

Novene zu Ehren des Heiligen Franziskus – in Vorbereitung auf das Franziskusfest

Diese Novene ist sehr einfach aufgebaut. Anhand des Sonnengesangs wollen wir uns auf das Fest unseres Ordensvaters vorbereiten.

Die Novene nimmt nicht viel Zeit in Anspruch. Sie kann überall – auch unterwegs – gebetet werden. Einzige Voraussetzung: Sich bewusst Zeit dafür zu nehmen.

Wer diese Novene betet, darf sich eingebettet wissen in das Gebet der Kirche, in die Gemeinschaft, die mit und für einander betet.

Jeder Tag ist gleich aufgebaut: Beginnend mit einem Augenblick der Stille, mit einer Anrufung des Heiligen Geistes und mit Gedanken zur jeweiligen Strophe des Sonnengesangs.

Wir wünschen allen Betern dieser Novene ein innerliches Ergriffensein des Herrn, so wie es Franziskus erleben durfte: Er, von dem gesagt wird, dass er nicht mehr ein Mann war, der betete, sondern der zum Gebet geworden ist.



25. September

- *Ich beginne mit einem Kreuzzeichen und verharre in kurzer Stille. Nichts soll mich nun vom Gebet abhalten. Immer wieder wiederhole ich innerlich: „Mein Gott und mein Alles“*
- *Ich bitte um die Gabe des Heiligen Geistes:*

**Heiliger Geist, erfülle mich,
wie einst Franziskus,
mit deiner Weisheit und mit deiner Einsicht.
Lass auch mich bereit sein,
den Herrn zu fragen, was er will,
dass ich tue.
Nimm von mir all die Ausreden und Entschuldigungen,
die ich mir zurechtgelegt habe,
wenn es darum geht,
alte Denkmuster und Handlungsweisen aufzugeben.
Führe mich immer tiefer in die Erkenntnis
Gottes und meiner Selbst,
um mich immer mehr in Christus zu verwurzeln,
dem wahren Baum des Lebens. Amen.**

25. September

- *Ich bete die erste Strophe des Sonnengesangs und betrachte dann die Abbildung des Kreuzes von San Damiano:*

**Höchster, allmächtiger, guter Herr,
dein sind der Lobpreis,
die Herrlichkeit und Ehre
und jeglicher Segen.
Dir allein, Höchster, gebühren sie,
und kein Mensch ist würdig,
dich zu nennen.**

- *Ich überlege in Stille:*

- Wer ist Gott für mich?
- Wo lobe ich Gott durch mein Leben?
- Steht Gott an erster Stelle in meinem Leben, oder doch meine eigenen Interessen?



25. September

- *Ich beende mein Gebet mit einem „Vater unser“*
- *Ich spreche den Segen des Hl. Franziskus:*

Der Herr segne und behüte dich.

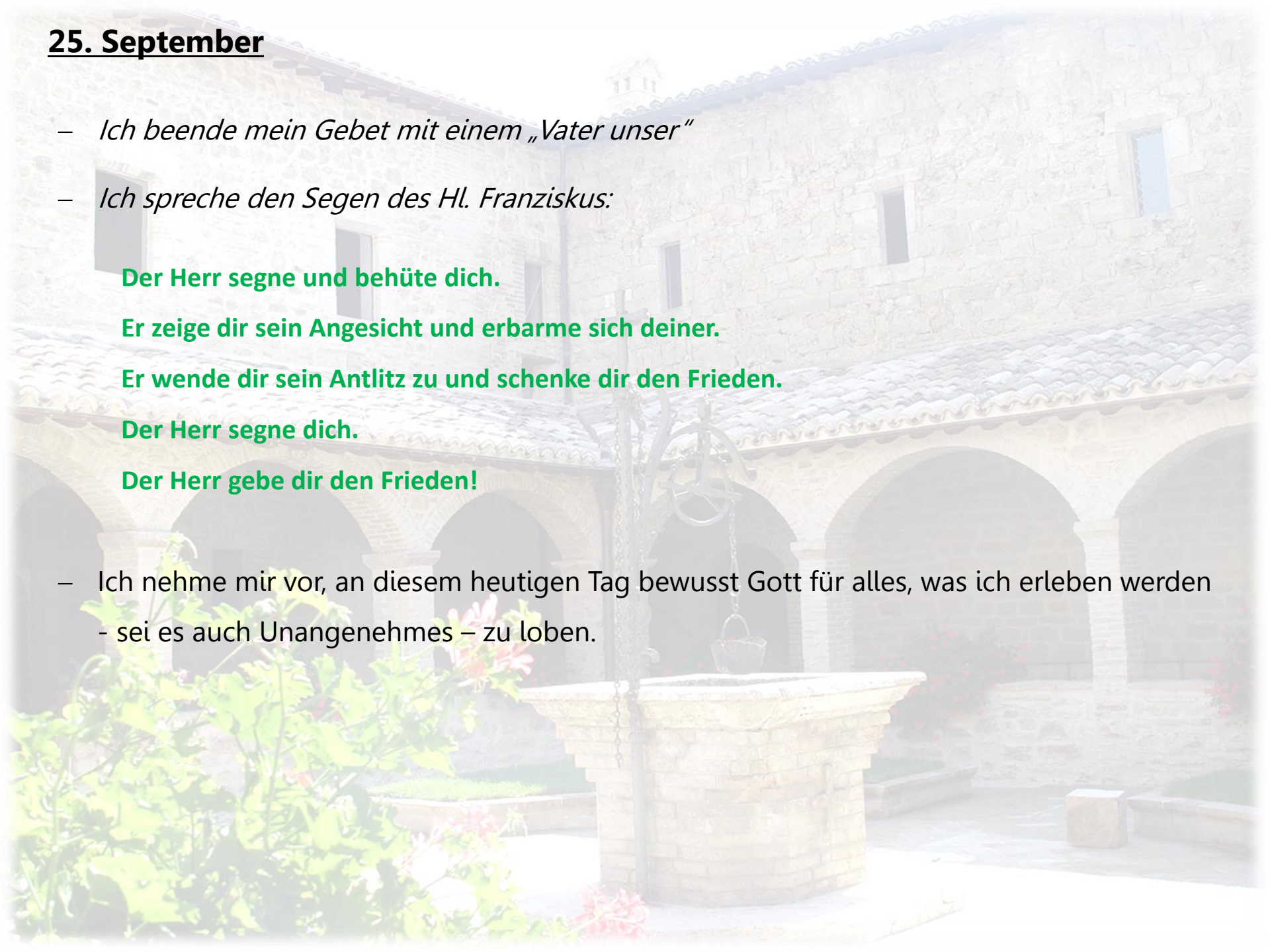
Er zeige dir sein Angesicht und erbarme sich deiner.

