

## Thema 1

### **„Du kannst – wenn du liebst“ Meine Lebensfelder als Frau schöpferisch gestalten**

#### **Hinweise**

*In dieser Einheit geht es um einen Aspekt unseres Frauseins, bzw. um eine spezifische Begabung, die uns von Gott geschenkt ist: das Plus an Beziehungsfähigkeit bzw. an Liebesfähigkeit. Die Zitate und Lebenszeugnisse von Frauen, die sogenannten Lebensfeldern zugeordnet sind (einer Auswahl an Lebensfeldern), sollen dieses Plus bebildern und anregen, die eigene Begabung auf diesem Gebiet neu zu entdecken, neu daran Freude zu gewinnen und schöpferisch einzusetzen.*

*Element 3 und 4 („Ins Gespräch kommen mit“ und „Leben teilen“) sind in dieser Einheit zusammengefasst.*

#### **Material**

- Kopien für jede Teilnehmerin mit den Zitaten in Nr. 3
- Satzstreifen: „Was ich aus Liebe tue, geht mir leichter von der Hand.“
- Kleine Jahreslosungskarten 2020 oder selbst gestaltete Karten, auf denen jede TN persönliche Notizen machen kann
- JL-Gebetskarte 2020: Lass uns gleichen deinem Bild
- evtl. Liederbücher Feuer fangen

*Download der gleichnamigen PDF-Datei unter folgender Link-Adresse:  
[www.s-fm.de/materialien/arbeitshilfe](http://www.s-fm.de/materialien/arbeitshilfe)*

## **1 Gottes Liebe auf die Spur kommen**

*Schritte siehe Umschlag*

## **2 Beobachten / Einstieg**

In der Begegnung 1/ 2020 schreibt Andrea Evers:

Pater Kentenich, der Gründer der Schönstattbewegung, hatte es einmal so formuliert:

„Gott hat einen seiner schönsten Strahlen in der Frauennatur verkörpert.“ Das sind wir, ein Strahl Gottes. Wunderbarer kann man es doch nicht ausdrücken. Richtig warm wird's mir bei diesem Gedanken. Und zugleich ist es auch eine Verpflichtung, ein Auftrag [...] Wenn ich von Gottes Liebe überzeugt bin, dann muss ich dies auch weitergeben, durch meine Worte, mein Tun und mein ganzes Sein. Falsch: nicht „muss ich“, sondern „möchte ich“. Auch wieder ein „schönstättisches“ Ziel in meinem Alltag: Aus dem „Du kannst, weil du sollst!“ in meinem Leben ein „Du kannst, wenn du liebst“ werden lassen. Was ich aus Liebe tue, sei es aus Liebe zu Gott oder zu einem Menschen, das geht mir viel leichter von der Hand, da steht einfach mein Herz dahinter.

„Was ich aus Liebe tue, geht mir leichter von der Hand.“

Wo konkret in meinem Alltag habe ich diese Erfahrung schon gemacht?

*Erfahrungen miteinander teilen*

Weiterführung:

Als Frauen ist uns die besondere Gabe der Beziehungsfähigkeit geschenkt und damit ein Plus an Liebesfähigkeit. Diese Gabe ist Geschenk und Auftrag zugleich. Wir dürfen mit ihr unsere Lebensfelder schöpferisch gestalten und so den vielfältigen Bereichen des Lebens mehr Wärme, mehr Freude, mehr Liebe geben.

Im folgendem kommen verschiedene Lebensbereiche, in denen wir Wirkmöglichkeiten haben, in den Blick. Entsprechende Zitate von Pater Kentenich und Lebenszeugnisse von Frauen laden ein, in das eigene Leben zu schauen und die eigenen Möglichkeiten neu zu entdecken, mit dem Plus an Liebesfähigkeit schöpferisch zu wirken.

