



Von Zeit zu Zeit

WELTGEBETSTAGSIMPULSE 2026 - 2027





Mit dem Weltgebets- tag durch das Jahr

ZWÖLF IMPULSE DES ARBEITSKREISES WELTGEBETSTAG BADEN

KOMMT! BRINGT EURE LAST.

Dieser Satz steht 2026 für den Weltgebetstag, und das Titelbild zeigt die zwei Versprechen, die darin enthalten sind. Zunächst die Einladung: Kommt! Der Satz heißt uns willkommen, gibt uns ein Ziel, lenkt die Schritte in eine Richtung. So schreiten die Frauen in einer Reihe, aufrecht und klar. Auch der zweiten Aufforderung kommen diese Frauen nach: Erhobenen Hauptes tragen und bringen sie ihre Lasten.

Lasten tragen wir alle. Ganz unterschiedlich: die einen körperlich in harter Arbeit oder in Krankheit, die anderen innerlich mit Sorgen und Ängsten. Was für eine Erleichterung, wenn wir sie abgeben können.

Lasten loslassen und abgeben - das lässt uns vielleicht eher nachdenklich schauen, wie die drei Frauen im Vordergrund des Bildes. Wie soll das gehen, dieses Abgeben, wem können wir die Lasten denn überlassen?

Die Frauen aus Nigeria haben uns dazu einen Gottesdienst geschenkt. Voller Gottvertrauen und Zuspruch, mit Geschichten von jungen Mädchen, Müttern, Witwen. Sie erzählen von ihren Lasten, aber vor allem von ihrem Glauben, ihrer Solidarität und von den Möglichkeiten, wie sie ihr Leben gestalten.

Die Impulse in diesem Heft laden Monat für Monat dazu ein, Lasten wahrzunehmen, sie vor Gott zu bringen, sie mit anderen zu teilen und sie füreinander zu tragen. So wird manches Joch leicht. So schenkt Gott uns Ruhe und Erquickung.

„Segne uns und mach uns zu einer lebendigen Gemeinschaft“ - das ist das Anliegen der weltweiten Weltgebetstags-Bewegung.

Barbara Coors

MÄRZ 2026

Das Los ist
mir gefallen
auf liebliches
Land; mir
ist ein schönes
Erbeil
geworden.

Psalm 16,6

Dieser Bibelvers spielt eine zentrale Rolle in meinem Leben. Als eine Lebensentscheidung für mich anstand, fand ich ihn in der Bibel, er bestätigte meine Entscheidung. Das Land, in das ich mein zukünftiges Leben verlegen wollte, war Nigeria, das gastgebende Land des Weltgebetstages 2026. Nun würden selbst die Einheimischen Nigeria nicht als „lieblich“ bezeichnen. Das war mir an diesem Tag auch bewusst, aber ich erfuhr hier so viel Liebe - in der Familie wie auch von Fremden. Seit 21 Jahren lebe ich hier mit meinem nigerianischen Ehemann, ich bin glücklich und habe die Entscheidung nie bereut.

Hier sagt man: „Nigeria ist Gottes eigenes Land“ - dafür habe ich viele Gründe gefunden. Einer der wichtigsten ist das tropische Klima. Aber es ist auch ein gesegnetes Land mit reichen Bodenschätzen und gutem Boden für die Landwirtschaft. Es ist ein riesiges Land mit einer Bevölkerung, die tiefreligiös ist, geteilt in die beiden großen Religionen, aber verbunden in dem gemeinsamen Glauben an den Einen Gott. Hier ist die Rede von Gott im täglichen Miteinander zuhause. Hier ist Gott mir jeden Tag nah, sei es in dem Bewusstsein, bewahrt zu sein, sei es in der Dankbarkeit für die vielen kleinen Dinge, die mir Freude machen, sei es in der überraschenden Begegnung mit hilfsbereiten Menschen.

Elisabeth Omar

APRIL 2026

Es gibt Lebenszeiten, da raubt mir die Sorge um einen anderen Menschen meine Kräfte und den Schlaf. Wie gut tut es da, wenn sich die Fürsorge auf mehrere Personen aufteilen lässt.

Das entlastet und lässt mich aufatmen.

