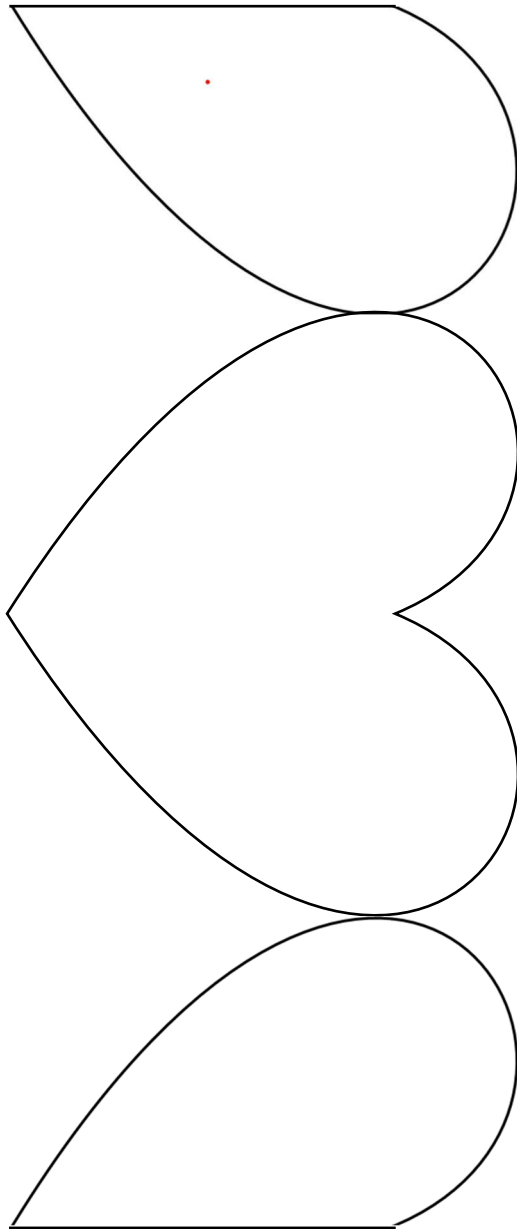


Kopiervorlage – Herz-Karte



Thema 2

„Du in mir“

Herzensheiligtum: Mein innerster Beziehungsraum

Hinweise

„Du in mir“ war der erste Teil der Jahreslosung 1996+1997, ein Lösungswort, das bis heute lebendig ist und sehr gut zur Jahreslosung 2023 passt: DIR Raum geben. Es geht in der folgenden Einheit um unseren innersten Beziehungsraum: unser Herz – als Ort der Gegenwart Gottes.

Dort wartet Gott darauf, uns zu beschenken. Dort ist er immer für uns da, dort – im innersten Raum unseres Herzens, in unserem Herzensheiligtum, unserem Rückzugsort.

Wir brauchen diesen Rückzugsort – ganz gleich, wie unsere Situation sich gerade gestaltet: ob wir im Urlaub oder im Krankenhaus sind, ob im Berufsstress oder in der Einsamkeit, ob auf einer Geburtstagsfeier oder einem schwierigen Gespräch, ob im Familienalltag oder bei einer Fortbildung. Diesen Rückzugsort haben wir immer bei uns. Wie intensiv er unser Leben beeinflusst, hängt davon ab, wie viel Raum wir ihm geben.

Die Einheit folgt nicht dem Aufbau, der im Umschlag vorgeschlagen ist, sondern dem mehr klassischen Duktus: Einstieg. Erarbeitung. Anwendung. Schluss.

Material

- Musik für die Meditation zum Einstieg
- evtl. S. 2 abgebildetes Symbolbild für Herzensheiligtum
- Bibelstelle Jakob in Bet-El
- Kleine Leiter als Symbol oder Bild (auch einfach selbstgemalt)
- Text der Gründerlesung
- Zum Abschluss: Klappherz-Karte für jede TN

Download der gleichnamigen PDF-Datei unter folgender Link-Adresse:
www.s-fm.de/materialien/arbeitshilfe

1 Einstiegs-Meditation

Beginn: Gebet

Komm, Heiliger Geist! Lass heute dein Licht, dein Gotteslicht in uns heller strahlen. Wenn du dieses Licht in uns entzündest, dann fällt es uns leicht, dich überall zu sehen, dich überall zu entdecken, dich vor allem wieder zu sehen auf dem Grunde unserer Seele und auf dem Grunde der Seele unserer Mitmenschen. Amen. (J. Kentenich, in: *Mein Herz – dein Heiligtum*)

