den Schafen

"Amen, amen, das sage ich euch: Wer in den Schafstall nicht durch die Tür hineingeht, sondern anderswo einsteigt, der ist ein Dieb und ein Räuber. Wer aber durch die Tür hineingeht, ist der Hirt der Schafe. Ihm öffnet der Türhüter, und die Schafe hören auf seine Stimme; er ruft die Schafe, die ihm gehören, einzeln beim Namen und führt sie hinaus. Wenn er alle seine Schafe hinausgetrieben hat, geht er ihnen voraus, und die Schafe folgen ihm; denn sie kennen seine Stimme. Einem Fremden aber werden sie nicht folgen, sondern sie werden vor ihm fliehen, weil sie die Stimme des Fremden nicht kennen. Dieses Gleichnis erzählte ihnen Jesus; aber sie verstanden nicht den Sinn dessen, was er ihnen gesagt hatte. Weiter sagte Jesus zu ihnen: Amen, amen, ich sage euch: Ich bin die Tür zu den Schafen. Alle, die vor mir kamen, sind Diebe und Räuber; aber die Schafe haben nicht auf sie gehört. Ich bin die Tür; wer durch mich hineingeht, wird gerettet werden; er wird ein- und ausgehen und Weide finden. Der Dieb kommt nur, um zu stehlen, zu schlachten und zu vernichten; ich bin gekommen, damit sie das Leben haben und es in Fülle haben."

Höre auf die Stimme Jesu! (nach P. Wons)

Um was bitte ich? – Um die Gnade, sich Jesus anzuvertrauen.

- Ich setze mich zu den Füßen Jesu nieder, um das Gleichnis zu hören. Ich stelle mir Seinen Blick vor, der voller Liebe ist und mein Herz durchdringt. Ich höre Seine Worte: „Amen, amen, das sage ich dir ...“.
- Ich mache mir bewusst, welch ein großes Geschenk für mich das tägliche Hören des Wortes (Gottes) ist. Ich gleiche einem Hirsch, der nach dem Wasser aus der Quelle dürstet (vgl. Ps 42,2) und dem Gott ständig sein Verlangen stillt. Ich danke Ihm für das Geschenk des Evangeliums.
- Jesus ist für mich die TÜRE, durch die ich täglich gehen kann, um das Leben zu finden (v. 1.8-9). Außerhalb von Ihm finde ich nicht das Leben in Fülle. Glaube ich daran?
- Jesus ruft mich beim Namen (v. 3), so oft ich die Bibel öffne, Seine Stimme im Gebet, in den Ereignissen des Tages, in den Begegnungen mit den Menschen höre. Bemühe ich mich darum, Seinen Ruf zu bemerken? Höre ich Seine Stimme im täglichen Rummel?
- Ich muss im Leben auf „Diebe und Räuber“ aufpassen (v. 1.8.10). Sie wollen bei mir eindringen und das Leben zerstören, das ich von Jesus schöpfe. Was oder wer stiehlt mir Werte vom Leben des Evangeliums und macht mich geistig kaputt?
- Ich vernehme Sein Versprechen. Er betrügt mich nie. Er verlangt danach, mir das Leben im Überfluss zu geben. Ist in mir der Wunsch nach Heiligkeit vorhanden? Wie viel verlange ich von mir selbst?
- Ich umarme Jesus und lege meinen Kopf auf Sein Herz. Ich wiederhole: „Muss ich auch wandern in finsterner Schlucht, ich fürchte kein Unheil, denn Du bist bei mir“ (Ps 23,4).

4. Osterwoche – Dienstag Impulse zum Johannesevangelium 10,22-30

Ich und der Vater sind eins

"Um diese Zeit fand in Jerusalem das Tempelweihfest statt. Es war Winter, und Jesus ging im Tempel in der Halle Salomos auf und ab. Da umringten ihn die Juden und fragten ihn: *Wie lange noch willst du uns hinhalten? Wenn du der Messias bist, sag es uns offen!* Jesus antwortete ihnen: *Ich habe es euch gesagt, aber ihr glaubt nicht. Die Werke, die ich im Namen meines Vaters vollbringe, legen Zeugnis für mich ab; ihr aber glaubt nicht, weil ihr nicht zu meinen Schafen gehört. Meine Schafe hören auf meine Stimme; ich kenne sie, und sie folgen mir. Ich gebe ihnen ewiges Leben. Sie werden niemals zugrunde gehen, und niemand wird sie meiner Hand entreißen. Mein Vater, der sie mir gab, ist größer als alle, und niemand kann sie der Hand meines Vaters entreißen. Ich und der Vater sind eins.*"

Übergib Dich in die Arme Gottes! (nach P. Wons)

Um was bitte ich? – Um die Fähigkeit, sich dem VATER durch Jesus völlig anzuvertrauen.

