

- 2 Deinem Segen, guter Gott, deiner Gegenwart und Wirksamkeit empfehlen wir uns und alle, für die wir gebetet haben.
A + Im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes. Amen.

... und du bist dabei!

T: M. Caja Bernhard, M: M. Sophia Brüning
Schönstattbewegung Frauen und Mütter

Refrain

C G/H am am/G F

Ma - ri - a, wenn wir die Krü - ge fül - len und du, und

C dm G4 G C E am am/G

du, und du bist da - bei, wer - den Wun - der mög - lich:

F C dm G4 G C Schluss

Hier und jetzt wird Was - ser zu kost - ba - rem Wein.

C G F C dm

Bei je - dem Be - gin - nen: Du bist da - bei! Wo Lie -
Beim Le - ben und Fei - ern: Du bist da - bei! Wo Men -
Wo Men - schen Gott su - chen: Du bist da - bei! Wo Le -

dm/C G4 G E am am/G

be wir sä - en: Du bist da - bei! In un - sern Fa - mi - li - en:
schen uns brau - chen: Du bist da - bei! In all un - sern Fra - gen:
ben be - droht ist: Du bist da - bei! Wo Zeug - nis wir ge - ben:

F C F C dmdm/C G3 G4 G

Du bist da - bei! In je - der Be - zie - hung: Du bist da - bei!
Du bist da - bei! Wenn Sor - gen uns läh - men: Du bist da - bei!
Du bist da - bei! Was im - mer ge - sehnt mag: Du bist da - bei!

Thema 4 - Mütter beten für ihre Familie**Sei du dabei, Maria, Frau der guten Beziehungen****Hinweise**

„Mütter beten für ihre Familie“ besteht aus zwei Einheiten

- 1 Glauben teilen
Gemeinsam vor Gott kommen
seine Nähe und Hilfe erfahren
loslassen, abgeben, auftanken
- 2 Leben teilen
einander begegnen
neue Impulse aufnehmen
miteinander ins Gespräch kommen

Wenn die Veranstaltung nicht in einem Schönstattkapellchen stattfindet: MTA-Bild so aufstellen, dass Blickkontakt mit der Gottesmutter möglich

Wenn es die Gegebenheiten ermöglichen, kann der Abschluss – nach der Einheit „Leben teilen“ – in einer Kirche oder Schönstatt-Kapelle stattfinden

Die Der Inhalt der Einheit kann auf zwei Termine aufgeteilt werden.

Material

- Krugzettel, Krug, Stifte, Meditationsmusik
- Gebetszeit für jede
- Liedersammlung nach eigener Wahl

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

Ankommen / Lieder singen

- 1 Herzlich willkommen bei „Mütter beten für ihre Familie“. Wir sind für unsere Familie hierhergekommen und für konkrete Menschen und versammeln sie geistig hier bei uns und ganz nah bei der Gottesmutter. Wir stellen und setzen sie vor uns und neben uns hin. Wir empfehlen sie Gottes Vaterliebe und Vatersorge und stellen sie unter den Mutter-Blick Marias. Wen habe ich im Herzengepäck dabei? *kurze Stille*
- 1 Nun ist dieser Raum gut gefüllt und wir beginnen: im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes. Amen.

Einstimmung

- L 1. Herr, ich bringe dir die Welt und deine Menschen. Herr, ich bringe sie zu dir. Nimm dich ihrer an. Du siehst sie laufen, du siehst sie suchen nach ihrem Glück. Du siehst sie weinen, du siehst sie lachen, du siehst sie alle. Nimm dich ihrer an.
2. Herr, ich bringe dir die Welt und deine Menschen. Herr, ich bringe sie zu dir. Nimm dich ihrer an. Sie brauchen Liebe, sie brauchen Hoffnung, sie brauchen Frieden, sie brauchen dich. Sie brauchen Freude, sie brauchen Heilung, sie brauchen Bergung. Nimm dich ihrer an.
- 1 Ja, ich bringe dir die Menschen, Herr.
Viele sind es, die mir dazu einfallen und in den Sinn kommen:
meine Familie: mein Mann und meine Kinder, meine Eltern und meine Geschwister, meine Schwiegertöchter und meine Schwiegersöhne, meine Enkelkinder und meine Schwiegereltern ...
meine Verwandten: meine Schwägerinnen und meine Schwager, meine Nichten und meine Neffen, meine Onkel und meine Tanten, meine Cousinen und meine Cousins ...
meine Freunde und meine Bekannten, meine Kolleginnen und meine Kollegen ...
alle, mit denen ich in Kontakt stehe ...
alle, denen ich immer wieder und gerne begegne ...
alle, mit denen mich eine herzliche Beziehung verbindet ...
alle, an die mich eine Aufgabe und Verpflichtung bindet ...

