missio-Frauenliturgie
2026 zum Sonntag
der Weltmission

Jederzeit und überall:
Mutige und starke Frauen

ORGANISATORISCHE HINWEISE

In dieser Vorlage finden Sie verschiedene Bausteine für die Feier der Liturgie. Sie können die Liturgie so feiern, wie hier vorgeschlagen, oder einzelne Bausteine verwenden. Gerne können Sie für den Schrifttext auch andere Bibelübersetzungen hinzuziehen oder andere Lieder auswählen.

LIEDVORSCHLÄGE

GL = Gotteslob – Katholisches Gebet- und Gesangbuch

GL 365 Meine Hoffnung und meine Freude
GL 383 Ich lobe meinen Gott, der aus der Tiefe mich holt
GL 386 Laudate omnes gentes
GL 416 Was Gott tut, das ist wohlgetan
GL 423 Wer unterm Schutz des Höchsten steht
GL 430 Von guten Mächten wunderbar geborgen
GL 437 Meine engen Grenzen
GL 448 Herr, gib uns Mut zum Hören
GL 453 Bewahre uns Gott, behüte uns Gott
GL 481 Sonne der Gerechtigkeit

BEGRÜßUNG UND HINFÜHRUNG ZUM THEMA

Wir möchten Sie und euch ganz herzlich zu unserer Frauenliturgie willkommen heißen. Wir beginnen diese Liturgie im Namen der dreifaltigen Gottheit, die uns liebend in unserem Leben begleitet, im Namen Jesu Christi, der uns zugleich ein starkes und sanftes Vorbild ist, im Namen der Geistkraft, die uns beflügelt und uns über uns hinauswachsen lässt.

„Jederzeit und überall: Mutige und starke Frauen" lautet das Thema der diesjährigen missio-Frauenliturgie. Über alle Zeiten hinweg gibt es Frauen, die über sich hinausgewachsen sind. Frauen, die sich mutig und stark für Gerechtigkeit einsetzen, die dafür kämpfen, dass Krankheiten geheilt und Lebensbedingungen verbessert werden.

In diesem Jahr blicken wir in der missio-Frauenliturgie nach Madagaskar, einem der 20 ärmsten Länder der Welt. Mutig und stark engagieren sich viele Frauen in ihrer Familie für ihre Kinder und Eltern; viele Ordensfrauen engagieren sich für eine bessere Gesundheitsversorgung.

Mutig und stark ist Schwester Rolandine Razafiarisoa, die zu den Schwestern einer französichen Ordensgemeinschaft namens „Schwestern von Jeanne Delanoue" gehört. Sie arbeitet im Bildungsbereich gegen Perspektivlosigkeit und Zukunftsängste junger Menschen. In Madagaskar gibt es eine Jugendarbeitslosigkeit von 70 Prozent. In ihrem Lycée Catholique begleiten die Schwestern rund 1.000 Kinder und Jugendliche – vom Kindergarten bis zur Sekundarstufe – und eröffnen ihnen neue Zukunftsperspektiven.

Die Beispiele zeigen, wie mutige Frauen für Gerechtigkeit und die Verbesserung von Lebensbedingungen eintreten. Nicht nur in Madagaskar, sondern auch hier gibt es mutige und starke Frauen – was könnte unser Beitrag sein?

GEBET

Gott, unfassbares Geheimnis,
Wir haben uns versammelt, um zu beten, zu singen,
dein Wort zu hören und Gemeinschaft zu spüren.
In deiner Liebe hast du uns geschaffen –
mit großen Begabungen und engen Grenzen,
mit starkem Mut und lähmender Angst
mit kreativer Stärke und hemmender Ohnmacht.

Wir bitten dich: Stärke in uns die Widerstandskraft gegen alles, was uns niederziehen will.

Sei unsere Energiequelle, dass wir die Herausforderungen des Lebens annehmen und hoffnungsvoll in die Zukunft blicken.
Dein Licht ströme in unsere Seelen,
und gebe Wärme, Selbstvertrauen und Kraft.

Wir wollen jeden neuen Tag, den du uns schenkst,
im Vertrauen auf dich erleben,
deine Weisung in unseren Herzen halten
und auf deinem Weg Glück und Erfolg haben.