### 3 Ins Gespräch kommen mit ... / 4 Leben teilen

Methode (für jedes der Lebensfelder)

1. Zitat und Lebenszeugnisse aus einem Lebensfeld gemeinsam lesen
2. kurze Stille zum persönlichen Nachlesen, Notizen machen
3. Austausch über das Gelesene: Wo kommt hier das frauliche Plus zum Tragen?
4. eigene Erfahrungen oder Beispiele dazulegen

*Nachfolgend Lebensfelder zur Auswahl für die Bearbeitung*

#### **Lebensfeld Beruf**

##### Pater Kentenich

„Überall, wo eine Frau tätig ist, muss sie beseelen wollen. Auch hier wiederum die große Methode: nicht nur regieren, führen, anführen, sondern ehrfürchtig dienen, in Liebe sich hingeben, überall Seele sein, überall beseelen ... Ob wir nicht zu stark geschäftsgewandt geworden und zu wenig Frau geblieben sind? Auch da, wo wir geschäftlich arbeiten müssen, muss das Wesen der Frau, muss das Frauliche zum Durchbruch kommen. Auch hier müssen wir uns fragen, ob wir nicht leblose Maschinen geworden sind durch den Großbetrieb, ob wir nicht Betriebsmenschen geworden sind.“ (Josef Kentenich, *Aus Ethos und Ideal in der Erziehung*, 1931, S.150 ff)

##### Lebensbeispiele

Als die Firma Apple während der großen Firmenkrise Mitarbeiter entlassen musste, wurde diese heikle Aufgabe einer Frau übertragen, der damaligen Personalleiterin Debbie Biondollio. Sie führte die Entlassungen durch – aber sorgte, dass niemand auf der Straße landete. Ein Mitarbeiter daraufhin: „Ich habe noch nie jemanden das tun sehen, was sie getan hat. Sie hat sich einfach menschlich verhalten.“ (Beispiel aus Vortrag vom Tag der Frau 2018)

Ich frage mich oft, was ist meine Aufgabe? Was soll ich bewirken? Vor über fünf Jahren verspürte ich den Wunsch nach Veränderung ganz deutlich. Mein erster Gedanke war, ich würde gern noch einmal

Mutter werden. Mein Partner war hierfür aber nicht bereit. Mit unseren zwei Kindern, die mittlerweile auch etwas größer sind, hätten wir doch ein erfülltes Leben und könnten jetzt einiges unternehmen. Ein Baby würde unseren ganzen Alltag wieder durcheinander bringen. Ich war traurig, aber irgendwie hatte er auch Recht. In dieser Situation kam mein Chef auf mich zu und fragte, ob ich mir vorstellen könnte, selbst Führungsverantwortung zu nehmen. Seit Dezember 2015 habe ich nun Verantwortung für über 20 Mitarbeiter. Mein Vorsatz für meine tägliche Arbeit „wirken im Sinne der Gottesmutter und meines Glaubens“. Aber wie in einer Region, wo Glaube keine Rolle spielt? Ohne, dass ich es merkte, hatte mich die Gottesmutter bereits geführt und mir meinen Weg gezeigt.

Jeden Morgen gehe ich zu jedem Mitarbeiter und nehme mir Zeit nach Problemen im Job oder auch im sonstigen Alltag zu fragen. Hier kommt es nicht ständig, aber doch immer mal wieder zu sehr persönlichen Gesprächen. In diesen Gesprächen habe ich die Chance, Werte unseres Glaubens und unserer Gemeinschaft unter die Menschen zu bringen. Hierbei merke ich oft, dass viele Menschen auf der Suche nach Halt und Antworten sind. Für die Zukunft wünsche ich mir, dass mehr Mitarbeiter nicht nur meinen Rat schätzen, sondern vielleicht auch weiter suchen und zum Glauben finden. Aber unabhängig davon bin ich glücklich, auf diese Art etwas Wertvolles weitergeben zu können. Auch wenn es keine Kinder sind, so ist der Hunger nach Wärme und Geborgenheit deutlich zu spüren.

Meine „Morgenrunden“ dauern oft zwei Stunden und ich muss zusehen, dass ich meine „alltägliche Arbeit“ dann noch schaffe, aber ich glaube, der Wert für unsere Gemeinschaft ist unermesslich. Für mich und für meine Mitarbeiter. (C.L., Dessau)

#### **Lebensfeld Alter und Krankheit**

##### Pater Kentenich

„Die Liebe besteht nicht wesentlich darin, dass ich Außergewöhnliches tue, sondern dass ich das tue, was Gott mir durch die Verhältnisse aufträgt. Ob es etwas Großes oder Kleines ist, das ist einerlei.“ (J. Kentenich)

