



## BegegnungsTeam 2017



Claudia Brehm



Andrea Evers



Annette Heizmann



Sr. M. Caja Bernhard



Sigrid Kampers



Miriam München



Wilma Lerchen



Natascha Neumann



P. Lothar Herter

## Worte aus der Bibel

Der Herr hüllte ihn ein, gab auf ihn Acht und hütete ihn wie seinen Augenstern, wie der Adler, der sein Nest beschützt und über seinen Jungen schwebt, der seine Schwingen ausbreitet, ein Junges ergreift und es flügelnd davonträgt.

*Deuteronomium 32, 10-11*

Herr, lass dein Angesicht über uns leuchten! Du legst mir größere Freude ins Herz, als andere haben bei Korn und Wein in Fülle. In Frieden leg ich mich nieder und schlafe ein; denn du allein, Herr, lässt mich sorglos ruhen.

*Psalms 4,7-9*

Mehr als auf alles andere achte auf deine Gedanken, denn sie entscheiden über dein Leben. *Sprüche 4,23*

Und der Friede Gottes, der alles Verstehen übersteigt, wird eure Herzen und eure Gedanken in der Gemeinschaft mit Christus Jesus bewahren.

*Philipper 4,7*





# Lebenskunst der Leichtigkeit

## Liebe Leserinnen,

haben Sie sich schon einmal gefragt, was Sie, wenn Ihr Leben sich dem Ende zuneigt, wohl am meisten bereuen werden? Oder was Sie dann rückblickend auf keinen Fall bereuen wollen?

Die Australierin Bronnie Ware hat als Palliativpflegerin viele Jahre Menschen in ihrer letzten Lebensphase bis zum Tod begleitet. Fünf Dinge sind es, die Sterbende ihrer Erfahrung nach am meisten leidtun:

Ich wünschte, ich hätte den Mut gehabt, mein eigenes Leben zu leben. – Ich wünschte, ich hätte nicht so viel gearbeitet. – Ich wünschte, ich hätte den Mut gehabt, meine Gefühle auszudrücken. – Ich wünschte mir, ich hätte den Kontakt zu meinen Freunden aufrechterhalten. – Ich wünschte, ich hätte mir erlaubt, glücklicher zu sein.

Als Bronnie Ware realisiert, dass es vor allem die (zu) spät gewonnene Feststellung ist, die ihre Patienten unglücklich macht, beschließt sie, ihr eigenes Leben grundlegend zu ändern.

Lebensweisheit – inspiriert vom Blick auf das Ende unserer irdischen Existenz. Helle, klare Einsichten aus der subjektiv nahegerückten Erkenntnis: Wir haben nicht endlos Zeit, um das Beste aus unserem Leben zu machen. Aber jeder Tag ist kostbare

geschenkte Zeit nach dieser Richtung. Zeit, die es zu nutzen gilt.

Lebenskunst. Um dieses Thema geht es in dieser BEGEGNUNG. Um Lebensweisheit, die Tag für Tag so zur Anwendung kommt, dass etwas heller, besser, schöner werden kann. Um ein Plus an Lebensfreude und Lebenserfüllung aus dem Geschenk, von Gott geliebt und gehalten zu sein. Denn „sich richtig zu freuen, ist eine Kunst. Sie ist nur möglich, wenn unsere Seele ausruht im höchsten Gut, letztlich in Gott“ (J. Kentenich).

*„Freude ist Harmonie, innere  
Ausgeglichenheit und Stärke.*

*Die dauernde Freude  
ist das Ziel aller Weisen.“*

J. KENTENICH

„Die wahre Lebenskunst liegt darin, im Alltäglichen das Wunderbare zu sehen“, schreibt die

Schriftstellerin Pearl S. Buck. – Wie würden Sie es formulieren? Was bedeutet „Lebenskunst“ für Sie?

Dass Sie sich, mitten in den gewohnten Bahnen, den Blick für das Besondere bewahren, dass Sie Tag für Tag ein wenig mehr entdecken, als vordergründig messbar ist, dass Sie facettenreich wahrnehmen und verkosten dürfen, was unser Leben trotz allem zuweilen Beschwerenden leuchten lässt, das wünschen und erbitten wir Ihnen als BEGEGNUNGS-Team.

*f. R. Gja Beuland*

# Begegnung Inhalt

www.zeitschrift-begegnung.de



## Frau - MITTEN IM LEBEN

- 5 Erfahrungen teilen**  
Die Kunst, zu leben – hier und jetzt
- 10 Beten im Alltag**  
In der Tiefe des Herzens: Gottes Stimme
- 12 geHALTEN**  
Die Lebenskunst der Leichtigkeit



## Frau - IN BEZIEHUNG

- 24 September 2017 – September 2018 (Teil 2)**  
Pater Kentenich – einer, der zur Liebe befähigt (ist)
- 27 Interview** – Was Leichtigkeit und Freude in unsere Beziehung bringt
- 30 Lasst Blumen sprechen** – Das Gänseblümchen
- 31 (Nicht nur) Für Fortgeschrittene** – Was Zorn und Unkrautjäten miteinander zu tun haben