Lass uns jetzt in dieser Stunde deine Gegenwart spüren,
die uns erfüllt mit Ruhe, Ausgeglichenheit, Mut, Lebenskraft und Lebensfreude.
Amen.

Lied: GL 437 Meine engen Grenzen

SCHRIFTTEXT UND AUSLEGUNG
(Josua 1,5b-9)

Wie ich mit Mose war, will ich auch mit dir sein. Ich lasse dich nicht fallen und verlasse dich nicht. Sei mutig und stark! [...]. Sei ganz mutig und stark und achte genau darauf, dass du ganz nach der Weisung handelst, die mein Knecht Mose dir gegeben hat! Weich nicht nach rechts und nicht nach links davon ab, damit du Erfolg hast überall, wo du unterwegs bist! Über dieses Buch der Weisung sollst du immer reden und Tag und Nacht darüber nachsinnen, damit du darauf achtest, genauso zu handeln, wie darin geschrieben steht. Dann wirst du auf deinem Weg Glück und Erfolg haben. Habe ich dir nicht befohlen: Sei mutig und stark? Fürchte dich also nicht und hab keine Angst; denn der HERR, dein Gott, ist mit dir überall, wo du unterwegs bist.

„Wie ich mit Mose war, will ich auch mit dir sein." – Warum heißt es eigentlich nicht: „Wie ich mit Mose und Mirjam war, will ich auch mit dir sein"? Aber wer weiß heute noch, wer Mirjam war? Eine der vielen herausragenden biblischen Frauengestalten, deren Bedeutung immer mehr verkleinert wurde, bis sie nur noch Schatten sind. Doch Mirjam ist die einzige Frau, die im Pentateuch als Prophetin bezeichnet wird. Sie *ist* Prophetin, eine Frau, die Gottes Stimme vernehmen kann. Im Buch Micha 6,4 wird sie, zusammen mit ihren Brüdern Aaron und Mose „Gesandte Gottes" genannt. Mirjam war die ältere Schwester von Mose und Aaron, mit ihnen zusammen erlebte sie den Weg des Volkes Israel und führte das Volk mit ihnen zusammen an. Mirjam war wahrhaftig „mutig und stark". Von Kindheit an fand sie Lösungen in großer Gefahr, sie rettete, sie führte und leitete. Mirjam ging voran.

Mirjam deutet die Rettung vor den Verfolgern als Tat Gottes und spricht so Mut zu, ähnlich, wie wir es in der heutigen Lesung gehört haben: „Gott ist es, der rettet und heilt. Fürchte dich also nicht und hab keine Angst; denn der HERR, dein Gott, ist mit dir überall, wo du unterwegs bist." Dieser Satz ist allen Menschen zugesagt, aber er gilt in besonderer Weise Menschen wie Mirjam, die vorangehen, die im Kleinen wie im Großen für Gerechtigkeit aufstehen und über die Weisungen Gottes nachsinnen, wie es in unserem Lesungstext heißt.

„Gott ist es, der rettet und heilt" – was für eine Verheißung! Was für eine Zusage in einer Zeit, in der die negativen Kräfte der Gier, der Gewalt und des Machtmissbrauchs wieder nach oben drängen und Männer sich dafür feiern, den krassesten Deal gemacht zu haben. Männliche Machtfantasien ohne Korrektiv treiben das weltweite Drama der Gewalt und stürzen Abertausende in Heimatlosigkeit und Not. Frauen sind in einer solchen Welt der Gier und des Machtmissbrauchs vielfach nur Staffage, Dekoration, Marionetten. Und noch immer werden Mädchen zu angepasstem Verhalten erzogen. Umso wichtiger ist es, den Blick auf Frauen zu richten, die mit großer Kraft und großem Mut neue Wege gehen, wie etwa die Ordensfrau Schwester Rolandine, die in einer Schule westlich der Hauptstadt Antananarivo arbeitet. Diese Schule zieht über 1000 Schüler und Schülerinnen an - eine beachtliche Zahl, die zeigt, wie beliebt die Schule ist. Viele Eltern nehmen persönliche Einschränkungen auf sich, um ihren Kindern den Schulbesuch zu ermöglichen. Den Kindern ist klar, dass ein Schulbesuch und ein erfolgreicher Abschluss an dieser Schule ein Weg aus Armut und Not ist und den Weg in eine gesicherte und selbstbestimmte Zukunft eröffnet.

