

Hauskirche –  
Frauengebet zu den  
**16 Tagen gegen Gewalt**



*Vor Beginn richten wir unseren kleinen Hausaltar her – mit einer schönen Tischdecke, einer Kerze für den Gottesdienst, 6 Teelichter für die Fürbitten; optional eine orange Tischlaterne (Bastelanleitung auf unserer Homepage), die im Anschluss als sichtbares Zeichen gegen Gewalt ins Fenster gestellt wird;*

Wir beginnen unsere Andacht mit dem Segenszeichen auf das wir als Christinnen getauft sind und das uns Zeit unseres Lebens unter den Schutz und Segen Gottes stellt.

Wir feiern im Namen Gottes, der uns das Leben geschenkt hat, der uns liebt, wie ein Vater, wie eine Mutter;

Im Namen Jesu Christi, der als Mensch gelebt und gewirkt hat;

Im Namen der Heiligen Geistkraft, die unser Leben begleitet und erneuert.

AMEN.

**EINGANGSLIED:** *Hilf, Herr, meines Lebens, GL 440*

Wir feiern heute diese Hausandacht für alle Frauen und Mädchen, denen Gewalt angetan wurde. Laut den UN Frauen ist weltweit jede dritte Frau im Laufe ihre Lebens Opfer von Gewalt. Und diese Gewalt hat viele Gesichter:

Strukturelle Gewalt – Sie verdient weniger als ihr Kollege in gleichgesetzter Position, sie wird benachteiligt, finanziell und privat; Schließlich hat sie sich entschieden Kinder

zu bekommen und wird später kaum Pension bekommen – selber Schuld!

Körperliche Gewalt – Sie ist die vierzigjährige Frau in der Chefetage. Das Bild nach außen zeigt eine erfolgreiche Frau, aber zu Hause wird sie von ihrem Partner körperlich misshandelt. Sie wird gegen die Tür geschupft, ihre Hände werden verdreht und auf ihrem Rücken festgehalten. Ihren Kolleginnen erzählt sie, dass sie sich das blaue Auge bei einem Sturz geholt hat.

Sexualisierte Gewalt – Sie ist die 20jährige Studentin, die sich in der Stadt mit ihren Freundinnen treffen wollte. Sie spürt die Blicke auf ihrem Körper, hört die Worte, die sie beleidigen, sie auf Körperteile reduzieren. Sie schämt sich, fühlt sich nackt und entblößt.

Psychische Gewalt – Sie ist die 37jährige Schwester, mit geistiger Beeinträchtigung. Sie wird verspottet, ihr werden Dinge vorenthalten, sie wird bedroht und kontrolliert.

Miterlebte Gewalt – Sie ist fünf Jahre alt und fürchtet sich. Sie hat gesehen, wie ihr Onkel ihre Mutter geschlagen hat. An mehr kann sie sich nicht erinnern.

All diesen Frauen und Mädchen gehört in dieser Andacht unser Herz, auf das sie nicht allein gelassen werden.

## **KYRIE ELEISON:**

Gebetet – Herr, erbarme dich Unser. Christus, erbarme dich Unser. Herr, erbarme dich Unser.

*Oder Lied: Meine engen Grenzen*

**KLAGEPSALM:**

Ich rufe zu Gott, ja, ich schreie mein Gebet hinaus, damit er mich endlich hört. Unaufhörlich bete ich zu Gott – sogar in der Nacht strecke ich meine Hände nach ihm aus. Psalm (77, 2-4)

Es treibt uns um, morgens und abends und in der Nacht, es zerreißt uns nahezu. (Psalm 55, 18)

So viel Gewalt lebt in unserer Welt und wir wünschen uns nur eines – Sicherheit und Würde für alle Frauen, Mädchen und Menschen;

Gott, erhre unser Rufen,

„Denn du bist kein Gott, dem das Unrecht gefllt.“ (Psalm 5,5)