- re Wenn negativ über Dritte geredet wird –
li Wenn Menschen nach ihren Leistungen bewertet werden –
re Wenn alte Menschen wie unmündige Kinder behandelt werden –
li Wenn Geld und Prestigedenken sich in den Vordergrund schieben –
A erbitte uns den Wein der Wertschätzung.
2 In den vielen Herausforderungen unseres täglichen Zusammenlebens –
A sei du dabei und lass uns nicht vergessen, welche Würde jeder Mensch als Geschöpf Gottes hat.
- re Wenn es Meinungsverschiedenheiten zwischen mir und meiner Mutter gibt –
li Wenn meine Kinder ganz andere Lebensauffassungen vertreten –
re Wenn meine eigene Einstellung und Lebenspraxis in meiner Familie wenig Anklang findet –
li Wenn für manche Beziehung nur das Tragen und Ertragen bleibt –
A erbitte uns den Wein der Wertschätzung.
2 In den vielen kleinen und großen kritischen Situationen im Alltag –
A sei du dabei und mache uns erfinderisch im Verschenken von Zeichen echter Wertschätzung.

kurze Stille

- 2 Für alle, die uns jetzt durch das Herz gezogen sind, beten wir:
A Gegrüßet seist du, Maria ...
- 1 Mit dir, Maria, der Frau der guten Beziehungen, beten wir für die Menschen und Anliegen, die wir aufgeschrieben haben:
A Vater unser ... Denn dein ist das Reich ...

Während die Einzelnen ihre beschriebenen Zettel in den Krug legen, singen wir gemeinsam: Maria, wenn wir die Krüge füllen ... u. a.

- 2 Maria, Frau der guten Beziehungen, sei du dabei, wenn wir jetzt den Segen Gottes erbitten:
A Wir erbitten ihn für uns selbst und für unsere Familie, für alle, die uns aufbauen, für alle, um die wir uns Sorgen machen, für alle, die uns strapazieren.

li Für das gute Arbeitsklima –
 re Für alles, was mir gelingt –
 li Für die Menschen, die mich mögen –
 A erbitte uns den Wein der Dankbarkeit.
 1 In den vielen kleinen Dingen, die unser Leben lebenswert machen –
 A sei du dabei und lass uns immer wieder bewusst „Danke“ dafür sagen.

re Für das Engagement meines Mannes für unsere Familie –
 li Für die guten Seiten meiner Kinder –
 re Für die Zeichen der Zuneigung meiner Lieben, auch wenn sie manchmal verborgen sind –
 li Für den originellen Gedanken Gottes, den jedes meiner Familienmitglieder darstellt und verkörpert –
 A erbitte uns den Wein der Dankbarkeit.
 1 In den vielen kleinen Dingen, die im Alltagsgetriebe oft untergehen –
 A sei du dabei und schenke uns deinen wachen Blick und dein offenes Herz.

kurze Stille

1 Für alle, die uns jetzt durch das Herz gezogen sind, beten wir:
 A Gegrüßet seist du, Maria ...

2 Maria, Frau der guten Beziehungen, wir bitten dich um den

Wein der Wertschätzung

1 Sei du dabei, wenn wir uns um die Haltung und um Taten der Wertschätzung bemühen.
 re Für die beruflichen Herausforderungen meines Mannes –
 li Für den Sport meines Sohnes –
 re Für die Hobbies meiner Tochter –
 li Für das ehrenamtliche Engagement meiner Schwiegermutter –
 A erbitte uns den Wein der Wertschätzung.
 2 In den vielen kleinen Gelegenheiten, wo die Neigungen unserer Familienmitglieder nicht den unseren entsprechen –
 A sei du dabei und schenke uns dein interessiertes Herz.