## Frau - IM GESPRÄCH MIT DER ZEIT

- 14 Entschleunigen** – durch stressfreie Momente bei mir selbst
- 16 Entrümpeln** – durch gezieltes Abwerfen von Ballast
- 18 Entgiften** – durch Achten auf meine Gedanken und mein Gedächtnis
- 20 Entdecken** – durch Konzentration auf meine „Haben-Seite“
- 22 Entsorgen** – durch ein Plus an Gott-Vertrauen



## Frau - UND WAS SIE INTERESSIERT

- 33 Ihre Seite** – Was Leserinnen schreiben
- 33 Kinder, Kinder** – „Klar doch ...“
- 34 Wertvoll schenken**  
BEGEGNUNG – Inspiration fürs Leben
- 35 Veranstaltungstipps** – Für SIE

## Wer wir sind



**Die Schönstattbewegung Frauen und Mütter** ist Teil der internationalen Schönstattbewegung, einer katholischen Bewegung, die am 18. Oktober 1914 von Pater Josef Kentenich gegründet wurde. Grundanliegen dieser Bewegung ist es, die Lebenskraft des christlichen Glaubens und neue Wege christlicher

Lebensgestaltung für Menschen heute zu erschließen. Die Zeitschrift BEGEGNUNG gibt Frauen in Ehe und Familie, Beruf und Gesellschaft Anregungen zur Persönlichkeitsentwicklung und zur Gestaltung ihrer Lebensfelder.

Weitere Infos und Veranstaltungstipps unter: [www.sbfum.de](http://www.sbfum.de)

ERFAHRUNGEN TEILEN

# Die Kunst zu leben

– hier und jetzt

„Besser gut leben als einfach existieren. Vom Tohuwabohu des Lebens zur Klarheit der Lebenskunst.“ So wirbt ein junger Mann, der seinen Beruf mit „Lebenskünstler“ angibt, für seinen Blog und das Teilen seiner Erkenntnisse. – Ja, wer will schon „einfach existieren“? Wer sehnte sich nicht danach, das Geheimnis oder zumindest einige bewährte Tipps für

ein geglückte(re)s Leben kennenzulernen? Gibt man bei „Wikipedia“ den Suchbegriff „Lebenskünstler“ ein, erscheint die kurze, aber inhaltsdichte Aussage: „Ein Lebenskünstler ist allgemein eine Person, die es versteht, aus allen Situationen im Leben das Beste zu machen.“ Einige Frauen berichten, wie sie das im Hier und Jetzt ihres Alltags umzusetzen suchen.



## Mehr Leichtigkeit durch stressfreie Momente bei mir selbst

**„Ich bin absolut am Limit. Meine Akkus sind leer“, sagt eine Frau in einem persönlichen Gespräch – und kann die Tränen nicht mehr zurückhalten. In den letzten Wochen stand sehr viel bei ihr an, ständig musste sie ihre letzten Kraftreserven mobilisieren. Nein sie hat keinen Siebzig-Stunden-Job im oberen Management, sie ist Mutter**

**von drei Kindern. Dazu arbeitet sie für ihren Mann, der sich vor einigen Jahren selbstständig gemacht hat. Oft abends, manchmal, wenn die Kinder nebenher spielen. Sie ist in der Pfarrei engagiert. Sie ist begabt und initiativ. Sie ist eine der Frauen, von denen viele denken: Wow, wie die vor Energie sprüht und was die alles schafft!**

### Leben in der „Erschöpfungs-gesellschaft“

Junge Mütter – und nicht nur sie – scheinen Frauen zu sein, die viel und oft am liebsten alles wollen: alles *haben* und vor allem alles *geben*. Hundert Prozent im Blick auf die Kinder. Hundert Prozent als Partnerin, als Freundin, als Tochter ... Hundert Prozent im Beruf ...

Ein Lebensmobile, das hübsch aussieht – bis der erste stärkere Luftzug

kommt: eine Krankheit, eine berufliche Enttäuschung; manchmal reicht auch nur ein Ehekrach. Und schon gerät das filigrane Gebilde aus dem Gleichgewicht und das Leben fühlt sich eher an wie im Schleudergang. Klar: Frau hält solche Turbulenzen häufiger aus. Nicht jede stressige Phase hat gleich dramatische Folgen. Aber wenn auf sehr intensive Wochen nicht auch mal wieder entspanntere Zeiten folgen, zehrt das

auf Dauer an der Substanz und bleibt das nicht ohne destruktive Wirkung.