„Vernimm, Gott, unser Bittgebet, verbirg dich nicht vor unserem Flehen! Achte auf uns und erhre uns.“ (Psalm 55,2-3)

Halte uns aufrecht, lass auf Dauer nicht zu, dass wir den Halt verlieren. (Psalm 55,23)

**AMEN.**

**STILLE - BESINNUNG**

Gott hat mich verlassen, er hat mich vergessen: Menschen, die Gewalt erfahren haben, fühlen sich oft von Gott und ihren Mitmenschen im Stich gelassen. Ihnen fehlt Vertrauen, sie ziehen sich in sich selbst zurück, haben Schuldgefühle und schämen sich. Sie sind mutlos und haben den Glauben an sich selbst verloren. Doch Gottes Trost gilt uns allen. Er hat uns in seine Hand geschrieben – wir sind nicht alleine.

**LIED:** *Von guten Mchten treu und still umgeben, GL 430*

**FÜRBITTEN:**

*Bei jeder Fürbitte wird ein Teelicht angezündet*  
Gott, unser liebender Vater, der uns durch schwere Zeiten trägt, zu dir richten wir unsere Sorgen, Anliegen und Bitten:

**Ich zünde eine Kerze an** – für alle Opfer von Gewalt, besonders aber für alle Frauen und Mädchen: dass sie Menschen haben, die ihnen zuhören, sie begleiten und unterstützen.

HERR, WIR BITTEN DICH.

**Ich zünde eine Kerze an** – für alle Menschen, die von Missbrauch gleich welcher Art betroffen sind: dass sie den Mut finden, über ihre Erfahrungen zu sprechen.

HERR, WIR BITTEN DICH.

**Ich zünde eine Kerze an** – für alle, die in unserem Land und unserer Kirche Verantwortung tragen: dass sie konsequent auf Seiten der Opfer stehen und helfen, ihnen Recht zu verschaffen.

HERR, WIR BITTEN DICH.

**Ich zünde eine Kerze an** – für alle Kinder, die Zeuge von Gewalt werden oder diese selbst erfahren. Schtze und begleiten sie auf dem Weg in ein sicheres, liebevolles Leben.

HERR, WIR BITTEN DICH.

**Ich zünde eine Kerze an** – für alle, die ihren Mut verloren haben, die sich schämen, weil sie sich als Opfer die Schuld geben, schenke ihnen Hoffnung.

HERR, WIR BITTEN DICH.

**Ich zünde eine Kerze an** – für uns alle: dass wir mit offenen Augen und Ohren durch die Welt gehen und unsere Herzen den Nöten unserer Schwestern und Brüder öffnen.

HERR, WIR BITTEN DICH.

Lasst uns gemeinsam beten, wie Gott, unser Vater es uns gelehrt hat:

## VATER UNSER

### SEGEN:

Du Gott, segne unsere Schritte,  
dass sie uns dorthin wenden, wo wir  
unsere Stimme erheben müssen.

Segne unsere Augen,  
dass wir sie nicht vor der Gewalt  
verschließen.

Segne unsere Ohren,  
dass sie die lauten und die leisen  
Hilferufe hören.

Segne unsere Hände,  
dass sie zärtlich berühren, die nur  
Ablehnung erfahren haben.

Segne unsere Gedanken,  
dass wir neue Wege finden, um die  
Gewalt in unserer Welt zu überwinden.

**LIED:** *Gottes Wort ist wie Licht in der Nacht*

## LIEDVORSCHLÄGE:

- Meine Hoffnung und meine Freude
- All eure Sorgen (du mit uns 55)
- Im Dunkel unserer Ängste (du mit uns 69)
- Ich sing dir mein Lied (du mit uns 517)
- Liebe ist nicht nur ein Wort (du mit uns 616)

### AKTION: *Windlicht in Orange basteln*

Oranges Seidenpapier, Kleister, Glas ODER  
Papierlaterne in Orange

**GEDANKEN:** Wann habe ich an mir selbst Gewalt begangen? Wann war ich nicht ehrlich, nicht liebevoll, nicht nachsichtig mit mir und habe von mir zu viel verlangt?