Herr, du siehst und du kennst sie alle. Und du weißt auch, dass es mich oft viel Kraft kostet, dass es mich heraus- und manchmal überfordert, mit allen klarzukommen, jedem irgendwie gerecht zu werden und dabei selbst nicht unterzugehen.

2 Deshalb sind wir hier,
 hier an diesem Ort der Ruhe und Stille,
 hier an dieser Tankstelle für die Seele,
 hier bei Maria, der Frau der guten Beziehungen.

1 Maria,
 wie damals in Kana, als der Wein ausging,
 so bist du auch heute überall dazwischen mit deiner Liebe und Einfühlung.
 Du bist eine aufmerksame Frau.
 Eine Frau, die sieht, wo Not ist,
 die keinen Lärm macht, kein Aufsehen erregt.
 Unauffällig knüpfst du überall gute Beziehungen –
 von Mensch zu Mensch,
 von der Erde zum Himmel und umgekehrt.
 In deiner Nähe fällt es leicht, uns zu öffnen
 für all das, was du uns als Frau und Mutter schenken kannst,
 was uns hilft, unsere Beziehungsräume positiv zu gestalten,
 die Beziehungen, die uns beschenken und weiterbringen,
 die Beziehungen, die uns herausfordern und belasten.
 Wo du bist, Maria, wo wir dich einladen, dazwischen zu sein, uns nahe zu sein, gelingt es leichter, Beziehungen zu leben.

2 Der Büchermarkt ist voll mit guten Buchtiteln und Tipps zum Gestalten unserer Beziehungen. Vier Bereiche unseres alltäglichen Lebensraumes nehmen wir in den Blick:

Vergeben und Verzeihen
 Vertrauen und Ehrlichkeit
 Lob und Dankbarkeit
 Interesse und Wertschätzung

1 Zu den Tipps folgt je eine Schriftlesung und einen kleinen Impuls.
 (*Die Tipps können auf zwei Termine aufgeteilt werden.*)

• Vergeben und Verzeihen

- 2 Matthäus berichtet in seinem Evangelium:
„Da trat Petrus zu Jesus und fragte: Herr, wie oft muss ich meinem Bruder vergeben, wenn er sich gegen mich versündigt? Siebenmal? Jesus sagte zu ihm: Nicht siebenmal, sondern siebenundsiebzigmal.“ (Mt 18,21-22)
kurze Stille
- 1 Das Zahlenspiel in der Bibel – siebenmal, siebenundsiebzigmal – ist keine Mengenangabe, sondern sagt einfach: Immer wieder, immer neu sollen wir dem anderen vergeben.
- 2 Dem Vergeben, dem Verzeihen geht immer Verletzung, Enttäuschung voraus. Was verursacht in uns / in mir die tagtäglichen Verletzungen und Enttäuschungen?
- 1 Wenn mein Mann wieder nicht an unseren Hochzeitstag gedacht hat. Er müsste doch wissen, dass ich mich über irgendein kleines Zeichen so gefreut hätte. Ich bin traurig.
Wenn mein Sohn die leeren Flaschen nie mit in den Keller nimmt, wenn er Getränke holt? Ich habe sie ihm so hingestellt, dass er nur danach zu greifen braucht. Ich bin enttäuscht.
Wenn meine Tochter wieder nichts gesagt hat, dass sie übers Wochenende das Auto braucht. Jetzt kann ich schauen, wo ich bleibe. Ich spüre Groll in mir.
- 2 „Immer wieder fühlen wir uns von anderen verletzt. In Wirklichkeit kann Dich niemand verletzen, wenn Du es nicht zulässt!“ So ist in einem Artikel zu dem Thema zu lesen.
Ob das stimmt? Ganz so einfach ist es nicht, ja. Aber ist nicht doch etwas Wahres dran?
- 1 „Man ist nicht enttäuscht von dem, was ein anderer tut (oder nicht tut), sondern nur über die eigene Erwartung an den Anderen“, formuliert Karl Kunke.
- 2 Die größte Herausforderung für das gegenseitige Vergeben und Verzeihen, ist nicht unbedingt das, was vorgefallen ist, sondern

- re Wenn ich ein gegebenes Wort nicht halten kann –
li Wenn andere meine Beweggründe hinterfragen –
re Wenn ich mich vor einer Blamage fürchte –
li Wenn ich die Schuld lieber auf andere schieben möchte –
A erbitte uns den Wein der Ehrlichkeit.
1 In den täglichen Situationen, in denen wir lieber den bequemeren Weg gehen –
A sei du dabei und lass uns wachsam sein für die unlauteren Motive unseres eigenen Herzens.