- Ich stelle mir die Menschenmenge vor, die zur Winterzeit nach Jerusalem zum Fest der Tempelweihe zieht – um die Wiedereröffnung des Tempels zu feiern. Jesus hält sich in der Halle Salomons auf. Seine schweigende Gegenwart bewirkt bei den Juden Anspannungen (v. 22-24).
- Die schweigende Gegenwart Gottes kann in mir Anspannungen hervorrufen, besonders wenn ich auf Sein Wort warte oder wenn es mir schwer fällt in das Schweigen und die Stille hineinzukommen. Erzwingen Sie nicht etwa bei Gott schnelle Antworten? Gibt es in meinem Gebet auch Bereiche für eine längere Stille und für geduldiges Hören?
- „*Ich habe es euch gesagt, aber ihr glaubt nicht*“ (v. 25-26). Jesus schweigt, weil viele seiner Worte nicht gehört und angenommen worden sind. Das Schweigen und die Stille erlauben mir, zu den Worten zurückzukehren, die ich bisher nicht gehört und nicht angenommen habe. Der Glaube gründet auf dem Hören, und das, was man hört, ist das Wort Christi.
- „*Meine Schafe hören auf meine Stimme*“ (v. 27). Ich gehöre so weit zu Jesus, inwieweit ich auf Sein Wort höre und Ihm glaube. Ich schaue auf meine Fähigkeit zu Hören. Ist in meinem Leben das Hören auf dem ersten Platz? Führt mich das Hören auf Jesus beim Beten zum Gehorsam seinem Wort gegenüber?
- Jesus versichert mir, dass der Gehorsam seinem Wort gegenüber mich nicht einengt. Es öffnet mich vielmehr auf ein Leben in Fülle, das dann in der Ewigkeit seine Verlängerung findet (v. 28). Wenn ich nach Ihm verlange, dann ist mein Leben in besten Händen. Ich gehe nicht verloren in Ewigkeit – versichert mir Jesus. Welche Antwort will ich Jesus geben?
- Die Arme Jesu erinnern mich an die Arme des VATERS (v. 29-30). Es ist der VATER, der mich Jesus anvertraut. Ich berge mich in den Armen des VATERS und wiederhole mit Dankbarkeit: „*Ich danke Dir, VATER, für Jesus. Lass nicht zu, dass ich mich jemals aus Deinen Armen entferne.*“

4. Osterwoche – Mittwoch

Impulse zum Johannesevangelium 12,44-50

Ich bin das Licht, das in die Welt gekommen ist

"Jesus aber rief aus: *Wer an mich glaubt, glaubt nicht an mich, sondern an den, der mich gesandt hat, und wer mich sieht, sieht den, der mich gesandt hat. Ich bin das Licht, das in die Welt gekommen ist, damit jeder, der an mich glaubt, nicht in der Finsternis bleibt. Wer meine Worte nur hört und sie nicht befolgt, den richte nicht ich; denn ich bin nicht gekommen, um die Welt zu richten, sondern um sie zu retten. Wer mich verachtet und meine Worte nicht annimmt, der hat schon seinen Richter: Das Wort, das ich gesprochen habe, wird ihn richten am Letzten Tag. Denn was ich gesagt habe, habe ich nicht aus mir selbst, sondern der Vater, der mich gesandt hat, hat mir aufgetragen, was ich sagen und reden soll. Und ich weiß, dass sein Auftrag ewiges Leben ist. Was ich also sage, sage ich so, wie es mir der Vater gesagt hat.*"

Höre die Stimme des VATERS im Ruf Jesu! (nach P. Wons)

*Um was bitte ich? – Um ein volles Annehmen der Worte Jesu
und ein sich Öffnen auf die Liebe des VATERS.*