Ich will von den vier Leuten aus dem Markusevangelium lernen. Sie tragen die Verantwortung für ihren kranken Freund gemeinsam. Und sie tragen ihn voller Vertrauen auf Hilfe zu Jesus.

Vielleicht kommt die von mir gepflegte Person nicht wieder auf die Beine wie der Gelähmte in der Bibelgeschichte. Doch die Last der Pflege wird leichter, wenn wir sie mit vereinten Kräften und mit Jesu Hilfe schultern.

Im Gebet vertraue ich mich mitsamt dem zu umsorgenden Menschen Jesu Fürsorge an.

Annerose Stober

Da
schleppten
vier Leute eine
gelähmte Person
herbei, die sie zu
Jesus tragen
wollten.

Markus 2,3

Aber der
Herr antwor-
tete: „Marta,
Marta! Du bist
so besorgt und
machst dir
Gedanken
um so vieles.“

Lukas 10,41

Ein Sprichwort drückt es ähnlich aus: „Die schwersten Lasten, die wir tragen, sind die Gedanken in unserem Kopf“, und 1991 sangen die Lassie Singers „Falsche Gedanken bringen dich um dein Glück“. Offenbar beeinflussen unsere Gedanken unser Leben, prägen das Fühlen, Handeln und den Umgang mit der Welt. Die negativen Gedanken werden zur Last, zur Belastung.

Was aber hilft? Wie werden die Gedanken leichter, positiver? Es beginnt mit dem Wahrnehmen. Wir können üben, unsere Gefühle und Handlungen achtsam wahrzunehmen. Indem wir unsere Gedanken ins Positive lenken, können wir die mentale Last reduzieren - und unser Leben gestaltet sich leichter und erfüllter. Und vielleicht entwickeln wir dadurch ein tieferes Verständnis für uns selbst und die Welt um uns herum. Jesus richtet im Konflikt zwischen Marta und Maria den Blick auf Martas Gedanken, die sie daran hindern, das im Moment Wichtigste zu erkennen. Er ermutigt sie, ihre Arbeit ruhen zu lassen, ihre Sorgen loszulassen und - wie ihre Schwester Maria - auf seine Worte zu hören.

Lassen auch wir uns ermutigen, das Gedanken-Karussell anzuhalten. Wenn Gedanken Macht haben, dann können wir die positiven nutzen und den negativen keinen Raum geben.

Christiane Mittmesser

Der Segen der Ewigen
erfrische dich wie das Gras im Morgentau.
Der Segen der Ewigen
lege sich wie die Sonne auf deine Haut.

Der Segen der Ewigen
umtanze dich

wie ein Schmetterling im Garten.

Der Segen der Ewigen

durchströme dich wie das Wasser den Fluss.

Der Segen der Ewigen

trage dich durch den Sommer
wie die Füße durch den Sand.

Der Segen der Ewigen

umwehe dich und beflügele deine Schritte.

Der Segen der Ewigen

fließe für dich so endlos wie das Meer.

Der Segen der Ewigen

sei mit dir und mit all denen,
die dir am Herzen liegen.

Sommersegen

Christine Rudershausen

JULI 2026

Als sie auf dem
Feld waren,
fiel Kain über
seinen Bruder
Abel her und
erschlug ihn ...
Der Herr sprach:
Verflucht sollst
du sein ... Der
Herr machte ein
Zeichen an Kain.
Niemand, der
ihm begegnete,
durfte ihn töten.

Doch Kain geht nicht allein. Seine Frau geht mit und sie bekommen mindestens einen Sohn.

Wie ist es wohl der Frau Kains ergangen? Als Frau eines Mörders auf der Flucht mit dem verzweiferten Mut zu einem Neubeginn in einem fremden Land? Kains Frau trägt ungefragt die Schuld ihres Mannes mit. Sie bleibt bei ihm. Sie gibt ihm Lebensmut und Zukunft. Sie hält Stunden der Verzweiflung aus, wenn Gewissensbisse und Anfeindungen die Oberhand gewinnen. Was für eine starke Frau. Sie lebt Liebe, Zuwendung und Verzeihen. Sie vertraut Gottes Zusage, dass er Kain eine zweite Chance gibt. Gott lässt keine Rache zu. Das „Kainszeichen“ zeigt, dass Kain ein Kind Gottes bleibt. Kein Mensch hat das Recht, Kain das Leben zu nehmen.