Er wende dir sein Antlitz zu und schenke dir den Frieden.

Der Herr segne dich.

Der Herr gebe dir den Frieden!

- Ich nehme mir vor, an diesem heutigen Tag bewusst Gott für alles, was ich erleben werden
– sei es auch Unangenehmes – zu loben.



26. September

- *Ich beginne mit einem Kreuzzeichen und verharre in kurzer Stille. Nichts soll mich nun vom Gebet abhalten. Immer wieder wiederhole ich innerlich: „Mein Gott und mein Alles“*
- *Ich bitte um die Gabe des Heiligen Geistes:*

**Heiliger Geist, erfülle mich,
wie einst Franziskus,
mit deiner Weisheit und mit deiner Einsicht.**

**Lass auch mich bereit sein,
den Herrn zu fragen, was er will,
dass ich tue.**

**Nimm von mir all die Ausreden und Entschuldigungen,
die ich mir zurechtgelegt habe,
wenn es darum geht,
alte Denkmuster und Handlungsweisen aufzugeben.**

**Führe mich immer tiefer in die Erkenntnis
Gottes und meiner Selbst,
um mich immer mehr in Christus zu verwurzeln,
dem wahren Baum des Lebens. Amen.**

26. September

- *Ich bete die zweite Strophe des Sonnengesangs und werde mir des Lichtes der Sonne bewusst:*

**Gelobt seist du, mein Herr,
mit allen deinen Geschöpfen,
zumal dem Herrn Bruder Sonne;
er ist der Tag, und du spendest uns das Licht durch ihn.
Und schön ist er und strahlend in großem Glanz,
dein Sinnbild, o Höchster.**

- *Ich überlege in Stille:*

- „Spende“ ich anderen das Licht Gottes: Durch ein Wort des Trostes, der Hoffnung, der Aufmunterung?
- Sehe ich eher Licht in meinem Leben oder immer nur Schattenseiten?
- Ist Christus für mich das Licht des Lebens? Die Sonne, die nie untergeht und die Sünde und den Tod besiegt hat?

26. September

- *Ich beende mein Gebet mit einem „Vater unser“*
- *Ich spreche den Segen des Hl. Franziskus:*

Der Herr segne und behüte dich.

Er zeige dir sein Angesicht und erbarme sich deiner.

Er wende dir sein Antlitz zu und schenke dir den Frieden.

Der Herr segne dich.

Der Herr gebe dir den Frieden!

- Ich nehme mir heute vor, mich ganz bewusst am Licht der Sonne zu erfreuen und anderen mit Freundlichkeit – und keinem finsternen Gesicht – zu begegnen.



27. September

- *Ich beginne mit einem Kreuzzeichen und verharre in kurzer Stille. Nichts soll mich nun vom Gebet abhalten. Immer wieder wiederhole ich innerlich: „Mein Gott und mein Alles“*
- *Ich bitte um die Gabe des Heiligen Geistes:*

**Heiliger Geist, erfülle mich,
wie einst Franziskus,
mit deiner Weisheit und mit deiner Einsicht.**

**Lass auch mich bereit sein,
den Herrn zu fragen, was er will,
dass ich tue.**

**Nimm von mir all die Ausreden und Entschuldigungen,
die ich mir zurechtgelegt habe,
wenn es darum geht,
alte Denkmuster und Handlungsweisen aufzugeben.**