Als in den letzten Jahren immer wieder viele Kinder an einer Wurminfektion litten, die durch schmutziges Wasser verursacht wird, war für Schwester Rolandine klar, dass diesem Übel Abhilfe geschaffen werden sollte: Sie entschied sich, im Schulareal einen Brunnen zu bauen, um den Kindern täglich frisches, gesundes Wasser geben zu können. Die couragierte Ordensfrau nutzt dazu die Kraft der Sonne, die in Madagaskar mit täglich über 7 Sonnenstunden viel Energie liefert. So entwickelt sich die Schule zu einem sicheren und in jeder Hinsicht hilfreichen Ort.

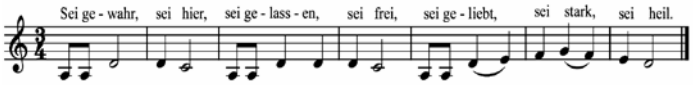
Schwester Rolandine und ihre Mitschwestern denken groß und gehen ihren Weg mit enormem persönlichem Einsatz, weil auch die Widerstände groß sind. Denn gerade Frauen, die aufstehen, etwas bewirken wollen, sind in besonderer Weise unsachlicher Kritik, oft auch Ausgrenzung, Aggression und Hass ausgesetzt.

Auch die biblische Mirjam hat massive Widerstände erfahren. In dem Führungstrio Mirjam, Mose und Aaron lehnen sich Aaron und Mirjam gegen Mose auf. Darauf wird, so erzählt es die Bibel, nur Mirjam von einem aussatzähnlichen Ausschlag befallen, der sogleich als Strafe Gottes gedeutet wird: Mirjam soll ausgegrenzt und im Lager zurückgelassen werden. Das Volk aber war erst bereit weiterzuziehen, nachdem die Prophetin Mirjam wieder in die Gemeinschaft aufgenommen wurde.

Schauen wir noch einmal nach Madagaskar, wo die Not groß ist, Kinder, junge Mädchen von ihren Familien in die Prostitution

geschickt werden. Schwester Rolandine und viele andere Ordensfrauen setzen etwas dagegen. Sie denken groß und gehen voran, wie Mirjam. Ihnen und allen Menschen guten Willens gilt die biblische Zusage: „Habe ich dir nicht befohlen: Sei mutig und stark? Fürchte dich also nicht und hab keine Angst; denn der HERR, dein Gott, ist mit dir überall, wo du unterwegs bist."

LIEDRUF
(mündlich überliefert)

Der folgende Liedruf kann in Endlosschleife gesungen werden. Dazu schlagen wir Bewegungen (siehe Klammer) vor:

Sei gewahr, *(die Hände öffnen sich nach oben)*
sei hier, *(die Zeigefinger zeigen rechts und links auf den Boden, auf dem wir stehen*)
sei gelassen *(Arme und Hände öffnen sich locker vor der Brust)*
sei frei *(Arme und Hände öffnen sich beherzt nach oben)*
sei geliebt *(wir umarmen uns selbst)*
sei stark *(Fäuste ballen mit aufrecht angewinkelten Armen)*
sei heil*(jede berührt überkreuzt auf der Brust oder auf dem Bauch oder dort, wo sie momentan Heilung am nötigsten braucht)*

Lied: GL 448 Herr, gib uns Mut zum Hören

FÜRBITTEN

Gott, du Schöpferin und Befreierin,
deine Geschichte mit uns Menschen ist eine Geschichte des Aufbruchs, eine Geschichte der Hoffnung gegen alle Widerstände.

Du machst stark, wenn Angst lähmt,
und schenkst Kreativität, wo das Leben bedroht wird.

So bitten wir dich heute für die Menschen und ganz besonders für die Mädchen und Frauen in Madagaskar und weltweit, die mutig und erfinderisch Wege des Überlebens und des Friedens gehen:

1. Für alle Menschen in Madagaskar, die trotz Dürre, Armut und Zerstörung nicht aufgeben, sondern Neues schaffen – mit Erfindungsgeist, Mut und Zusammenhalt. Dass ihre Kreativität als Widerstandskraft Wirkung entfaltet.
   A: Gott, lass uns mutig und stark sein.