Und wie geht es mir, wenn in meiner Familie, im Freundeskreis jemand so schuldig an einem anderen Menschen wird? Bin ich bereit, meine Zuwendung aufrechtzuerhalten und die Last der Schuld mitzutragen? Vertraue ich, dass Gott richtet über Schuld und Vergebung? Traue ich Gott zu, dass er meine Lasten mitträgt und mit mir geht? Vielleicht können die Christinnen aus Nigeria uns darin Ansporn und Vorbild sein.

Genesis 4,8-15
(gekürzt)

Daniela Krause

AUGUST 2026

Hamsterrad, Tretmühle, Marthadienste, Alltagspflichten, gesellschaftliche Forderungen, Stress - es gibt viele Ausdrücke für das Gleiche: keine Zeit und Überlastung. „Und wo bleibe ich?“ Mein Aufschrei erstickt im Zuviel. Obwohl - einer hat es gehört: Jesus. Er lädt mich ein, zu einem ruhigen Ort zu kommen, wo wir „ein wenig ausruhen können“. Mitten im Trubel, mitten in eine Geschäftigkeit schafft Jesus eine Oase der Ruhe. In diesem Moment der Stille mit ihm kann ich ankommen, mich zentrieren, mich neu ausrichten, Kraft tanken.

Über mein angespanntes Gesicht huscht ein Lächeln und ich spüre: „Ja, du bist da, du bist bei mir und du schenkst mir die Kraft, alle meine Aufgaben, meine „To-dos“ zu bewältigen. Ich werde nicht ins Paradies beamt, meine Aufgaben und Pflichten, meine Sorgen und Probleme sind die gleichen wie vorher. Nur ich nicht! Ich bin erfrischt, erquickt, mit der Kraft Gottes erfüllt. Danke, dass ich nicht allein bin.

Einen kurzen Moment mitten im Alltagstrubel mit Jesus innezuhalten, ist eine Wohltat für meine Seele und meinen Körper. Und für alle anderen, denen ich danach wieder mit einem Lächeln im Gesicht und Herzen begegne. Ich wünsche Ihnen, dass auch Sie diese ruhigen Orte mit Jesus kennen und aufsuchen dürfen!

Cornelia Trommer-Klimpke

Und Jesus
sagte zu ihnen:
„Kommt mit
an einen
ruhigen Ort,
nur ihr allein,
und ruht euch
ein wenig aus.“

Markus 6,31

SEPTEMBER 2026

„Nehmt
auf euch
mein Joch
und lernt
von mir.“

Matthäus 11,29

Er ist nicht so der Typ für den Stadtbummel oder zum Ausgehen. Doch er ist ein verlässlicher Begleiter beim Wandern oder auf dem Wochenmarkt. Er hat schlaffe Konturen und ist unansehnlich. Gefüllt klebt er grün und fett an meinem Rücken - mein Lieblingsrucksack. Souverän meistert er die Fragen: Geht was rein? Drücken und scheuern die Träger? Da lässt er manch neckisches Turnbeutelchen ebenso blass aussehen wie den Lederrucksack, der zwar edel aussieht, aber viel zu schwer ist.

So stelle ich mir das „Joch“ vor, von dem Jesus spricht. Zunächst ist es befremdlich, dass er die Einladung zum guten Leben mit diesem Gerät verknüpft. Ein Joch ist eine Tragehilfe. Es hilft, Lasten auszubalancieren, auf zwei Schultern zu verteilen. Die weisheitliche Lehre Jesu, die er selbst lebt, nimmt Lasten nicht ab. Aber es macht sie tragbar. Auf den eigenen Vorteil verzichten, verzeihen, helfen ohne Erwartung einer Gegengabe, andere nicht verurteilen - das ist eine tägliche Entscheidung und fordert Mut zum Risiko. Aber es lohnt sich, um des Lebens willen, des eigenen und das der Mitmenschen und Mitgeschöpfe. Man merkt es erst mit der Zeit: dieses Joch, dieser Rucksack ist solide, seine Träger scheuern die Haut nicht auf und er ist gut gefüllt. Im Design der Bergpredigt, der Gleichnisse, in Gebeten und Liedern sieht er gar verführerisch schick aus!