**Führe mich immer tiefer in die Erkenntnis
Gottes und meiner Selbst,
um mich immer mehr in Christus zu verwurzeln,
dem wahren Baum des Lebens. Amen.**

27. September

- *Ich bete die dritte Strophe des Sonnengesangs und denke an die große Weite der von Gott erschaffenen Welt:*

**Gelobt seist du, mein Herr,
durch Schwester Mond und die Sterne;
am Himmel hast du sie gebildet,
hell leuchtend und kostbar und schön.**

- *Ich überlege in Stille:*

- Der Psalm 139,12 sagt: „Auch die Finsternis wäre für dich nicht finster, die Nacht würde leuchten wie der Tag, die Finsternis wäre wie Licht“. Wo gibst es Finsternis in meinem Leben, die ich durch Gott erleuchten müsste ?
- Wie sehr vertraue ich Gott, wenn scheinbar das Licht in meinem Leben fehlt und ich nur im Dunkel tappe?
- Sterne waren seit jeher Menschen eine Hilfe, sich zu orientieren. Woran orientiere ich mich in meinem Leben?

27. September

- *Ich beende mein Gebet mit einem „Vater unser“*
- *Ich spreche den Segen des Hl. Franziskus:*

Der Herr segne und behüte dich.

Er zeige dir sein Angesicht und erbarme sich deiner.

Er wende dir sein Antlitz zu und schenke dir den Frieden.

Der Herr segne dich.

Der Herr gebe dir den Frieden!

- Ich nehme mir vor, am Abend den Sternenhimmel zu betrachten und über die unendliche Weite Gottes nachzudenken. Folgender Text könnte mir dabei eine Hilfe sein.

Bei dir Hörst du mich, Gott? Noch nie im Leben sprach ich mit dir ... Doch heute, heut will ich dich begrüßen. Du weißt, von Kindertagen an sagte man mir, dich gebe es nicht. Und ich, ich glaubte es, Narr, der ich war. Die Schönheit deiner Schöpfung ging mir niemals auf.

Doch heute Nacht nahm ich ihn wahr, vom Grund des aufgerissenen Kraters, den Sternenhimmel über mir. Und ich verstand staunend sein Gefunkel ...

Ich weiß nicht, Herr, ob du mir die Hand reichst, doch will ich es dir sagen, und du wirst mich verstehen: dies Wunder, dass mitten in der schauerlichen Hölle das Herz mir leicht wurde und ich dich erkannte. Sonst weiß ich dir nichts zu sagen, nur, dass ich froh wurde, als ich dich erkannte. Mir war so wohl bei dir. (Gebet eines russischen Soldaten, das ein deutscher Sanitäter in der Tasche des Gefallenen fand)

Aus: Schottmessbuch – 25. Sonntag des Jahres A

28. September

- *Ich beginne mit einem Kreuzzeichen und verharre in kurzer Stille. Nichts soll mich nun vom Gebet abhalten. Immer wieder wiederhole ich innerlich: „Mein Gott und mein Alles“*
- *Ich bitte um die Gabe des Heiligen Geistes:*

**Heiliger Geist, erfülle mich,
wie einst Franziskus,
mit deiner Weisheit und mit deiner Einsicht.**

**Lass auch mich bereit sein,
den Herrn zu fragen, was er will,
dass ich tue.**

**Nimm von mir all die Ausreden und Entschuldigungen,
die ich mir zurechtgelegt habe,
wenn es darum geht,
alte Denkmuster und Handlungsweisen aufzugeben.**

**Führe mich immer tiefer in die Erkenntnis
Gottes und meiner Selbst,
um mich immer mehr in Christus zu verwurzeln,
dem wahren Baum des Lebens. Amen.**

28. September

- *Ich bete die vierte Strophe des Sonnengesangs und werde mir meines Atemzugs ganz bewusst:*

**Gelobt seist du, mein Herr,
durch Bruder Wind und durch Luft und Wolken
und heiteren Himmel und jegliches Wetter,
durch das du deinen Geschöpfen den Unterhalt gibst.**

- *Ich überlege in Stille:*

- Das Leben beginnt, weil uns Atem geschenkt wird? Die Luft zum Leben. Bin ich manchmal einer, der anderen die Luft nimmt? Sie erdrückt und erstickt?
- Die Bibel beschreibt das Wirken des Heiligen Geistes als ein Wind, von dem wir nicht wissen, woher er kommt und wohin er geht (vgl. Joh 3,8): Wie sehr lasse ich mich von diesem Wind des Geistes tragen?
- Bin ich Gott dankbar für das Leben, das er mir anvertraut hat?

28. September

- *Ich beende mein Gebet mit einem „Vater unser“*
- *Ich spreche den Segen des Hl. Franziskus:*

Der Herr segne und behüte dich.

Er zeige dir sein Angesicht und erbarme sich deiner.

Er wende dir sein Antlitz zu und schenke dir den Frieden.

Der Herr segne dich.

Der Herr gebe dir den Frieden!