2. Für alle Frauen, die große Verantwortung tragen und oft nicht sichtbar sind. Dass sie Anerkennung, Sicherheit und Räume erfahren, in denen ihre Ideen wachsen können und Gleichberechtigung in Kirche und Gesellschaft Wirklichkeit wird.
   A: Gott, lass uns mutig und stark sein.

3. Für alle, die sich für Heilung und Ganzsein einsetzen und mit Heilpflanzen, Wissen und Glauben neue Wege finden. Dass ihre Arbeit Leben erneuert, ganzheitlich in Körper und Seele, und im Einklang mit der Natur.
   A: Gott, lass uns mutig und stark sein.

4. Für alle, die sich für Bildung und Zukunftschancen einsetzen. Dass sie befähigen und ermutigen, damit Jugendliche in eine gewaltfreie, würdige Zukunft starten können.
   A: Gott, lass uns mutig und stark sein.

5. Für alle, die unter den extremen Folgen des Klimawandels, unter Dürre oder Überschwemmungen leiden und dadurch in ihrer Existenz bedroht sind. Dass sie Unterstützung von Verantwortlichen aus der ganzen Welt erhalten, um die globale Klimakrise nachhaltig und solidarisch zu lösen, damit ein gutes Leben mit ausreichend sauberem Wasser, ertragreichen Ernten und Schutz vor Starkregen möglich wird.
   A: Gott, lass uns mutig und stark sein.

6. Für uns alle, gib uns Fantasie und Mut, neue Wege zu suchen in allen Krisen und Widerständen. Dass unsere Kreativität zur Hoffnung wird, und wir Teil deiner befreienden Geschichte sind.
   A: Gott, lass uns mutig und stark sein.

Gott, deine heilige Geistkraft wirkt zart und machtvoll
in Verletzlichkeit und Ohnmacht,
da, wo Menschen aufstehen, Neues wagen
und Frieden säen.
Wir danken dir für Mut, Stärke und Zuversicht.

Amen.

SEGEN
(Luzerner-Frauensegen)

Stellen Sie sich paarweise gegenüber.
Strecken Sie beide Hände offen nach vorne, Ihrem Gegenüber entgegen und sprechen Sie sich gegenseitig folgende – eingerückte – Worte zu:
Ich gebe dir von meiner Kraft

Dann führen Sie beide Hände zurück an Ihre Schultern und sagen:
Du gibst mir von deiner Kraft.

Dann strecken Sie beide Arme und Hände weit geöffnet nach oben mit den Worten:
Gott gibt uns von ihrer Kraft.

Leiterin:
Gott – Segne und behüte uns.
Lass dein Angesicht leuchten über uns und sei uns gnädig,
schau auf uns und schenke uns deinen Frieden.
Amen.

Lied: GL 423 Wer unterm Schutz des Höchsten steht

Schwester Claudine Aimée Rasolohery

Der Regen hat den Boden aufgeweicht, als Schwester Claudine Aimée Rasolohery den Hang oberhalb von Amalonabe im Osten Madagaskars hinaufsteigt. Zwischen Büschen und hohen Gräsern sucht sie eine unscheinbare Heilpflanze, die hier wild wächst. Mit geübtem Blick erkennt sie die flach kriechenden Triebe, schneidet einen Stängel ab und legt ihn sorgfältig in ihren Beutel. Seit vielen Jahren sammelt sie Pflanzen in dieser Region als Grundlage ihrer wissenschaftlichen Forschung.

Schwester Claudine ist Ordensfrau der „Schwestern vom Unbefleckten Herzen Mariens von Diégo Suarez", promovierte Chemikerin und Professorin. In ihrem Labor untersucht sie Inhaltsstoffe einheimischer madagassischer Heilpflanzen auf ihre pharmakologische Wirkung. Aus dieser Forschung entstand das pflanzliche Medikament Cimopar zur Behandlung von Hepatitis A, B und C. Dieses wird in Madagaskar produziert, ist staatlich zugelassen und deutlich günstiger als importierte Präparate. Für viele Patient:innen ist es die einzige bezahlbare Therapieoption.