Lebensbeispiele

Letzte Woche sagte meine Enkelin zu mir: „Omi, bei dir ist immer alles so schön langsam. Ich darf mich langsam anziehen, darf langsam spielen, du hast Zeit, um viele Bilderbücher mit mir anzuschauen ... Langsam ist so schön!“ Und mir selbst tut die Langsamkeit auch gut. Dieses Rumgerenne früher, als ich noch im Beruf war und die Kinder da waren, das könnte ich heute gar nicht mehr – und vor allem, ich will das auch nicht mehr! *(aus: Begegnung 2/2019, Leben für Fortgeschrittene: Älterwerden – da wird noch was, S.32)*

Eine Frau, die alters- und gesundheitsbedingt nicht mehr alleine aufstehen kann, schreibt in einem Brief, wie sie jeden Morgen im Geiste eine Wallfahrt macht: von ihrem Hausheiligtum nach Schönstatt, ins Urheiligtum, in die Gründerkapelle, ins Heiligtum bei Marienland und wieder zurück in ihr Hausheiligtum. Sie nimmt die Menschen mit, für die sie wirken möchte. Tagsüber suchen viele telefonisch ihren Rat, ihre Unterstützung durch das Gebet. Sie hat schon über 40 Operationen hinter sich. Sie weiß nicht, wie lange sie noch leben kann – aber sie weiß, dass Gott durch sie wirkt. Sie weiß: Auch wenn wir nichts mehr tun können, als unsere Schmerzen auszuhalten, unser immer weniger Können, unsere Hilflosigkeit und unser auf Hilfe angewiesen-Sein – wir haben die Möglichkeit, es wertvoll zu machen. *(Beispiel von einer Marienschwester erzählt)*

Bei einem Treffen in Köln hat mich eine 91-jährige Schönstattmutter sehr beeindruckt. Sie ist seit „ewigen Zeiten“ alleinstehend, hat eine kleine Sozialwohnung ziemlich zentral in Köln an einer sehr befahrenen Straße in einem Wohnblock. Sie schiebt sich jeden Tag mit ihrem Rollator zwei Kilometer durch die Stadt zum Heiligtum und zwei Kilometer zurück, weil ihr das Geld für den Bus fehlt. Wenn sie zuhause ist, dann schaut sie gerne von oben auf den Verkehr. Die S-Bahnen fahren hin und her. Sie meinte: Wer weiß, welche Menschen mit welchen Problemen, Fragen und Sorgen da hin- und herfahren. Gottesmutter, du weißt es! Und dann kann sie den ganzen Vormittag damit verbringen, den Menschen in den S-Bahnen Gottes Segen von ihrem Fenster aus „hinterherzuschicken“. Das ist ein total apostolisches Tun! Das ist Verantwortung für die Mitmenschen pur! *(Beispiel von einer Marienschwester erzählt)*

**Lebensfeld Ehrenamt**Pater Kentenich

„Wir glauben, berufen zu sein, das Herz dieser Kirche zu sein. Welcher Kirche? Der kommenden Kirche. Das Herz! Was heißt das, das Herz? Das heißt, die alles überwindende, tiefgründige Liebesmacht zu sein. Eine Liebesmacht, die die Kirche erobert, die die Kirche anfüllt mit dem Heroismus der Liebe.“ *(J. Kentenich, 31.12.1965)*

„Wie klein auch immer eine gute Tat ist, wenn sie aus Liebe zu Gott geschieht, wird sie groß.“ *(J. Kentenich)*

Lebensbeispiele

Vor ein paar Jahren habe ich den Dienst als Begleitperson des Besuch-Pilgerheiligtums übernommen. Somit habe ich Gelegenheit, kranke Leute zu besuchen, die nicht mehr aus dem Haus kommen. Es tut den Kranken und mir gut, zu spüren, wie sehr sie sich freuen, wenn Besuch kommt – von der Gottesmutter und von mir. Solange Gott will, werde ich diesen Dienst tun. *(R.H., Projekt Pilgerheiligtum)*

Einmal in der Woche gehe ich ehrenamtlich in einen Kindergarten, um den Kindern mit Migrationshintergrund beim Erwerb der deutschen Sprache zu helfen. Dabei fällt mir auf, dass es gar nicht so sehr um die Sprachvermittlung geht, sondern darum, einzelnen Kindern Zeit, Aufmerksamkeit, Liebe zu geben, nur für ein einzelnes Kind da zu sein, denn aus der liebevollen Annahme lernt das Kind das Leben, auch die Sprache.