- Ich nehme mir heute vor, auf meinen Atem zu achten und das „Jesus-Gebet“ zu beten.
Beim Einatmen sage ich langsam „Herr, Jesus Christus“ und beim Ausatmen „Erbarme dich meiner“

29. September

- *Ich beginne mit einem Kreuzzeichen und verharre in kurzer Stille. Nichts soll mich nun vom Gebet abhalten. Immer wieder wiederhole ich innerlich: „Mein Gott und mein Alles“*
- *Ich bitte um die Gabe des Heiligen Geistes:*

**Heiliger Geist, erfülle mich,
wie einst Franziskus,
mit deiner Weisheit und mit deiner Einsicht.**

**Lass auch mich bereit sein,
den Herrn zu fragen, was er will,
dass ich tue.**

**Nimm von mir all die Ausreden und Entschuldigungen,
die ich mir zurechtgelegt habe,
wenn es darum geht,
alte Denkmuster und Handlungsweisen aufzugeben.**

**Führe mich immer tiefer in die Erkenntnis
Gottes und meiner Selbst,
um mich immer mehr in Christus zu verwurzeln,
dem wahren Baum des Lebens. Amen.**

29. September

– *Ich bete die fünfte Strophe des Sonnengesangs:*

**Gelobt seist du, mein Herr,
durch Schwester Wasser,
gar nützlich ist es und demütig und kostbar und keusch.**

– *Ich überlege in Stille:*

- Durch das Wasser der Taufe sind wir Teil der Gemeinschaft der Kirche geworden. Wie stehe ich zur Gemeinschaft der Getauften?
- Wasser brauchen wir zum Überleben. Wasser brauchen wir zum Reinigen. Was gibt es in meinem Leben, von dem ich gereinigt werden muss?
- Franziskus beschreibt das Wasser als „keusch“: Man kann durch es durchblicken, bis auf den Grund. Kann ich mich als keuschen Menschen bezeichnen, als einen, der nichts zum Verbergen hat?

29. September

- *Ich beende mein Gebet mit einem „Vater unser“*
- *Ich spreche den Segen des Hl. Franziskus:*

Der Herr segne und behüte dich.

Er zeige dir sein Angesicht und erbarme sich deiner.

Er wende dir sein Antlitz zu und schenke dir den Frieden.

Der Herr segne dich.

Der Herr gebe dir den Frieden!

- Ich nehme mir heute vor, ganz besonders auf meinen Wasserverbrauch zu achten. Wie gedankenlos gehen wir doch mit diesem großen Geschenk Gottes um: Lasse ich z.B. beim Zähneputzen das Wasser laufen? Vielleicht kann ich in meinem Verhalten etwas ändern!

30. September

- *Ich beginne mit einem Kreuzzeichen und verharre in kurzer Stille. Nichts soll mich nun vom Gebet abhalten. Immer wieder wiederhole ich innerlich: „Mein Gott und mein Alles“*
- *Ich bitte um die Gabe des Heiligen Geistes:*

**Heiliger Geist, erfülle mich,
wie einst Franziskus,
mit deiner Weisheit und mit deiner Einsicht.**

**Lass auch mich bereit sein,
den Herrn zu fragen, was er will,
dass ich tue.**

**Nimm von mir all die Ausreden und Entschuldigungen,
die ich mir zurechtgelegt habe,
wenn es darum geht,
alte Denkmuster und Handlungsweisen aufzugeben.**

**Führe mich immer tiefer in die Erkenntnis
Gottes und meiner Selbst,
um mich immer mehr in Christus zu verwurzeln,
dem wahren Baum des Lebens. Amen.**

30. September

- *Ich bete die sechste Strophe des Sonnengesangs und entzünde, wenn möglich, eine Kerze:*

**Gelobt seist du, mein Herr,
durch Bruder Feuer,
durch das du die Nacht erleuchtest;
und schön ist es und liebenswürdig und kraftvoll und stark.**

- *Ich überlege in Stille:*

- Feuer erleuchtet und spendet Wärme? Wo ist in meiner Umgebung Wärme notwendig? Wo sind Freundschaften in Kälte erstarrt?
- Feuer ist zum Läutern da? Wo habe ich Läuterung in meinem Leben notwendig? Wann war ich das letzte Mal beichten?
- Franziskus beschreibt das Feuer als „liebenswürdig“: Wo müsste ich von neuem das Feuer der Liebe und Begeisterung entfachen?

30. September

- *Ich beende mein Gebet mit einem „Vater unser“*
- *Ich spreche den Segen des Hl. Franziskus:*

Der Herr segne und behüte dich.

Er zeige dir sein Angesicht und erbarme sich deiner.

Er wende dir sein Antlitz zu und schenke dir den Frieden.

Der Herr segne dich.

Der Herr gebe dir den Frieden!

- Ich nehme mir heute vor, eine Kerze zu entzünden und daran zu denken: Auch ich soll bereit sein, mich vom Herrn entfachen zu lassen und von mir selbst etwas zu geben, damit andere Licht und Wärme erhalten!