Kleine Meditation anhand von vier Schritten

Musik einspielen und Zeit zur Besinnung lassen

- **Erinnern:** Ich erinnere mich an Situationen / Menschen / Bilder / Orte, die in mir Sehnsucht wecken oder Sehnsucht stillen.
- **Entdecken:** All das, was meine Sehnsucht weckt, lebt in meinem Herzen. All das hat etwas zu tun mit Werten, die mir wichtig sind: Ruhe, Harmonie, Gebraucht-werden, Liebe, Gemeinschaft ... Was entdecke ich hinter meinen Sehnsüchten? Haben sie etwas mit Gott zu tun?
- **Antworten:** Ich halte Gott / der Gottesmutter meine Sehnsucht hin und damit alles, was in meinem Herzen ist. Mein Wunsch, dass alles, was mit meinem Leben zu tun hat, auch etwas mit ihm / mit ihr zu tun haben soll.
- **Schluss:** Gebet: Guter Gott, du kommst unserer menschlichen Sehnsucht entgegen, du allein kannst sie im Tiefsten stillen. In der Taufe kommst du selbst, und nimmst Wohnung in uns. Jede von uns kann sich sagen, ich bin der Ort deiner Gegenwart, ein Tempel Gottes. Mein Herz ist dein Heiligtum. Du wohnst in mir, in meinem Innersten. Es ist der Ort, wo du meine tiefste Sehnsucht stillst. Dafür danke ich dir.



2 Erarbeitung

Mein Herzensheiligtum gibt es – wie meine Persönlichkeit – nur ein einziges Mal auf der Welt und in der Geschichte. Durch mein Liebesbündnis nimmt es teil an der Sendung des Schönstatt-Heiligtums,

Du in mir



T/M: M. Caja, Bernhard, Schönstattbewegung Frauen und Mütter

Musical notation for the first part of the song "Du in mir". It consists of three staves of music in 4/4 time. The lyrics are: "Du in mir auf den Straßen des Lebens. Du in mir gehst durch un-se-re Zeit. Du in mir, Licht, das un-se-re Welt er-hellt!"

Musical notation for the second part of the song. It consists of one staff of music in 4/4 time. The lyrics are: "1. Du, mein Gott, wohnst in mir, machst mich reich, un-end-lich kost- 2. Du, mein Gott, bleibst in mir. Nie bin ich al-lein, ver-las- 3. Du, mein Gott, liebst in mir, schenkst Er-fül lung mei-ner Sehn- 4. Du, mein Gott, lebst in mir. Du willst aus mir leuch-ten, strah- 5. Du, mein Gott, wirkst in mir. Lass mich wer-den wie Ma-ri- 6. Du, mein Gott, schenkst in mir dei-nen Se-gen, dei-ne Lie-

1. Du, mein Gott, wohnst in mir, machst mich reich, un-end-lich kost-
2. Du, mein Gott, bleibst in mir. Nie bin ich al-lein, ver-las-
3. Du, mein Gott, liebst in mir, schenkst Er-fül lung mei-ner Sehn-
4. Du, mein Gott, lebst in mir. Du willst aus mir leuch-ten, strah-
5. Du, mein Gott, wirkst in mir. Lass mich wer-den wie Ma-ri-
6. Du, mein Gott, schenkst in mir dei-nen Se-gen, dei-ne Lie-

Musical notation for the third part of the song. It consists of one staff of music in 4/4 time. The lyrics are: "1. bar. Du bist da, und mein Herz wird zum Hei-lig tum. 2. sen. Je-den Weg, je-den Schritt gehst du lie-bend mit. 3. sucht. Du in mir, ich in dir, Quel-le mei-ner Kraft: 4. len. Wenn du mich ganz er-füllst, wird es sicht-bar sein: 5. a. Wer mich sieht, soll dich sehn, tief das Wort ver-stehn: 6. be. Lass Mons-tranz, lau-ter, ganz, mich für viel-le sein."

1. bar. Du bist da, und mein Herz wird zum Hei-lig tum.
2. sen. Je-den Weg, je-den Schritt gehst du lie-bend mit.
3. sucht. Du in mir, ich in dir, Quel-le mei-ner Kraft:
4. len. Wenn du mich ganz er-füllst, wird es sicht-bar sein:
5. a. Wer mich sieht, soll dich sehn, tief das Wort ver-stehn:
6. be. Lass Mons-tranz, lau-ter, ganz, mich für viel-le sein.

Segensgebet

Dreifaltiger Gott, du wohnst in mir.

Segne von meinem Herzensheiligtum aus alle, an die ich gedacht habe, alle, die mir wichtig sind, alle, denen ich begegne, alle, an die niemand denkt. Segne sie alle auf die Fürbitte der Gottesmutter.

Im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes.

Amen.

- *Mir immer wieder Bilder vergegenwärtigen, die die Atmosphäre meines Herzensheiligtums widerspiegeln*

Anregung: Jede TN kann sich eine Herz-Karte ausschneiden und die Antworten, die sie ansprechen, darin festhalten.