- re In allen Überraschungs-Übertreibungen –
li In allen Verlegenheits-Unehrligkeiten –
re In allen Bequemlichkeits-Schwindeleien –
li In allen Vertuschungs-Manövern –
A erbitte uns den Wein der Ehrlichkeit.
1 In den unverhofften Unehrlichtigkeits-Fallen –
A sei du dabei und birg uns hinein in dein wahrhaftiges Herz.

kurze Stille

- 1 Für alle, die uns jetzt durch das Herz gezogen sind, beten wir:
A Gegrüßet seist du, Maria ...
- 1 Maria, Frau der guten Beziehungen, wir bitten dich um den **Wein der Dankbarkeit**.
- 2 Sei du dabei, wenn wir uns um die Haltung und um Taten der Dankbarkeit bemühen.
- re Für das Dach über dem Kopf –
li Für Wasser und Strom –
re Für ausreichend Nahrungsmittel –
li Für einigermaßen gesunde Glieder –
A erbitte uns den Wein der Dankbarkeit.
1 In den vielen kleinen Dingen, die so selbstverständlich für uns sind –
A sei du dabei und lass sie uns nicht einfach nur so hinnehmen.
- re Für die täglichen kleinen Freuden –

- li Wenn jeder auf den ersten Schritt des anderen wartet –
 A erbitte uns den Wein des Verzeihens.
- 2 In den vielen kleinen Dingen, die wir als ungerecht und lieblos erleben –
 A sei du dabei und gibts uns Anteil an der Großmut deines Herzens.
- re Wenn sich „nie wieder“ – und „mit mir nicht“-Stimmung in mir breit macht –
 li Wenn ich Rachegefühle in mir spüre –
 re Wenn ich in Gefahr bin, andere aus Verletztheit schlecht zu machen –
 li Wenn ich spüre, dass ich dem anderen innerlich keine Chance mehr gebe –
 A erbitte uns den Wein des Verzeihens.
- 2 In den vielen Situationen, in denen unser verletztes uns Gefühl zusetzt –
 A sei du dabei uns lass uns in unseren Unzulänglichkeiten die barmherzige und verzeihende Liebe unseres Gottes erfahren.

kurze Stille

- 2 Für alle, die uns jetzt durch das Herz gezogen sind, beten wir:
 A Gegrüßet seist du, Maria ...
- 1 Maria, Frau der guten Beziehungen, wir bitten dich um den
Wein der Ehrlichkeit
- 2 Sei du dabei, wenn wir uns um die Haltung und um Taten der Ehrlichkeit bemühen.
 re In allen Versprechungen –
 li In allen Entschuldigungen –
 re In allen Unterlassungen –
 li In allen Handlungen –
 A erbitte uns den Wein der Ehrlichkeit.
- 1 In den kleinen und großen Situationen, die unsere Geradlinigkeit herausfordern und auf die Probe stellen –
 A sei du dabei und schenke uns den Mut, uns selbst ganz ehrlich die Motive unseres Tun und Lassens einzugestehen.

es ist unser verletztes Gefühl, das nach Wiedergutmachung schreit.

- 1 Wie gut, dass wir uns als Christen immer neu auf Jesus berufen können: Auf IHN, der selbst zur Wiedergutmachung geworden ist für uns Menschen und für alle unsere kleinen und großen Enttäuschungen, Verletzungen, Entehrungen.
- 2 Ein König sollte folgendes Urteil unterschreiben: „Gnade unmöglich, im Gefängnis lassen!“ Ihm kam das Urteil zu hart vor, weil er an die Zukunft des Mannes und seiner Familie dachte. Er änderte das Urteil um: „Gnade, unmöglich im Gefängnis lassen!“ Er machte nur eine Kommaverschiebung, so lautete das Urteil auf Freispruch. Gott macht ständig bei uns solche Kommaverschiebungen. (aus: Willi Hofstätter, Kurzgeschichten 3)
- 1 Das Kreuz ist die Komma-Verschiebung Gottes für uns Menschen, uns zur Vergebung und zum Heil, damit auch wir einander vergeben können.