### ÜBUNG: *Meine Hand erzählt.*

Nehmen Sie ein weißes, unliniertes Papier und legen Sie ihre dominante Hand auf das Papier. Malen Sie mit einem weichen Stift (Bleistift, Filzstift) ihre Hand nach und schreiben Sie dann für 10 Minuten außerhalb ihrer Hand alles auf, was Sie in ihrem Leben bereits mit dieser Hand getan haben. Dazu gehört alles, was sie in ihrem Leben jemals mit ihrer Hand gemacht haben, vom Tag ihrer Geburt bis heute. Versuchen Sie beim Schreiben keine Pause zu machen, sondern schreiben Sie wirklich 10 Minuten durch.

**Impuls:** Wir alle tun in unserem Leben Gutes und Schlechtes. Das ist Teil unserer Menschlichkeit. Wir nehmen alles an, was wir erlebt und getan haben – ohne zu werten und uns klein zu machen.

Hisna cerkev –  
molitev zensk ob  
16 dnevnem boju proti nasilju



*Pred začetkom pripravimo manjši oltarček – z lepim prtičkom, svečo, 6 čajnih svečk za prošnje; če je možno oranžno namizno svetilko (laterno) (navodila za izdelavo glej spodaj), ki jo kasneje lahko postavite na okensko polico, kot znak proti nasilju nad ženskami.*

Bogoslužje pričnemo z znamenjem križa, s katerim smo bili vsi krščeni, in ki nas v življenju ščiti in blagoslavlja.

Praznujemo v imenu Boga, ki nam je podaril življenje, ki nas ljubi kot Oče, kot Mati; v imenu Jezusa Kristusa, ki je živel in deloval kot človek

v imenu Svetega Duha, ki spremlja in obnavlja naše življenje.

**AMEN.**

**VSTOPNA PESEM:** *Hilf, Herr meines Lebens, GL 440 ali V Gospodu je moja moč, GL 890*

Danes obhajamo spomin na vse ženske in dekleta, ki so žrtve nasilja.

Svetovna ženska organizacija poroča, da je vsaka tretja ženska tekom svojega življenja žrtev nasilja. Nasilje pa ima več obrazov:

Strukturno nasilje – Zasluži manj kot njena sodelavka za isto delo. Prikrajšana je, finančno in zasebno; navsezadnje se je odločila za otroke in posledično bo kasneje dobila nižjo pokojnino – sama je kriva!

Fizično nasilje – 40 letna ženska, zaposlena v ekipi poslovodje - doma trpi fizično nasilje; pretepena, poteptana, zlorabljen.

Spolno nasilje – 20 letna študentka, ki se v mestu želi srečati s prijateljicami. Na svojem telesu čuti poglede, sliši besede, ki jo žalostijo in drobijo na koščke. Sramuje se, počuti se golo in izpostavljeno.

Psihično nasilje – 37 letna sestra, duševno zaostala – postala je žrtev posmeha in podtikanja stvari, ji grozijo in jo nadzirajo.

Priča nasilja – Stara je pet let in vsa prestrašena. Videla je, kako je stric pretepal mamo – več se ne more spomniti.

Pri tej pobožnosti so naša srca pri vsem teh ženskah in dekletih, ki niso same.

## **KYRIE ELEISON**

Molimo – Gospod, usmili se. Kristus, usmili se. Gospod, usmili se.