4 Abschluss

Kleine geistliche Übung

Wir schließen die Augen und kehren geistig ein ins Heiligtum unseres Herzens.

Auch hier brennt das ewige Licht: Gott ist gegenwärtig. In der Taufe hat er Wohnung in mir genommen. Er ist da. Er ist in mir gegenwärtig. Mein Herz ist der Raum, in dem er ständig weilen möchte.

Im Liebesbündnis hat die Gottesmutter ihren Thron auch in meinem Herzen aufgeschlagen – wie im Schönstatt-Heiligtum. Hier wohnt und wirkt sie – als Mutter und Erzieherin, als Königin und Siegerin. Hier beschenkt sie mich mit den Gnaden ihres Heiligtums. Und von hier aus beschenkt sie alle, denen ich begegne.

Wir verweilen in Stille in unserem Herzensheiligtum und empfehlen der Gottesmutter alle, denen wir täglich begegnen.

Gebet

„Liebe Dreimal Wunderbare Mutter und Königin von Schönstatt! Wir haben dir alle unser Herz geschenkt, und du hast gesorgt, dass dieses Herz dem Vater und dem dreifaltigen Gott geschenkt wurde. Nun lege aber auch Hand an uns und Sorge, dass unser Herz als solches in ausgesprochener und lebendiger Weise ein Heiligtum der Liebe werde für den Vater und für den dreifaltigen Gott. Das heißt praktisch: Sorge dafür, dass der lebendige Gott auf deine Fürsprache hin auch lebendig in uns wohnt, ... das heißt, ständig in uns wirksam ist. Er soll unsere Seele hineinziehen in sein geheimnisvolles dreifaltiges Leben ... Darum müssen wir uns immer bewusstwerden, dass wir ein wandelndes Heiligtum sind, ein Tempel des dreifaltigen Gottes; dass wir also im Lichte des Glaubens uns recht häufig bewusstwerden: der dreifaltige Gott lebt in uns, wirkt in uns.“

(J. Kentenich, in: Mein Herz – dein Heiligtum, S. 85f.)

des Urheiligums – auf ganz originelle Art.

Austausch

Wie stelle ich mir mein Herzensheiligtum vor?

Was ist das Individuelle / Einzigartige meines Herzensheiligtums?

Textarbeit

Schritte für die Textarbeit

- Text abschnittsweise reihum laut vorlesen.
- Stille, in der jede den Text persönlich nachlesen kann.
Die Worte oder Sätze, die spontan ansprechen, unterstreichen.
- Unterstrichene Textstellen vorlesen.
Einander mitteilen: Was ist mir an diesem Satz/Wort wichtig?

A Wir schauen zuerst in das Alte Testament, was ein Heiligtum ist:

Jakob in Bet-El (*Gen 28,10-17*)

„Jakob zog aus Beerscheba weg und ging nach Haran. Er kam an einen bestimmten Ort und übernachtete dort, denn die Sonne war untergegangen. Er nahm einen von den Steinen dieses Ortes, legte ihn unter seinen Kopf und schlief dort ein. Da hatte er einen Traum: Siehe, eine Treppe stand auf der Erde, ihre Spitze reichte bis zum Himmel. Und siehe: Auf ihr stiegen Engel Gottes auf und nieder. Und siehe, der HERR stand vor ihm und sprach: Ich bin der HERR, der Gott deines Vaters Abraham und der Gott Isaaks. (...) Siehe, ich bin mit dir, ich behüte dich, wohin du auch gehst, und bringe dich zurück in dieses Land. Denn ich verlasse dich nicht, bis ich vollbringe, was ich dir versprochen habe. Jakob erwachte aus seinem Schlaf und sagte: Wirklich, der HERR ist an diesem Ort und ich wusste es nicht. Er fürchtete sich und sagte: Wie Ehrfurcht gebietend ist doch dieser Ort! Er ist nichts anderes als das Haus Gottes und das Tor des Himmels.“

Übertragung auf das Thema:

Symbol der Leiter in die Mitte legen (kann selbst gemalt sein)

Die Treppe, die vom Himmel zur Erde geht, die Leiter, auf der der Engel auf und niedersteigen, der Ort, wo diese Leiter auf die Erde auftrifft, ist ein heiliger Ort. Auch unser Herzensheiligtum ist ein Ort, wo der Himmel die Erde berührt. Wo Gott da ist. Wo wir die Gnaden

bekommen, die wir brauchen, um unser Leben zu meistern.

Die Jakobsleiter ist ein Vorbild der ersten, eigentlichen Himmelsleiter: Maria. In ihr hat der Himmel wirklich die Erde berührt: Gott wird Mensch, verbindet sich mit der Erde – und die Erde mit sich.