Besinnung / Zeit zum Schreiben: Wo / wem gegenüber fällt mir das Verzeihen und Vergeben schwer? Wo müsste / möchte ich eine Komma-Verschiebung vornehmen?

• Vertrauen und Ehrlichkeit

- 2 Wir hören aus dem Markusevangelium:
 „In jener Zeit wurden einige Anhänger des Herodes zu Jesus geschickt, um ihn mit einer Frage in die Falle zu locken. Sie kamen zu ihm und sagten: Meister, wir wissen, dass du immer die Wahrheit sagst und dabei auf niemanden Rücksicht nimmst; denn du siehst nicht auf die Person, sondern lehrst wirklich den Weg Gottes. Ist es erlaubt, dem Kaiser Steuern zu zahlen oder nicht? Sollen wir sie zahlen oder nicht zahlen? Er aber durchschaute ihre Heuchelei und sagte zu ihnen: Warum stellt ihr mir eine Falle? Bringt mir einen Denar, ich will ihn sehen. Man brachte ihm einen. Da fragte er sie: Wessen Bild und Aufschrift ist das? Sie antworteten ihm: Des Kaisers. Da sagte Jesus zu ihnen: So gebt dem Kai-

ser, was dem Kaiser gehört und Gott, was Gott gehört! Und sie waren sehr erstaunt über ihn. (Mk 12,13-17)
kurze Stille

- 1 „Ehrlich währt am längsten!“ Dieses Sprichwort kennen wir.
 „Dass du mich aber nicht anlügst, das könnte ich nicht ertragen.“
 – Eine häufig geäußerte Bitte bzw. Aufforderung von Müttern ihren Kindern gegenüber.
- 2 Frage: Was ist ehrlich? Wenn jemand den 50 Euro-Schein, den er auf der Straße gefunden hat, ins Fundbüro bringt, ist das ehrlich. Wenn jemand an seinem Arbeitsplatz ganz offen einen Fehler zugeht, den er gemacht hat, dann ist das ehrlich.
- 1 Solch ehrliche Menschen mögen liebenswert sein, aber sind sie nicht vielleicht auch ein bisschen dumm, beziehungsweise in unserer Welt immer die Dummen?
 Wer in der Englischarbeit einen Spickzettel benutzt und den Lehrer gekonnt austrickst, bekommt bessere Noten und so später einen besseren oder – vielleicht muss man sogar sagen – überhaupt einen Job.
 Die Versuchung ist groß unter Kollegen, Freunden, am Arbeitsplatz, in der Familie oder gar vor dem Richter, es mit der Ehrlichkeit nicht so genau zu nehmen. 99,99 cm sind doch auch ein Meter, oder?
- 2 Warum lohnt es sich ehrlich zu sein, wenn unserer Welt doch nach ganz anderen Gesetzen funktioniert?
- 1 Ehrlichkeit ist das A und O in einer Beziehung, und Unehrllichkeit ist der Tod einer Beziehung. Denn ohne Ehrlichkeit ist kein Vertrauen möglich.
- 2 Eine wichtige Voraussetzung ist die Ehrlichkeit uns selbst gegenüber. Wenn wir zu uns selbst ehrlich sind, können wir auch dem anderen ehrlich begegnen.

Besinnung, Zeit zum Schreiben: Welchen Menschen gegenüber ist es mir ganz wichtig, offen und ehrlich zu sein? Wie ehrlich sehe ich