1. Oktober

- *Ich beginne mit einem Kreuzzeichen und verharre in kurzer Stille.
Nichts soll mich nun vom Gebet abhalten.
Immer wieder wiederhole ich innerlich:
„Mein Gott und mein Alles“*
- *Ich bitte um die Gabe des Heiligen Geistes:*

**Heiliger Geist, erfülle mich,
wie einst Franziskus,
mit deiner Weisheit und mit deiner Einsicht.**

**Lass auch mich bereit sein,
den Herrn zu fragen, was er will,
dass ich tue.**

**Nimm von mir all die Ausreden und Entschuldigungen,
die ich mir zurechtgelegt habe,
wenn es darum geht,
alte Denkmuster und Handlungsweisen aufzugeben.**

**Führe mich immer tiefer in die Erkenntnis
Gottes und meiner Selbst,
um mich immer mehr in Christus zu verwurzeln,
dem wahren Baum des Lebens. Amen.**

1. Oktober

- *Ich bete die siebte Strophe des Sonnengesangs und setze mich, wenn möglich, auf eine Wiese:*

**Gelobt seist du, mein Herr,
durch unsere Schwester, Mutter Erde,
die uns ernährt und lenkt
und vielfältige Früchte hervorbringt
und bunte Blumen und Kräuter.**

- *Ich überlege in Stille:*

- Habe ich je die Erde als meine Mutter bezeichnet?
- Wie gehe ich mit der Umwelt um? Der Erde, den Mitmenschen, der Natur?
- Kann ich mich als jemanden bezeichnen, der fest verwurzelt ist oder bin ich mal hier mal dort?

1. Oktober

- *Ich beende mein Gebet mit einem „Vater unser“*
- *Ich spreche den Segen des Hl. Franziskus:*

Der Herr segne und behüte dich.

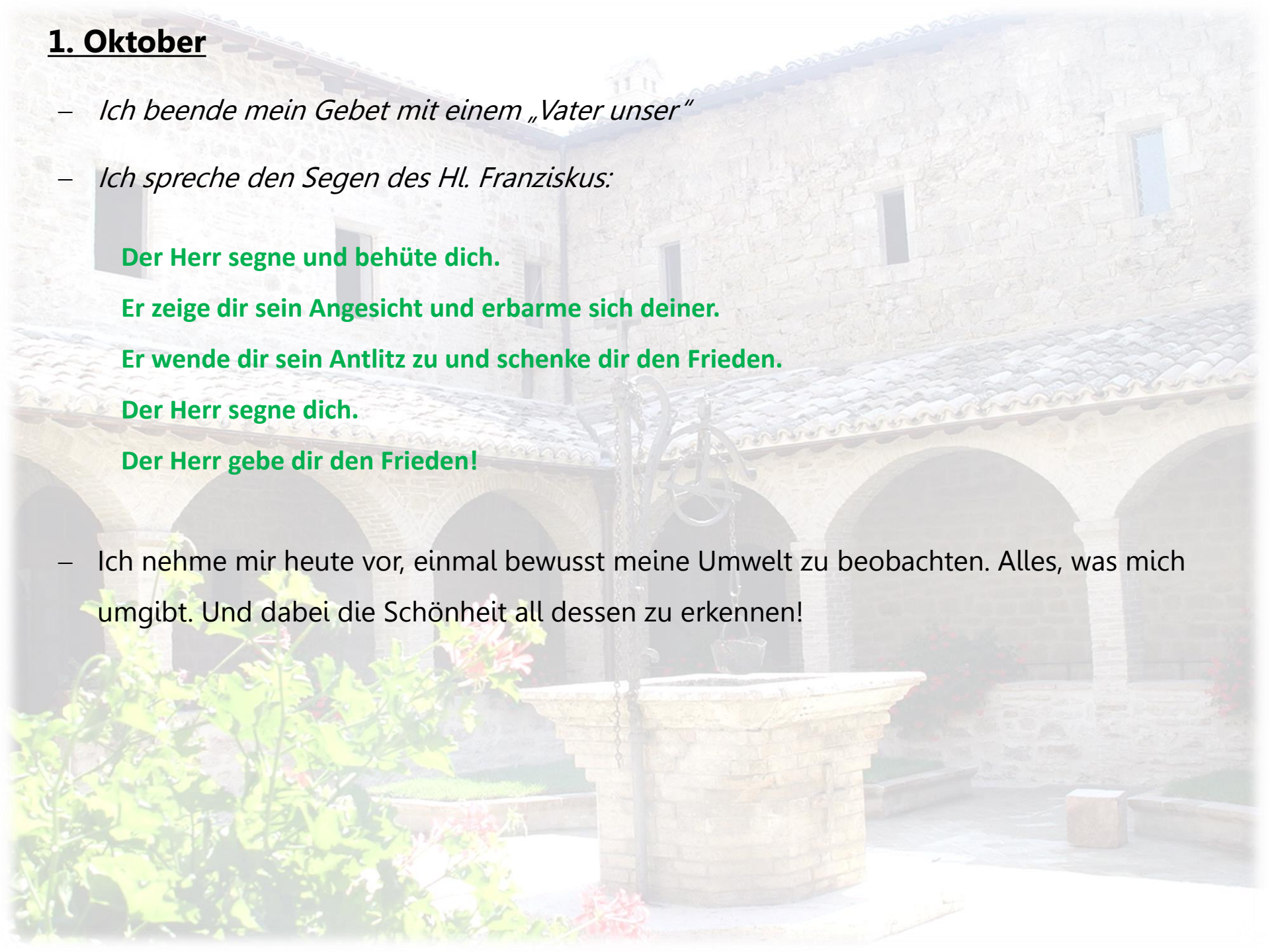
Er zeige dir sein Angesicht und erbarme sich deiner.