Gott ist nicht oben im Himmel. Er ist dort, wo die Leiter auf der Erde steht: im Herzen der Gottesmutter. In ihrem Heiligtum – dem steinernen Heiligtum – aber auch in meinem Herzensheiligtum.

Hier ist der Ort, wo der Himmel die Erde berührt. Gott braucht Raum, um anzukommen, in unserem Herzen, in unserer Welt.

Ich bin dazu berufen, Raum zu geben, damit Gottes Gnade, seine Zusage ankommt.

B Pater Kenterich hat immer wieder die Realität des Herzensheiligtums betont und Familien in Milwaukee erläutert.

„Was heißt das, mein Herz ist ein Heiligtum? Wir sehen das Heiligtum hier. Was sehen wir im Heiligtum? Da sehen wir das Ewige Licht, da sehen wir das Bild der MTA, da sehen wir den Altar. Sehen Sie, wenn mein Herz ein Heiligtum sein soll, was muss ich dann dort entdecken?

Erstens: das Ewige Licht. Was heißt das, ein ewiges Licht? Ein Licht, das auf die Ewigkeit aufmerksam macht. (...) Das ist das Licht des schlichten Vorsehungsglaubens. Und das ist die große Gnade, die wir uns heute erbetteln, erneut erbetteln, dass wir alle Dinge des Lebens in neuem Licht, im Licht des Vorsehungsglaubens, sehen. Das heißt, hinter allem, was wir sehen, hinter allem, was sich in meinem Leben ereignet, da sehe ich den Himmelsvater. Nehmen Sie einmal an, es ist dunkel hier im Kapellchen. Dann geht jemand und knipst (das Licht) an. Vorher, als es dunkel war, habe ich nichts gesehen, und jetzt, wenn das Licht leuchtet, das elektrische Licht, was sehe ich alles!

So ist es auch um mich herum, da ist es dunkel. (...) Nun muss die Gottesmutter uns die Gnade geben, dass sie ständig in uns „(das Licht) anknipst“. Was für ein Licht leuchtet, wenn sie es „angeknipst“ hat? Das Licht des Vorsehungsglaubens. Dann sehe ich den lieben Gott überall, in allen Dingen. Wenn ich Glück habe – wen sehe ich hinter dem Glück? Wenn ich Unglück gehabt habe – wer steht dahinter? Wenn es mir gut geht – wer steht dahinter? (...)

Ich will das einmal anders ausdrücken – und das ist das, was ich Ihnen so sehr wünsche, was ich auch mir wünsche: Alles in meinem Leben mache ich zu einem kleinen Gebet ..., ich spreche so, „wie mir der Schnabel gewachsen ist“. (...) Dazu brauche ich nicht ... in die Kirche zu gehen – ich habe ja ein Heiligtum in (mir), und im Heiligtum ist „ein Licht angeknipst“. Sehen Sie, deswegen: immer wieder menschlich schlicht mit dem lieben Gott sprechen. (...)

Zweitens, noch einmal: Was sehe ich im Heiligtum? Das Bild der Gottesmutter. Wer soll hier herrschen? Wer soll auf dem Throne sitzen? Selbstverständlich, meine Frau oder mein Mann sitzen da, und die Kinder sitzen auch da. Ja du meine Güte, ich habe so viele Klubsessel darin – alle sind besetzt.

Aber jetzt darf ich nicht vergessen: immer nur in Abhängigkeit von dem kleinen Thron, den ich im Herzen habe. Wer sitzt auf dem Thron? Das ist die Gottesmutter. Sie soll immer da sitzen, aber mit dem Kind auf dem Arm. Ich brauche nicht zu fürchten, dass mein Mann oder meine Kinder zu kurz kommen. Nein, die Gottesmutter sorgt, dass meine Liebe warm bleibt. Aber sie sorgt auch, dass die Liebe meines Mannes zu mir als Frau warm bleibt. Mein Herz ist ein Heiligtum der MTA.“

(J. Kenterich, in: *Am Montagabend Band 6, 2.6.1957*)

3 Anwendung

Unser Herzensheiligtum haben wir immer bei uns. Ganz gleich, wie meine Lebenssituation gerade aussieht: ob im Berufsstress, in der Einsamkeit, in Krankheit, in einer „unguten“ Atmosphäre, ...

Austausch: Was kann ich tun, damit die Atmosphäre, die in meinem Herzensheiligtum herrscht, so ist, dass ich immer wieder „eintauchen“ kann?

Beiträge der TN auf Karten schreiben und in die Mitte dazulegen

Mögliche Antworten oder zur Ergänzung

- *Negative Gedanken nicht weiterdenken*
- *Leiter anlegen, die Liebe Gottes hinter den Ereignissen suchen*
- *Vor dem Einschlafen mich ins Heiligtum „versetzen“, darin verweilen*