Wenn ich morgens in den Kindergarten komme und ein Kind mir entgegenrennt, damit ich es in die Arme nehme, mich mit ihm im Kreis drehe und das Kind mir sagt: „Frau Schmiemann, ich lieb dich!“ zeigt mir das, wie sinnvoll mein kleiner Einsatz ist.

Die Kinder lernen von mir und ich lerne von den Kindern. Die Kinder bekommen das, was ihnen fehlt, und mir *erwärmt* es immer wieder neu das Herz! *(M. Schmiemann)*

## Lebensfeld Familie

### Pater Kentenich

„Die Mutter muss per eminentiam Frau sein, und die Frau als Frau das Frauliche in einzigartiger Weise in sich verkörpern. Was ist ihre Aufgabe? Person gewordene Liebe zu sein. Das heißt: Liebe in überreichem Maße schenken, Liebe wecken und Liebe weiterleiten, zurückleiten zum Herzen Gottes.“ (Josef Kentenich, 10.05.1953)

### Lebensbeispiele

Zurzeit bin ich durch meine Tochter besonders gefordert. Bereits zum zweiten Mal hat sie ihre Berufsausbildung abgebrochen, immer wieder belügt sie mich, und erst kürzlich hat sie sich auf beide Schulterblätter ein heidnisches Symbol tätowieren lassen, das ich ihr dann auch noch jeden Tag eincremen sollte. Diese Situation führt mich manches Mal an die Grenzen meiner Bereitschaft und Kraft, ‚vor allem aber mein Herz‘ zu schenken. Was mir hilft, trotz allem immer wieder neu zu beginnen, ist der Kontakt zu Maria. Das tägliche Ringen und Fragen: Was würdest du an meiner Stelle sagen? Wie würdest du jetzt reagieren? Ich spüre, durch diese Gespräche bleibt mein Herz offen für meine Tochter, sie geben mir die Kraft, sie auch in dieser schwierigen Situation anzunehmen und ihr meine Liebe zu schenken, die sie jetzt ja besonders braucht. (C. R., zitiert in Vortrag zum Tag der Frau 2019)

„Je länger ich verheiratet bin, umso mehr erkenne ich, dass Liebe und Ehe Arbeit bedeuten“, schreibt eine Frau. „Keiner von uns kommt darum herum! Besondere Dinge zu tun, die ausdrücken: ‚Ich liebe dich‘, erfordert Einsatz. Doch dadurch zeigen wir unserem Partner, dass wir ihn lieben, schätzen und zu ihm stehen. Geschenke dieser Art kosten kein Geld; was sie kosten, sind ein wenig Überlegung und Zeit. Unser liebevolles Interesse vermittelt dem, den wir lieben, das warme Gefühl: Ich bin meiner Frau etwas wert!“ (Carol Mayhall, zitiert in Vortrag Tag der Frau 2019)

## 5 Was nehmen wir mit, was geben wir weiter?

Fragen zur persönlichen Besinnung:

- Welches Zitat Pater Kentenichs hat mich besonders angesprochen?
- Welches Lebenszeugnis hat mich beeindruckt?
- In welchem meiner Lebensfelder möchte ich mein Plus an Liebesfähigkeit erneut aktivieren? Welchen konkreten Vorsatz wähle ich?

Jede kann ihren entsprechenden Vorsatz in das kleine Jahreslosungskärtchen oder ein anderes vorbereitetes Kärtchen schreiben und mitnehmen.

## 6 Segensritus

*Segensritus von Umschlagseite*

*dahinein das folgende Lied und Gebet integrieren*

evtl. Lied: „Liebe sieht einfach mehr ...“, Feuer fangen Nr.118

Liebe Gottesmutter. Einen der schönsten Strahlen von sich selbst hat Gott in uns Frauen hineingelegt. Es ist die Beziehungsfähigkeit, das Plus an Liebe. Gottes Wesen selbst ist Beziehung, ist Liebe. Wir dürfen und sollen ihn sichtbar machen in unserer Welt durch unsere Liebesfähigkeit, durch die Art, wie wir einander Liebe schenken. Das Liebesbündnis mit dir ist unser Weg und unsere Kraftquelle dafür.

Maria, wir bitten dich:

„Lass uns gleichen deinem Bild, ganz wie du durchs Leben schreiten:

stark und würdig, schlicht und mild, Liebe, Fried und Freud verbreiten.

In uns geh durch unsere Zeit, mach für Christus sie bereit.“

(J. Kentenich)