## **PSALM**

Moj glas gre k Bogu, moram vpiti, moj glas gre k Bogu, da mi bo prisluhnil. Na dan svoje stiske iščem Gospoda, ponoči se moja roka izteguje in ne omaguje. (Ps 77, 2-4)

Zvečer, zjutraj in opoldne bom tožil in stokal. (Ps 55,18)

Toliko nasilja je med nami – mi pa si želimo samo eno – varnost in dostojanstvo za vse ženske, dekleta, ljudi;

zares, ti nisi Bog, ki bi se veselil krivičnosti. (Ps 5,5)

Poslušaj, o Bog, moje molitev, ne skrivaj se pred mojo prošnjo! Pazi name in me usliši! (Ps 55, 2-3) Vrzi svoje breme na Gospoda, on bo skrbel zate, nikoli ne bo dopustil, da bi pravični omahnil. (Ps 55,23)

**AMEN.**

## TIŠINA - RAZMIŠLJANJE

Bog me je zapustil, pozabil je name. Ljudje, ki so doživeli kakršnokoli obliko nasilja, se počutijo zapuščeni od Boga in soljudi. Manjka jim zaupanja, umaknejo se vase, počutijo se krive in se sramujejo. Počutijo se obupane, brez poguma in vere vase. Toda božja tolažba je dana vsem. Zapisal nas je v svoje dlani – nismo sami.

**PESEM:** *Kjer dobrota je ljubezen – Taizejski spev, GL 887*

**PROŠNJE:** *ob vsaki prošnji prižgemo čajno svečko*

Bog, naš ljubeči Oče, ki nas vodi skozi težke čase, svoje skrbi in prošnje usmerjamo k tebi:

**Prižgimo svečo** – za vse žrtve nasilja, predvsem pa za vse ženske in dekleta: da bi ob sebi imele ljudi, ki jih poslušajo, spremljajo in podpirajo.  
PROSIMO TE, USLIŠI NAS.

**Prižgimo svečo** – za vse ljudi, ki so doživeli katerokoli obliko nasilja: naj najdejo pogum in spregovorijo o svojih izkušnjah.  
PROSIMO TE, USLIŠI NAS.

**Prižgimo svečo** – za vse, ki nosijo odgovornost v naši državi in cerkvi: da bi bili vedno na strani žrtev in jim pomagali na poti do pravice.  
PROSIMO TE, USLIŠI NAS.

**Prižgimo svečo** - za vse otroke, ki so priče nasilja ali ga sami doživljajo. Varuj in spremljaj jih na poti do ljubečega življenja.  
PROSIMO TE, USLIŠI NAS.

**Prižgimo svečo** – za vse, ki so izgubili pogum, ki se sramujejo in so si kot žrtve naložili krivdo, podeli jim upanja.  
PROSIMO TE, USLIŠI NAS.

**Prižgimo svečo** – za vse nas: da bi po svetu hodili z odprtimi očmi in ušesi in odprli srca za brate in sestre v stiski.  
PROSIMO TE, USLIŠI NAS.

## OČE NAŠ

### BLAGOSLOV:

Bog blagoslovi naše korake,  
da nas vodijo tja, kjer moramo dvigniti svoj glas.  
Blagoslovi naše oči,  
da jih ne zatiskamo pred nasiljem.  
Blagoslovi naša ušesa,  
da slišijo glasne in tihe klice na pomoč.  
Blagoslovi naše roke,  
da se nežno dotaknejo tistih, ki so doživeli zavrnitev.  
Blagoslovi naše misli,  
da najdemo nove poti premagovanja nasilja v našem svetu.

**PESEM:** *Laudate omnes gentes GL 844*

**PREDLOGI PESMI:**

- Meine Hoffnung und meine Freude
- Liebe ist nicht nur ein Wort (du mit uns 616)
- Blizu je Bog GL 43
- Jezus moj, ljubim te GL 285
- Pridi, ljubi Jezus GL 558

**NAREDI SAM/A:** *Svetilka (laterna) v oranžni barvi*

Oranžni prozorni papir, lepilo, kozarec ali papirnata svetilka v oranžni barvi

**V RAZMISLEK:** Kdaj sem sama sebi povzročila/povzročil nasilje? Kdaj nisem bil/a iskren/a, ne ljubeč/a, sam/a sebi nisem privoščil/a in bil/a prestrog/a do sebe?

**VAJA:** *Izdelaj biografijo svoje roke*