Er wende dir sein Antlitz zu und schenke dir den Frieden.

Der Herr segne dich.

Der Herr gebe dir den Frieden!

- Ich nehme mir heute vor, einmal bewusst meine Umwelt zu beobachten. Alles, was mich umgibt. Und dabei die Schönheit all dessen zu erkennen!



2. Oktober

- *Ich beginne mit einem Kreuzzeichen und verharre in kurzer Stille. Nichts soll mich nun vom Gebet abhalten. Immer wieder wiederhole ich innerlich: „Mein Gott und mein Alles“*
- *Ich bitte um die Gabe des Heiligen Geistes:*

**Heiliger Geist, erfülle mich,
wie einst Franziskus,
mit deiner Weisheit und mit deiner Einsicht.**

**Lass auch mich bereit sein,
den Herrn zu fragen, was er will,
dass ich tue.**

**Nimm von mir all die Ausreden und Entschuldigungen,
die ich mir zurechtgelegt habe,
wenn es darum geht,
alte Denkmuster und Handlungsweisen aufzugeben.**

**Führe mich immer tiefer in die Erkenntnis
Gottes und meiner Selbst,
um mich immer mehr in Christus zu verwurzeln,
dem wahren Baum des Lebens. Amen.**

2. Oktober

- *Ich bete die achte Strophe des Sonnengesangs und rufe mir einen Kranken in Erinnerung, für den ich besonders beten will:*

**Gelobt seist du, mein Herr,
durch jene, die verzeihen um deiner Liebe willen
und Krankheit ertragen und Drangsal.
Selig jene, die solches ertragen in Frieden,
denn von dir, Höchster, werden sie gekrönt werden.**

- *Ich überlege in Stille:*

- Kann ich leicht verzeihen (auch mir selbst) oder bin ich immer nur nachtragend?
- Wie gehe ich mit Krankheit um: Ist es Schicksal? Ist es Bestrafung Gottes? Was ist es für mich?
- Habe ich dazu beigetragen, dass andere Drangsal erleiden?

2. Oktober

- *Ich beende mein Gebet mit einem „Vater unser“*
- *Ich spreche den Segen des Hl. Franziskus:*

Der Herr segne und behüte dich.

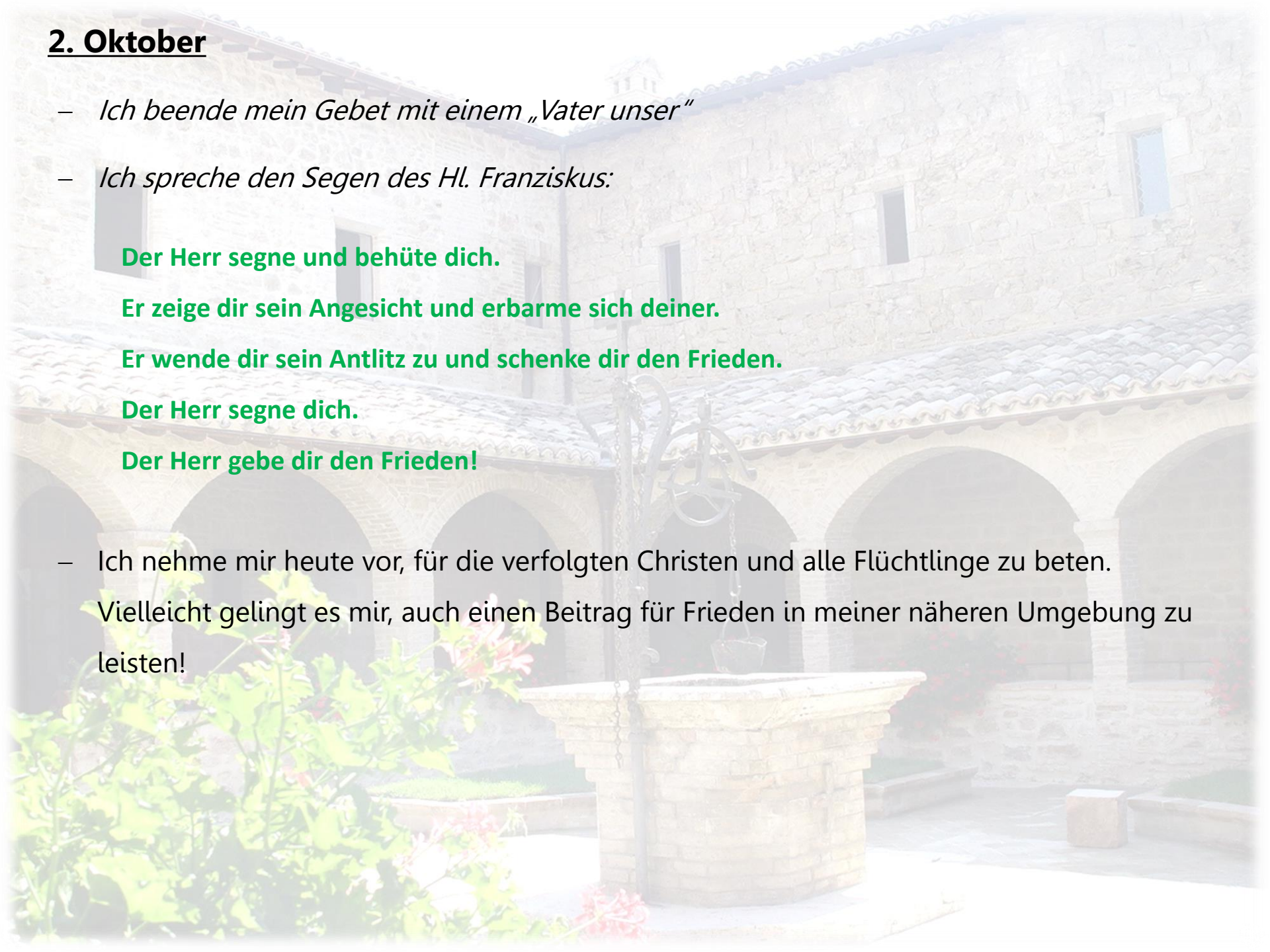
Er zeige dir sein Angesicht und erbarme sich deiner.