Sei du dabei, Maria, Frau der guten Beziehungen

Text der Gebetszeit

- 1 Maria, wir wenden uns an dich:
 Du bist die Frau der guten Beziehungen. So wie in Kana, als der Wein ausging, so bist du heute dabei und dazwischen, wo uns der Wein ausgeht für die Gestaltung unserer Beziehungen:
 der Wein des Verzeihens,
 der Wein der Ehrlichkeit,
 der Wein der Dankbarkeit,
 der Wein der Wertschätzung.
- 2 Wir empfehlen uns dir, der Frau der guten Beziehungen. Wir empfehlen dir alle Beziehungen, in denen wir stehen, alle Beziehungen, die uns fördern und Freude bereichern, alle Beziehungen, die uns belasten und strapazieren.
- A Wir vertrauen, dass du für uns zu deinem Sohn gehst und ihn für uns bittest: Sie haben keinen Wein mehr.
- 2 Maria, Frau der guten Beziehungen, wir bitten dich um den
Wein des Verzeihens
- 1 Sei du dabei, wenn wir uns um die Haltung und um Taten des Verzeihens bemühen.
- re In den kleinen Nadelstichen –
 li In den alltäglichen Machtkämpfen –
 re In den unliebsamen Meinungsverschiedenheiten –
 li In den gegenseitigen Unterstellungen –
 A erbitte uns den Wein des Verzeihens.
- 2 In den vielen kleinen Dingen, die wir als nervtötend erleben –
 A sei du dabei und schenke uns dein opferbereites Herz.
- re Wenn keiner nach meiner Meinung fragt –
 li Wenn ich benachteiligt werde –
 re Wenn nie eine Entschuldigung vom anderen kommt –

Leben teilen

Material

- Mitgestaltung mit Pilgerheiligtum, Krug, Kerze, Blume
- Gebet für jede TN

Hinweis

Wenn die Gebetszeit im gleichen Raum stattgefunden hat, die Sitzordnung zum Kreis oder Halbkreis ändern.

- Getränke und Gebäck
- Vorstell- und Austauschrunde
Wer bin ich? Woher komme ich?
Was bewegt mich zu Zeit?
- Abschluss (wen möglich in einer Kirche beim Marienaltar oder im Schönstatt-Kapellchen)
- Alles, was uns bewegt hat, legen wir hinein in das Gebet des Herrn: Vater unser ... Denn dein ist das Reich ...
- Gottesmutter, wir kommen zum Abschluss zu dir.
Wir bringen dir mit, was wir aufgeschrieben haben – Menschen, Anliegen, die wir in den Krug gelegt haben und übergeben sie dir.
Bei dir ist alles gut aufgehoben.
Du gehst auch für uns heute zu deinem Sohn und bittest ihn:
Sie haben keinen Wein mehr.
Wir vertrauen, dass auf deine Fürbitte auch für uns guter Wein wird: Segen in Füll

Wir bringen uns selbst mit und vertrauen uns dir an.
O meine Königin ...

Abschluss mit Segenslied

mich selbst? Wann / wem gegenüber nehme ich es mit der Ehrlichkeit nicht so genau?

• Lob und Dankbarkeit

- 1 Wir hören aus dem Brief des Apostels Paulus an die Phillipper: „Ich danke meinem Gott jedes Mal, wenn ich an Euch denke; immer, wenn ich für euch alle bete, tue ich es mit Freude und danke Gott dafür, dass ihr euch ... für das Evangelium eingesetzt habt ... Ich vertraue darauf, dass er, der bei euch das gute Werk begonnen hat, es auch vollenden wird bis zum Tag Christi Jesu. Es ist nur recht, dass ich so über euch alle denke, weil ich euch ins Herz geschlossen habe. Denn ihr alle habt Anteil an der Gnade, die mir ... gewährt ist.“ (Phil 1,3-7)
kurze Stille
- 2 Die Tugend des Lobens und Dankens fällt uns Menschen nicht unbedingt in den Schoß. Nichts zu sagen oder keine Kritik zu üben, ist für viele schon genug an Aufwand. Und doch: Tut nicht uns allen ein Lob gut? Kennen wir nicht genügend Menschen, die richtig aufblühen, wenn sie gelobt werden, wenn ihnen jemand ein Dankeschön sagt?
- 1 Eine Frau erzählt: Als wir mit der Jahreslosung „Danke, dass DU da bist!“ gearbeitet haben, habe ich festgestellt, dass das gar nicht immer so leicht ist, und dass wir das eigentlich viel zu wenig einander sagen. Z. B. fiel es mir schwer, „Danke, dass DU da bist!“ so einfach zu meinem Mann zu sagen. Auch wenn ich es im Herzen so meine, aber das auszusprechen hat mich etwas gekostet. Als ich es doch gemacht habe, ist mir durch sein verdutztes Gesicht bewusst geworden, dass ich es viel zu selten zu ihm sage und dass ich es öfters tun möchte. Als ich für die Erledigung einer Arbeit zu ihm sagte „Danke, dass du das für mich gemacht hast!“, hat seine Reaktion „Das habe ich doch schon öfters getan!“ diesen Vorsatz noch in mir verstärkt. (C.R.)
- 2 Es gibt Menschen, Lebenskünstler, die alles positiv sehen, allem die guten Seiten abgewinnen können. Diese Kunst ist nicht jedem

angeboren, aber jeder und jede kann sie lernen. Und wie wichtig ist sie gerade für das Beziehungsgeflecht in der Familie. Denn: Eine Beziehung, die gelingen soll, setzt voraus, dass wir das Edle im anderen entdecken. (Vgl. T. Beller)