Urte Bejick

OKTOBER 2026

Die Menschen, denen ich alltäglich begegne, hüpfen eher selten leichtfüßig durchs Leben. Die meisten tragen eine Last mit sich herum. Manche Lasten sind fühl- und sichtbar: die vielen Dinge, die wir mit uns herumschleppen. Oft sind die Lasten jedoch unsichtbar und drücken schwer auf unser Leben. Krankheit, Sorgen, Probleme, Streit in der Familie, mit Freunden, Nachbarn. Diese Menschen mit ihrer Last begegnen mir und ich gewinne den Eindruck, dass die Last zum Leben gehört. Und dann verheißt der Psalm Entlastung: Gott trägt unsere Last. Im Leitspruch des Weltgebetstags 2026 verspricht Jesus: „Ich will Euch Ruhe geben, Euch erquicken.“

Das bedeutet nicht, dass wir, wie von Zauberhand, von unserer Last befreit werden. Aber ich weiß, dass Jesus an meiner Seite ist. Er hilft mir, er trägt mit und er will mich von Sorgen und Ängsten entlasten. Dieses Angebot darf ich annehmen. Ich darf lernen, dass ich aus meinen Sorgen und Ängsten, aus meiner Last ein Gebet machen darf.

Es gibt ein Lied, in dem heißt es: „Wenn die Last der Welt dir zu schaffen macht, hört er dein Gebet.“ Das gilt auch für uns, auch heute.

Andrea Weber

Quelle: Wenn die Last der Welt dir zu schaffen macht, hört er dein Gebet.
Text und Melodie: Mark Heard, Übersetzung: Christoph Zehendner

Er trägt
unsere Last,
Gott ist
unsere Hilfe.
Gott ist für
uns ein Gott,
der uns hilft.

Psalm 68,20-21

NOVEMBER 2026

Nur
du hast
meine Demü-
tigung erkannt,
meine Bloßstellung
und meine Scham.
Vor dir stehen alle,
die mich bedrängen.
Demütigung zerbrach
mein Herz, unheilbar.
Ich hoffte auf ein
Zunicken - nichts.
Auf Menschen, die
trösten - ich
fand keine.

Psalm 69,
20-21

12

Es ist nicht einfach zu sagen: Kannst du mir helfen? Zu reflektieren: Was fällt mir schwer? Was kann ich tragen? Wobei könnte ich Hilfe gebrauchen? Wo liegen meine Grenzen? Du G*tt weißt, was ich kann. Du weißt, was mich belastet, du kennst meine Grenzen. Manchmal kenne ich sie selbst nicht. Ich frage mich, ob du sie immer kennst - du mutest mir was zu. Dir kann ich sagen: Ich kann nicht mehr. Hilf mir. Dich kann ich anschreien: Warum lässt du das zu? Hilfe! Ich kann nicht mehr. Dir kann ich meine Last aufbürden - du kannst mir meine Last nehmen. Bei dir ist es so einfach.

„Eine trage der andren Last“, das klingt so einfach, stünde an der Stelle nicht die andere, die sagen kann: ich habe meine eigenen Lasten. Das kann sein, aber sie kann dennoch helfen. Gemeinsam können wir miteinander Lasten teilen. Jede hat ihre Fähigkeiten und ihre Lasten - wir müssen nur darum wissen. Mutig teilen, was uns belastet, sagen (können), was hilft. Zuletzt fragte mich eine Mitstreiterin, ob ich ihr helfen kann. Ich bin nicht sicher, wer am Ende glücklicher war. Ich glaube fast, dass ich es war - dank ihr.

Marie Lacaille

DEZEMBER 2026

Kanarienvögel singen so schön, dass man vergisst, dass sie im Käfig eingesperrt und ihres freien Lebens beraubt wurden. Sie singen und erfreuen alle, die sie hören. Gerne wüsste ich, wovon sie singen. Sind sie traurig, betrübt, glücklich? Ich weiß es nicht.