Er wende dir sein Antlitz zu und schenke dir den Frieden.

Der Herr segne dich.

Der Herr gebe dir den Frieden!

- Ich nehme mir heute vor, für die verfolgten Christen und alle Flüchtlinge zu beten. Vielleicht gelingt es mir, auch einen Beitrag für Frieden in meiner näheren Umgebung zu leisten!



3. Oktober

- *Ich beginne mit einem Kreuzzeichen und verharre in kurzer Stille. Nichts soll mich nun vom Gebet abhalten. Immer wieder wiederhole ich innerlich: „Mein Gott und mein Alles“*
- *Ich bitte um die Gabe des Heiligen Geistes:*

**Heiliger Geist, erfülle mich,
wie einst Franziskus,
mit deiner Weisheit und mit deiner Einsicht.**

**Lass auch mich bereit sein,
den Herrn zu fragen, was er will,
dass ich tue.**

**Nimm von mir all die Ausreden und Entschuldigungen,
die ich mir zurechtgelegt habe,
wenn es darum geht,
alte Denkmuster und Handlungsweisen aufzugeben.**

**Führe mich immer tiefer in die Erkenntnis
Gottes und meiner Selbst,
um mich immer mehr in Christus zu verwurzeln,
dem wahren Baum des Lebens. Amen.**

3. Oktober

- *Ich bete die neunte Strophe des Sonnengesangs und gedenke eines kürzlich Verstorbenen:*

**Gelobt seist du, mein Herr,
durch unsere Schwester, den leiblichen Tod;
ihm kann kein Mensch lebend entrinnen.
Wehe jenen, die in schwerer Sünde sterben.
Selig jene, die sich in deinem heiligsten Willen finden,
denn der zweite Tod wird ihnen kein Leid antun.**

- *Ich überlege in Stille:*

- Ist Tod für mich bitteres Ende oder doch der Bruder, der uns die Tür zum neuen Leben öffnet?
- Fällt es mir leicht, andere zu trösten und in der Trauer zu begleiten?
- Ist mir bewusst, was Sünde bedeutet?

3. Oktober

- *Ich beende mein Gebet mit einem „Vater unser“*
- *Ich spreche den Segen des Hl. Franziskus:*

Der Herr segne und behüte dich.