- Die ersten Worte des heutigen Evangeliums machen mich darauf aufmerksam, dass das Sprechen Jesu zu einem starken Rufen wird (v. 44). Jesus ruft: „*Es ist mir sehr wichtig, dass du das hörst, was ich dir jetzt sagen will!*“ Ich bitte den Heiligen Geist, dass er meine Ohren öffnen möge und mich empfindsam macht für das Rufen Jesu.
- Jesus bemüht sich darum, meine Aufmerksamkeit auf den Vater zu richten (v. 44-45). So ist es im ganzen Evangelium. Er ist gekommen, um mir den VATER zu zeigen. Jede Handlung von Ihm, jedes Wort, jede Tat – alles spricht zu mir von Seiner Güte. Sich an Ihn anzuschmiegen bedeutet, sich an den VATER anzuschmiegen.
- Jesus ist das Licht, das ich ständig brauche (v. 46). Was kann ich über meinen gegenwärtigen Seelenzustand sagen? Was herrscht in mir vor: Licht oder Finsternis? Ich schmiege mich an Jesus an und sage Ihm die ganze Wahrheit, eben das, was ich im Stande bin festzustellen.
- Vor Jesus kann ich meine größte Finsternis enthüllen. Er ist nicht gekommen, um mich zu verurteilen, sondern um mich zu erlösen (v. 47). Der Böse bedient sich der Angst. Seine Versuchung besteht darin, dass ich mich aus Angst vor dem Blick Jesu verschließe. Ich übergebe Jesus die Ängste, die mich daran hindern wollen, in der Wahrheit vor Ihm zu stehen.
- *Das Wort ist mein Richter* (v. 48). Das bedeutet für mich: Wenn ich die Worte Jesu vertiefe, helfen sie mir schon jetzt das Gute vom Bösen, die Wahrheit von der Lüge zu unterscheiden. Es steht mir nicht frei vor dem Wort (Jesu) zu flüchten. Es steht immer am Anfang. So wird es auch am Letzten Tag sein.
- Der VATER sendet den Sohn, das Mensch gewordene Wort (Gottes), um mir den Weg in Seine väterlichen Arme zu zeigen (v. 49-50). So suchen wir wirklich das ganze Leben die Arme des VATERS, angefangen von Seiner ersten Umarmung nach der Geburt. Mein Leben ist eine Rückkehr in die Arme des VATERS, der mich geliebt hat, bevor ich mich noch im Schoß der Mutter befunden habe (vgl. Jer 1,5).

- Welche Worte Jesu aus dem Evangelium helfen mir am meisten dabei, um mich dem VATER zu nähern? Ich suche sie in der Bibel. Was für Worte sind das? Ich bete mit ihnen im Laufe des Tages. Ich kann sie beim Rosenkranzgebet entfalten als ein besonderes Geheimnis des Lichtes.

4. Osterwoche – Donnerstag **Impulse zum Johannesevangelium 13,16-20**

Wer einen aufnimmt, den ich sende, nimmt mich auf

"Amen, amen, ich sage euch: Der Sklave ist nicht größer als sein Herr, und der Abgesandte ist nicht größer als der, der ihn gesandt hat. Selig seid ihr, wenn ihr das wisst und danach handelt. Ich sage das nicht von euch allen. Ich weiß wohl, welche ich erwählt habe, aber das Schriftwort muss sich erfüllen: Einer, der mein Brot aß, hat mich hintergangen. Ich sage es euch schon jetzt, ehe es geschieht, damit ihr, wenn es geschehen ist, glaubt: ICH BIN ES. Amen, amen, ich sage euch: Wer einen aufnimmt, den ich sende, nimmt mich auf; wer aber mich aufnimmt, nimmt den auf, der mich gesandt hat."

Vertraue dich den Worten des Meisters an! (nach P. Wons)
**Um was bitte ich? – Um die Gnade der Treue und Standhaftigkeit
beim Vertiefen des Wortes (Gottes).**