Besinnung, Zeit zum Schreiben: Das Edle im anderen entdecken, das versuchen wir jetzt, indem wir unsere Familienmitglieder nacheinander vor unser geistiges Auge holen, etwas Positives in ihnen benennen oder aufschreiben und DANKE dafür sagen.

• Interesse und Wertschätzung

- 1 Wir hören im Lukasevangelium von der Begegnung zweier Frauen, die geprägt ist von ehrlichem Interesse und hoher gegenseitiger Wertschätzung:
„Der Engel antwortete Maria: Elisabeth, deine Verwandte, hat noch in ihrem Alter einen Sohn empfangen; obwohl sie als unfruchtbar galt, ist sie jetzt schon im sechsten Monat ... Nach einigen Tagen machte sich Maria auf den Weg und eilte in eine Stadt im Bergland von Judäa. Sie ging in das Haus des Zacharias und begrüßte Elisabeth. Als Elisabeth den Gruß Marias hörte, hüpfte das Kind in ihrem Leib. Da wurde Elisabeth vom Heiligen Geist erfüllt und rief mit lauter Stimme: Gesegnet bist du mehr als alle anderen Frauen, und gesegnet ist die Frucht deines Leibes. Wer bin ich, dass die Mutter meines Herrn zu mir kommt? In dem Augenblick, als ich deinen Gruß hörte, hüpfte das Kind vor Freude in meinem Leib. Selig ist die, die geglaubt hat, dass sich erfüllt, was der Herr ihr sagen ließ.“ (Lk 1,36.39-45)
kurze Stille
- 2 Wertschätzung, geachtet und respektiert werden, anerkannt sein ... das tut uns Menschen gut, das tut uns not. Davon leben wir. Das ist wie Lebenselixier, das unsere Kräfte regenerieren kann – die physischen und die psychischen Kräfte.
- 1 Gerade die Familie ist der Lern-Ort für Wertschätzung schlechthin. Es macht auf Kinder einen bleibenden Eindruck, wenn unser Umgang als Eltern von gegenseitiger Achtung geprägt ist, wenn

wir gegenseitig unsere Meinung respektieren, wenn keiner in Abwesenheit des anderen über ihn schimpft, ihn schlecht macht etc.

- 2 Für uns als Frau ist es wichtig, zu wissen, dass unsere Männer – und auch unsere Söhne, wenn sie zu Männern heranreifen – unseren Respekt brauchen, viel mehr als wir vielleicht denken und meinen. Respektiert zu werden in seinem Urteilsvermögen, in seiner Stellung im Betrieb, in der Öffentlichkeit, in seiner Kompetenz, in seinem Einsatz für die Familie ist für einen Mann gleichbedeutend mit sich geliebt fühlen und wissen.
- 1 Die Grundlage unserer gegenseitigen Wertschätzung ist der unendliche Wert, die Würde, die wir vor Gott haben, weil wir in Liebe von ihm erschaffen sind als sein Kind, weil er seit der Taufe in uns wohnt, weil wir unendlich kostbar und wertvoll für ihn sind.
- 2 Wertschätzung vermitteln, das heißt, an die Kostbarkeit im anderen glauben, sie sehen und zum Leuchten bringen.

Besinnung / Zeit zum Schreiben:

Wissen meine Kinder, mein Mann, dass ich mich für sie, ihre Arbeit, ihre Ansichten interessiere? / Bei welchem meiner Familienmitglieder fällt mir die Wertschätzung schwer? Welches meiner Familienmitglieder bräuchte meine Wertschätzung ganz besonders? / Durch welches kleine Tun könnte ich das Positive, Wertvolle, das in jedem meiner Lieben steckt, zum Leuchten bringen?

Es folgt der Text der Gebetszeit (S. 11-16)