Für Schwester Claudine ist Wissenschaft kein Selbstzweck. Daher setzt sich Schwester Claudine insbesondere für junge Mädchen und Frauen ein, die nur eingeschränkten Zugang zu Bildung und Entwicklungsmöglichkeiten haben. Sie hört ihnen zu, nimmt ihre Sorgen ernst und sucht gemeinsam mit ihnen nach Lösungen. Aktuell plant sie ein Ausbildungszentrum für junge Mädchen. Dort sollen sie Bildung, Begleitung und eine Zukunftsperspektive erhalten.
Trotz vieler Hindernisse hat Schwester Claudine ihre Ziele nie aus den Augen verloren. „Ich habe viel Unterstützung erfahren", sagt sie, „und in meinem Leben immer wieder die Gnade Gottes gespürt." Ihr Weg ist mühsam, doch sie vertraut darauf, dass aus kleinen Pflanzen große Hoffnung wächst.

Schwester Rolandine Razafiarisoa

Westlich der Hauptstadt Antananarivo in Madagaskar liegt die Sekundarschule „Lycée Catholique Mompera Michel Ranaivo", die von den „Schwestern von Jeanne Delanoue" betrieben wird. Das Engagement im Bereich Bildung ist den Schwestern wichtig, um ein starkes Zeichen gegen Perspektivlosigkeit und Zukunftsangst zu setzen, die mit einer hohen Jugendarbeitslosigkeit einhergeht.

Die Schule wird von ca. 1.000 Schüler:innen besucht. Die Kinder und Jugendlichen wissen, dass der Besuch der Schule ihnen die Möglichkeit gibt, später ein selbstbestimmtes Leben mit einer Berufstätigkeit zu führen und eine Familie zu gründen – und das alles ohne tägliche Not. So ist die Motivation, etwas zu lernen, hoch. Einige bleiben der Schule ein Leben lang verbunden. Sie halten den Kontakt zu Schwester Rolandine, der Verantwortlichen der Schwesterngemeinschaft, und setzen alles daran, den eigenen Kindern ebenfalls eine solide Bildung zu ermöglichen.

Doch aufgrund der unzuverlässigen städtischen Wasserversorgung gibt es in der Schule oft kein Wasser. Deshalb müssen die Kinder ihr eigenes Wasser aus Bächen, Brunnen oder Reisfeldern holen und mitbringen. Allein im letzten Schuljahr erkrankten 176 Kinder an Bilharziose, einer Wurminfektion, die durch verunreinigtes Wasser hervorgerufen wird. Fieber und Kopfschmerzen sind die Folge und die Kinder können dem Unterricht nicht folgen. Wenn die Infektion stark ist, müssen sie zu Hause bleiben und können die Schule nicht besuchen.

Schwester Rolandine, hat sich bereits bei anderen Schwierigkeiten furchtlos und mutig verhalten, doch es mangelt an Ressourcen. Auch ehemaligen Schüler:innen, die gern helfen würden, fehlen die Mittel. Dennoch sagt die couragierte Ordensfrau: „Wir nehmen diese Situation nicht hin; wir bauen einen Brunnen! Ein Brunnen, aus dem unsere Kinder trinken und der durch Sonnenkraft betrieben wird." missio München hilft. So soll in Zukunft ein Brunnen mit solarbetriebener Tauchpumpe sauberes Wasser liefern. Dadurch wird die Schöpfung bewahrt, sauberes Wasser getrunken und die Gesundheit und das Bildungsniveau der Kinder gefördert.

Die vorliegende Handreichung wurde in Kooperation von missio Aachen und missio München, dem Katholischen Deutschen Frauenbund (KDFB) und der Katholischen Frauengemeinschaft Deutschlands (kfd) erarbeitet.

Monika Altenbeck
Referentin für theologisch-spirituelle und verbandliche Bildung, Katholische Frauengemeinschaft Deutschlands (kfd) Bundesverband e.V.

Dr. Sina Bierkamp
Referentin für Internationale Beziehungen im Bistum Hildesheim, missio Aachen

Yasmin Raimundo
Geistliche Leiterin, Katholische Frauengemeinschaft Deutschlands (kfd) Aachen

Dorothee Sandherr-Klemp
Geistliche Beirätin, Katholischer Deutscher Frauenbund e.V. (KDFB) auf Bundesebene

Sr. Susanne Schneider, MC
Bildungsreferentin für Frauenseelsorge und weltkirchliche Spiritualität, missio München

Ihre Spende hilft!
Spendenkonto LIGA Bank
DE96 7509 0300 0800 0800 04
Stichwort: missio-Frauenliturgie