- Ich trete in den Abendmahlsaal ein. Ich setze mich zusammen mit Jesus und den Jüngern an den Tisch. Ich schaue auf das ergriffene Gesicht Jesu, in Seine besorgten und liebenden Augen. Seine Worte klingen wie ein Testament. Ich beschäftige mich mit ihnen, um sie als echter Jünger Christi zu vertiefen.
- *„Der Sklave ist nicht größer als sein Herr ...“* (v. 16-17). Nur dann, wenn ich wirklich Jesus als meinen Herrn annehme, werde ich nicht an Ihm vorbeigehen, Ihm meine Pläne vorschreiben, Seine Gegenwart mit meinem ICH verdecken oder sogar mich über Ihn erhöhen. Habe ich diese Wahl bereits getroffen?
- *„Ich weiß wohl, welche ich erwählt habe ...“* (v. 18). Jesus kennt mich durch und durch. Er weiß genau, wen er auserwählt hat. Er hat mich mit meinen Talenten und Lastern ausgewählt, mit meinem geistigen Reichtum und mit meinen Schwächen. Wenn ich mich Seiner Führung überlasse, wird er mich zu Seinem Jünger formen. Ich vertraue mich Seiner Leitung an.
- *„ICH BIN ES“* (v. 19). Diese Worte, die mir in den Augenblicken des größten Kummers Trost spenden können, sind kein leeres Versprechen. Sein Wort erfüllt das, was es verspricht: Er ist immer da! Ich bewahre diese Worte tief im Herzen, sättige mich an ihnen, suche in Jesus Kraft und Frieden.
(„Ich bin es“ zeigt auf den Namen „Jahwe“, „Ich bin der ich da bin“, aus dem Alten Testament, wo Moses Gott fragte, wie Seine Name lautet. Jesus bezieht diesen Namen auf sich selbst.)
- *„Wer einen aufnimmt, den ich sende, nimmt mich auf.“* (v. 20). Ich mache mir bewusst, dass Jesus zu mir auch durch meine Allernächsten spricht, mit denen ich im Alltag zusammenlebe. Vermag ich auf sie zu hören? Wie nehme ich ihre Worte an, ihre Ratschläge, ihre Ermahnungen?
- *„Wer aber mich aufnimmt, nimmt den auf, der mich gesandt hat“* (v. 20). Jedes Wort Jesu aus dem Evangelium kommt vom VATER. Ich bitte Jesus, er möge mich den VATER bei meiner Begegnung mit Seinem Wort entdecken lassen.
- Ich stelle mir Jesus vor, der zu mir kommt und mich einlädt, mit Ihm zu gehen. Ich ergreife fest Seine Hand und bitte Ihn innig: *„Führe mich zum VATER und lehre mich Ihn so anzunehmen, wie Du Ihn annimmst“*.

4. Osterwoche – Freitag Impulse zum Johannesevangelium 14,1-6

Ich bin der Weg und die Wahrheit und das Leben

"Euer Herz lasse sich nicht verwirren. Glaubt an Gott, und glaubt an mich! Im Haus meines Vaters gibt es viele Wohnungen. Wenn es nicht so wäre, hätte ich euch dann gesagt: Ich gehe, um einen Platz für euch vorzubereiten? Wenn ich gegangen bin und einen Platz für euch vorbereitet habe, komme ich wieder und werde euch zu mir holen, damit auch ihr dort seid, wo ich bin. Und wohin ich gehe - den Weg dorthin kennt ihr. Thomas sagte zu ihm: Herr, wir wissen nicht, wohin du gehst. Wie sollen wir dann den Weg kennen? Jesus sagte zu ihm: *Ich bin der Weg und die Wahrheit und das Leben; niemand kommt zum Vater außer durch mich.*"

Lass dich von Jesus zum VATER führen! (nach P. Wons)

Um was bitte ich? – **Um ein tiefes Band mit Jesus und dem VATER.**

- Ich setze mich mit den Jüngern bei Jesus nieder. Ich beobachte Seine Ergriffenheit (v. 1-2). Er will mir etwas sehr Wichtiges mitteilen. Er spricht von Wohnungen, die beim VATER auf mich warten. Ich bitte Ihn, dass er mir helfen möge, mich auf Sein Wort zu öffnen.
- Jesus schaut tief in mein Herz und sagt: „*Hab keine Angst, vertrau mir doch!*“ (v. 1). Ich erzähle Ihm ehrlich von meinen Ängsten und Zweifeln, die nicht zulassen, dass ich mich über Sein Versprechen freuen kann.
- Jesus bereitet für mich eine Wohnung beim VATER vor (v. 3). Glaube ich daran? Ich mache mir bewusst, wie viel ich von Ihm im Gebet, durch Sein Wort, in den Sakramenten, durch die Mitmenschen, erhalte. Er ist immer bei mir. Er will meine „*Wohnung*“ sein.
- Ich wende meine Aufmerksamkeit der Reaktion des Thomas zu (v. 4-5). Was kann ich über meine Beziehung zu Jesus sagen, zurückschauend auf die Zeit, die ich mit Ihm verbracht habe? Habe ich Ihn noch mehr kennen und lieben gelernt? Gehe ich auf den Wegen Jesu?
- Ich stelle mir Jesus vor, der zu mir kommt, mich an der Hand nimmt und sagt: „*Ich bin der Weg, die Wahrheit und das Leben*“ (v. 6). Vertraue ich Ihm? Bemühe ich mich darum, mich an Ihn anzuschmiegen? Was hindert mich daran?
- Das größte Verlangen Jesu ist, mich zum VATER zu führen (v. 6). Was erschwert meine Beziehung zum VATER und was belebt sie? Um was will ich Jesus bitten?
- Ich bitte Jesus, dass er mir helfen möge, ein herzliches Gespräch mit dem VATER zu führen. Ich wiederhole: „*Jesus, ich will den VATER mit Deiner Liebe lieben!*“.