Meine Seele singt auch - wenn ich glücklich bin. Wenn ich aber gefangen bin in einem Käfig aus Sorgen, Angst, Dunkelheit und nicht weiterweiß, dann ist mir nicht nach „Loben, Preisen und Singen“ zumute. Doch was wäre, wenn ... Wenn ich es versuchte. Einfach anfangen und singen. Jesus loben und danken, dass ich immer zu ihm kommen, alles bei ihm ablegen, mit ihm besprechen und seinem weisen Rat folgen kann? Singen als Anfang. Dann schließe ich Jesus nirgendwo aus meinem Leben aus, auch nicht aus meinem tiefsten, dunkelsten Loch, sondern ich beginne mit Frieden im Herzen zu singen oder zu beten. Das tut nicht nur mir gut, auch anderen singe ich damit Mut und Frieden zu.

Und langsam, ganz langsam hört man ihn, den Lobpreischor, erst leise, dann immer sicherer und lauter - horcht mal, auch ihr könnt ihn hören und euch von ihm Mut zusprechen lassen! Ja: „Meinem Gott will ich singen, solange ich bin!“

Cornelia Trommer-Klimpke

Lobe den
Herrn, meine
Seele!

Psalm 146,1

13

JANUAR 2027

Eine Frau bat Elischa um Hilfe. Er fragte sie: „Was hast du im Haus?“ Sie antwortete: „Nur einen kleinen Krug Öl, sonst ist nichts im ganzen Haus.“ Darauf sagte er: „Bitte deine Nachbarn um weitere leere Gefäße. Gieß Öl aus deinem kleinen Krug in alle Gefäße!“ Als alle Gefäße voll waren, hörte das Öl auf zu fließen.

2. Könige 4,1-7
(gekürzt)

Sonst ist nichts im ganzen Haus. Was, wenn wir keine Last zu tragen haben, sondern mit leeren Händen dastehen - vor Gott, vor anderen Menschen, vor uns selbst? Kein Plan, keine Aufgabe, keine Kraft, nichts. Alle klagen über das „Zuviel“. Wer nichts hat, bleibt still.

Die Witwe sagt es laut: „Ich habe nichts.“ So hört Elischa sie, sieht ihre Not und hat eine Idee. Er lenkt ihren Blick auf das, was sie hat. Dann geschieht es. Das Öl fließt. Vom kleinen Krug füllt sie die großen Krüge. Es wird immer mehr und füllt viele Gefäße, bis es genug ist. Genug, um die Schulden zu bezahlen, dass sie frei ist, und genug für die Zukunft.

Kann ich das? Ehrlich sagen, wie leer und arm ich bin? Hören und sehen, was eine andere braucht, und dann den richtigen Impuls geben? Den letzten Rest vergießen, dass er ins Fließen kommt und die „Gefäße“ neu füllt?

Eine wundervolle Geschichte. Lassen wir uns von Gott überraschen.

Barbara Coors

FEBRUAR 2027

Im Ersten Testament der Bibel begegnet uns „die Weisheit“ verspielt und schöpferisch, tanzend und einladend, gesellig und menschenfreundlich. Später wird bei Jesus sichtbar, wie sehr sein Wirken von dieser göttlichen Weisheit inspiriert ist. Seine Lehre ist Ausdruck der lebenspendenden Weisheit. Freundlich, bescheiden und klar will Jesus die Menschen „ins Leben bringen“.

Jesus hat diejenigen im Blick, die keine Ruhe finden, die ausgegrenzt sind und am Rand stehen, die müde und ermüdet sind vom Leben. Sie brauchen Erquickendes: Etwas, das ihre Seele erfrischt wie das Wasser des Lebens. Sie sehnen sich nach innerem Frieden. Sie brauchen eine Heimat, ein Zuhause, einen sicheren Ort. All das meint die Zusage: „Ihr werdet Ruhe finden.“ Das Joch, das Jesus anbietet, nimmt die Lasten nicht einfach weg, doch sie können erträglicher, verteilt und ausbalanciert werden.

Damit Weisheit für alle fließen kann, braucht es Mut, Perspektiven zu verändern, Neues zu wagen, ein friedliches Miteinander. Dann kann Leben sich entfalten.