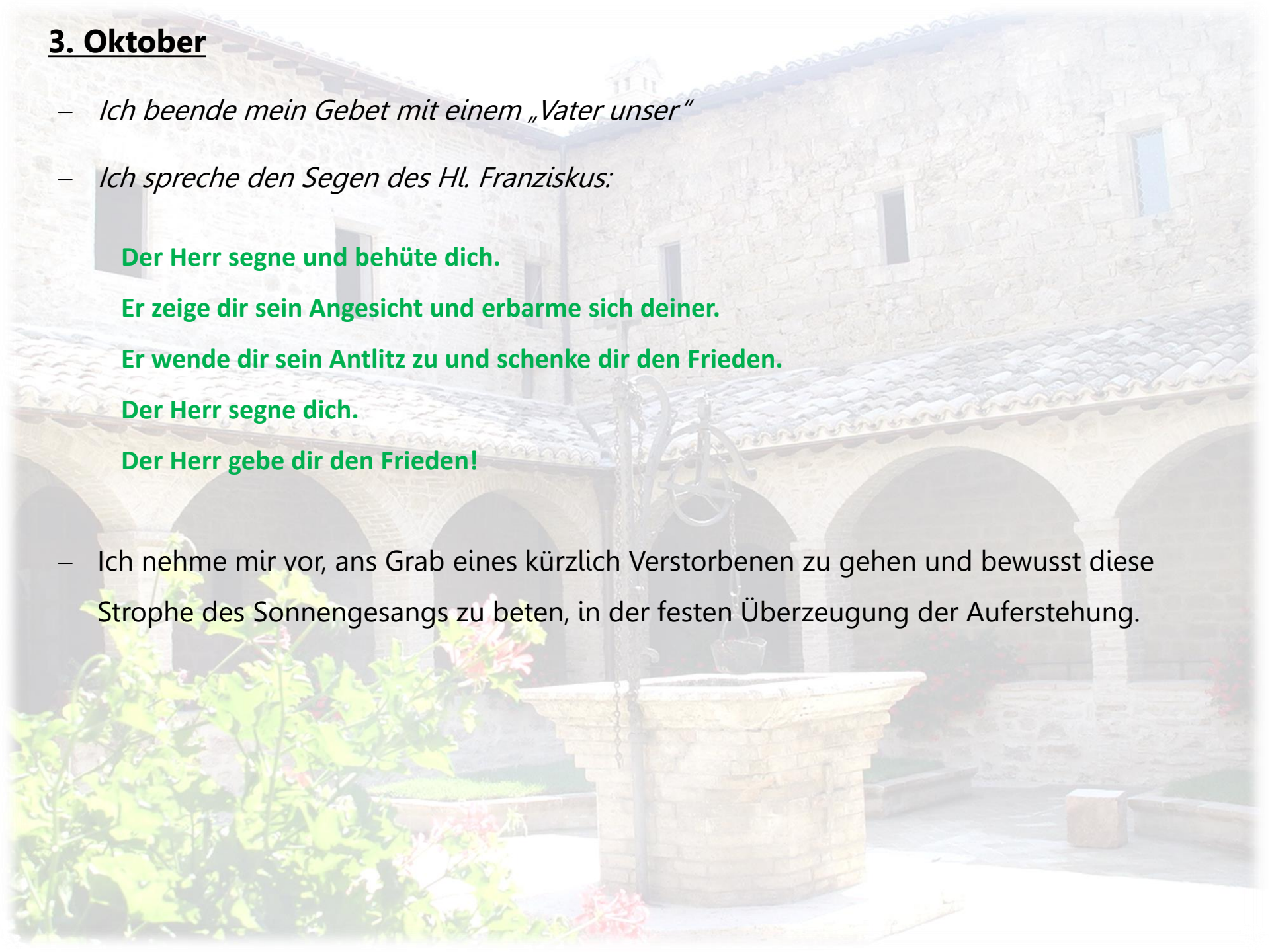
Er zeige dir sein Angesicht und erbarme sich deiner.

Er wende dir sein Antlitz zu und schenke dir den Frieden.

Der Herr segne dich.

Der Herr gebe dir den Frieden!

- Ich nehme mir vor, ans Grab eines kürzlich Verstorbenen zu gehen und bewusst diese Strophe des Sonnengesangs zu beten, in der festen Überzeugung der Auferstehung.



4. Oktober

- *Ich beginne mit einem Kreuzzeichen und verharre in kurzer Stille. Nichts soll mich nun vom Gebet abhalten. Immer wieder wiederhole ich innerlich: „Mein Gott und mein Alles“*
- *Ich bitte um die Gabe des Heiligen Geistes:*

**Heiliger Geist, erfülle mich,
wie einst Franziskus,
mit deiner Weisheit und mit deiner Einsicht.**

**Lass auch mich bereit sein,
den Herrn zu fragen, was er will,
dass ich tue.**

**Nimm von mir all die Ausreden und Entschuldigungen,
die ich mir zurechtgelegt habe,
wenn es darum geht,
alte Denkmuster und Handlungsweisen aufzugeben.**

**Führe mich immer tiefer in die Erkenntnis
Gottes und meiner Selbst,
um mich immer mehr in Christus zu verwurzeln,
dem wahren Baum des Lebens. Amen.**

4. Oktober

- *Ich bete die zehnte und letzte Strophe des Sonnengesangs und freue mich über den Hl. Franz von Assisi, den Gott der Kirche und der Welt geschenkt hat:*

**Lobt und preist meinen Herrn
und sagt ihm Dank und dient ihm mit großer Demut.**

- *Ich überlege in Stille:*

- Bin ich fähig, Freude mit anderen zu teilen?
- Fällt es mir schwer, demütig und bescheiden zu sein?
- Wofür kann ich Gott in diesen Tagen besonders danken?

4. Oktober

- *Ich beende mein Gebet mit einem „Vater unser“*
- *Ich spreche den Segen des Hl. Franziskus:*

Der Herr segne und behüte dich.

Er zeige dir sein Angesicht und erbarme sich deiner.

Er wende dir sein Antlitz zu und schenke dir den Frieden.

Der Herr segne dich.

Der Herr gebe dir den Frieden!

- Ich nehme mir vor, heute an der Franziskus-Festmesse teilzunehmen.