4. Osterwoche – Samstag Impulse zum Johannesevangelium 14,7-14

Wer mich gesehen hat, hat den Vater gesehen

"Wenn ihr mich erkannt habt, werdet ihr auch meinen Vater erkennen. Schon jetzt kennt ihr ihn und habt ihn gesehen. Philippus sagte zu ihm: Herr, zeig uns den Vater; das genügt uns. Jesus antwortete ihm: Schon so lange bin ich bei euch, und du hast mich nicht erkannt, Philippus? Wer mich gesehen hat, hat den Vater gesehen. Wie kannst du sagen: Zeig uns den Vater? Glaubst du nicht, dass ich im Vater bin und dass der Vater in mir ist? Die Worte, die ich zu euch sage, habe ich nicht aus mir selbst. Der Vater, der in mir bleibt, vollbringt seine Werke. Glaub mir doch, dass ich im Vater bin und dass der Vater in mir ist; wenn nicht, glaubt wenigstens aufgrund der Werke! Amen, amen, ich sage euch: Wer an mich glaubt, wird die Werke, die ich vollbringe, auch vollbringen, und er wird noch größere vollbringen, denn ich gehe zum Vater. Alles, um was ihr in meinem Namen bittet, werde ich tun, damit der Vater im Sohn verherrlicht wird. Wenn ihr mich um etwas in meinem Namen bittet, werde ich es tun."

Vertiefe dein Band mit dem VATER! (nach P. Wons)

Um was bitte ich? – Um ein vertrautes Band mit Gottvater.

- Wie klingen die Worte Jesu über den VATER in meinem Herzen (v. 7)? Habe ich über meine Beziehung zum VATER nachgedacht? Was kann ich über mein Bild vom VATER sagen? Nähere ich mich Ihm, oder entferne ich mich von Ihm? Ich erneuere meine innige Bitte: „Jesus, zeig mir den VATER!“ (v. 8)
- Jesus spricht zu mir über seine Verbindung mit dem VATER. Er ist eins mit Ihm. Was kann ich über mein Verlangen nach der Verbindung mit dem VATER sagen? Sehne ich mich nach Ihm? Suche ich den VATER im Gebet (v. 8-11)? Was möchte ich in meiner Beziehung zum VATER ändern? Ich erzähle es Jesus. *(Katechismus: Zuerst müssen wir uns von falschen Bildern dieser Welt reinigen. Die Reinigung des Herzens betrifft die Bilder von Vater und Mutter, die aus unserer persönlichen und kulturellen Entwicklung hervorgegangen sind und unsere Beziehung zu Gott beeinflussen. ... Die Fehler der Eltern entstellen das Gottesbild. Es geht darüber hinaus.“ Nr. 2779)*
- Wenn ich Jesus glaube, werde ich große Werke vollbringen (v. 12). Sein größtes Werk ist die Offenbarung des VATERs mir gegenüber. Was kann ich, wenn ich auf die vergangene Woche zurückblicke, darüber sagen? Habe ich Gott anderen näher gebracht? Habe ich darauf geachtet, wie ich mich verhalte?
- Jesus erinnert mich wieder an Seine Sehnsucht: Er will, dass in meinem Leben der VATER verherrlicht wird (v. 13). Ich frage Jesus, was dem VATER in meinem Leben am meisten Ehre bringt. Was bereitet Ihm am meisten Freude? Habe ich darüber schon nachgedacht?
- Ich stelle mir Jesus vor, der mich zum VATER führt und sagt: „Sag mir, um was ich den VATER bitten soll“ (v. 13-14). Ich vertraue Jesus meine tiefsten Bedürfnisse an. Ich schaue und horche, wie Jesus mit dem VATER über mich spricht und wie er für mich betet!
- Ich gehe mit Jesus zum VATER. Ich bitte Ihn, dass er mit mir langsam das Gebet wiederholen möge, das er mich gelehrt hat: „VATER unser ...“. Untertags kehre ich zu diesem Gebet zurück.