Christine Rudershausen

Als G*tt den Himmel baute, war ich dabei, als G*tt den Erdkreis abmaß über den Wassern ... und die Fundamente der Erde, da war ich als geliebtes Kind bei G*tt. Ich war G*ttes Freude Tag für Tag und spielte vor G*tt alle Zeit. ... und meine Freude war es, bei den Menschen zu sein.

Sprüche 8,27.30-31

SEGEN

Wir haben gesehen, wie Gottes Hand im Leben unserer nigerianischen Schwestern wirkt. Wenn wir nun in unseren Alltag zurückkehren, wollen wir ihr Beispiel nicht vergessen.

*Gott du sorgst für uns und ermutigst uns,
einander Lasten tragen zu helfen.*

Segne uns und mache uns zu einer lebendigen Gemeinschaft, die die Schwachen stützt und gegenseitiges Verständnis fördert.

Segne unsere Stimmen, wenn wir für Verfolgte sprechen. Segne unsere Hände, damit sie den Bedrängten Hoffnung schenken.

Jesus Christus, du rufst uns zu: „Kommt alle zu mir, die ihr mühselig und beladen seid, ich will euch erquicken.“ Dein Versprechen gibt uns Kraft und innere Ruhe. Es spornt uns an, in deinem Namen zu handeln.

Segne uns, wenn wir weiter gehen auf deinem Weg. Segne uns, wenn wir versuchen, deine Botinnen zu sein und Frieden und Erleichterung, Trost und Gerechtigkeit zu bringen.

*Heilige Geistkraft, du siehst die Lasten, die wir alle tragen.
Du lässt uns nicht allein. Auch in schweren Zeiten bist du
uns nahe. Erfülle uns und die ganze Welt mit Deiner Kraft.*

Segne uns, wache über uns und lass uns ein Segen für andere sein.

Segen aus der Gottesdienstordnung, Seite 21

KOLLEKTE

Der Weltgebetstag ist die größte und älteste ökumenische Frauenbewegung. Jedes Jahr lassen wir uns begeistern von den Stärken der beteiligten Frauen, nehmen Anteil an ihren Sorgen und finden Ermutigung im Glauben. Unsere Vision ist eine Welt, in der alle Frauen selbstbestimmt leben können. Auf dem Weg dorthin brauchen wir Zeichen der Liebe, des Friedens und der Versöhnung. Eines dieser Zeichen ist unsere Kollekte, mit der wir weltweit über 100 Partnerorganisationen unterstützen, die Frauen und Kinder stärken. Die Kollekte ist unser Beitrag zum betenden Handeln.

Bankverbindung

Weltgebetstag der Frauen - Dt. Komitee e.V.
Evangelische Bank EG, Kassel

IBAN: DE42 5206 0410 0404 0045 40

BIC: GENODEF1EK1



Impressum



100% Recyclingpapier.
Alle CO₂-Emissionen Papier und
Druck werden kompensiert.

Der ökumenische „Arbeitskreis Weltgebetstag“ in Baden

V.i.S.d.P.:

Barbara Coors

Evangelische Frauen in Baden

Postfach 2269, 76010 Karlsruhe

Telefon 0721 9175 431

frauen@ekiba.de, www.evangelische-frauen-baden.de

Texte:

Dr. Urte Bejick, Evangelische Frauen in Baden

Barbara Coors, Evangelische Frauen in Baden

Daniela Krause, Katholischer Frauenbund

Marie Lacaille, Katholische Frauengemeinschaft Deutschland

Christiane Mittmesser, Katholische Frauengemeinschaft Deutschland

Elisabeth Omar, Diplomtheologin, Abuja (Nigeria)

Christine Rudershausen, Bund Alt-Katholischer Frauen

Annerose Stober, Evangelische Frauen in Baden

Cornelia Trommer-Klimpke, Evangelisch-Methodistische Kirche

Andrea Weber, Die Heilsarmee

Idee:

Evangelische Frauen in Baden

Layout:

Diana Moch, Abteilung Kommunikation und Fundraising,
Evangelische Landeskirche in Baden

Titelbild:

“Rest for the Weary”, Gift Amarachi Ottah 2024

© World Day of Prayer International Committee, Inc.



EVANGELISCHE
FRAUEN IN BADEN