„Wir müssen uns ständig neuen Erwartungen anpassen, kämpfen permanent mit Zeitnot, leiden unter Informationsüberflutung“, schreibt Claus Peter Simon, Chef-Redakteur des Magazins GEO-Wissen unter dem Titel „Erschöpfungs-Gesellschaft“. „Der Mensch in der beschleunigten Gesellschaft von



## Mehr Leichtigkeit durch Achten auf meine Gedanken und mein Gedächtnis

**„Seltsam“, schreibt eine Frau, „das Schlechte brennt sich in unseren Seelen ein und oft halten wir selber den Brand am Lodern. Setzen Sie sich mal nachmittags in ein Cafe. Die Unterhaltungen an den Nachbartischen klingen wie eine Galerie des Schreckens. Meist geht es um Krebs, Krankenhäuser, Rheuma und Rücken. Warum konservieren wir das Schlechte so ausführlich?“ (Luitgardis Parodie)**

### Das innere Stimmen-Theater

Wie ist das bei mir? Bin ich *auch* – und wenn ja – wo bin ich zu stark auf Negatives konzentriert, so dass ich das Positive nicht mehr genügend wahrnehme? Wo bin ich – vielleicht ohne es selbst recht zu merken – in einem inneren Stimmen-Theater, in nach unten ziehenden Drehwurm-Gedanken gefangen und damit im Begriff, meine Leichtigkeit zu verlieren?

„Die Kraft der Gedanken ist unsichtbar wie der Same, aus dem ein riesiger

Baum erwächst“, schreibt der russische Schriftsteller Leo Tolstoi, „sie ist aber der Ursprung für die sichtbaren Veränderungen im Leben des Menschen.“

In der Kraft meiner Gedanken liegt beides, je nach dem, was ich zulasse, fördere, kultiviere: ein gewisses „*Gift-Potential*“, das mir und den Menschen in meiner Umgebung das Leben vergällen, oder „*Lift-Potential*“, das mich – und andere durch mich – aus den Niederungen der Schwere emporziehen kann.

Beinhalten meine Gedanken tendenziell eher „*Gift-Potential*“ oder „*Lift-Potential*“?

### Die größte Gabe des Schöpfers

Der Moralthologe Dr. Bernhard Häring stellt die Bedeutung unserer Gedanken und unseres Gedächtnisses einmal sehr anschaulich so dar: „Dein Gedächtnis ist die größte Gabe deines Schöpfers. Es kommt darauf an, was du aus deinem Gedächtnis machst: eine Rumpelkammer voller ungeordneter



## Mehr Leichtigkeit durch ein Plus an Gott-Vertrauen

„Wovon ich mir immer zu viel mache“, schreibt eine Frau, „sind Reis, Nudeln und Gedanken.“ Gerade Letzteres, das Sich-Gedanken- oder -Sorgen-Machen, beginnt bei vielen schon früh morgens, um spät am Abend zu enden – oder auch nicht. Ent-sorgen statt zersorgen. Gehaltensein in wirklicher Sicherheit, statt

Abdriften in Unsicherheit. Darum geht es in diesem Impuls, darum geht es in diesem Bild. Wir sehen ein Mädchen, das sich an einem von oben kommenden Seil festhält. Unter das Bild hat jemand die Worte geschrieben: „Gott hält mich fest. Aber mich beutelt's hin und her.“

### Gebeutel - und gehalten

Trifft das nicht auch unser Lebensgefühl? Da geht es in unserem Alltag oft recht turbulent zu. Da treibt es uns immer wieder von rechts nach links und wieder zurück, obwohl wir lieber ruhig in der Mitte ausschwingen würden. Da stellen uns Entwicklungen in unseren

Beziehungen, in unserem beruflichen Umfeld, in unseren gesundheitlichen oder finanziellen Situationen vor Herausforderungen, die uns, oft stärker als uns lieb ist, in Bewegung bringen ...

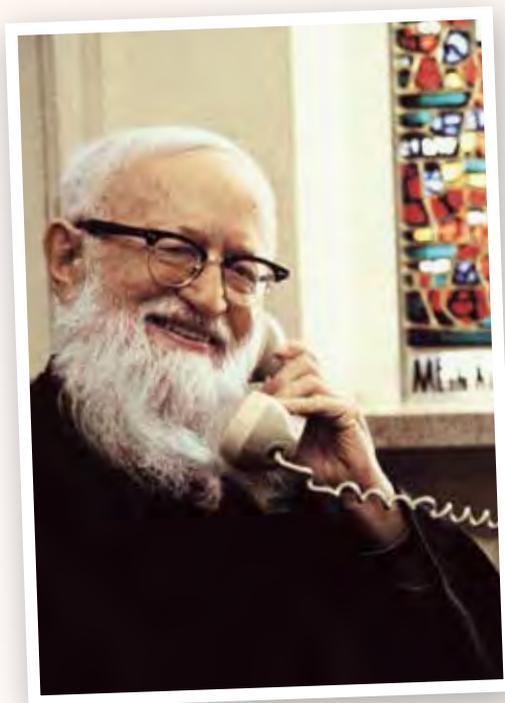
Pater Kentenich verweist häufig auf das Bild des Pendels. Das Pendel „wird hin-

und hergeworfen, soweit es nur eben geht. Solange es jedoch oben gehalten wird, kann ihm nichts passieren. – Auch wir werden von oben gehalten. Oben in Gott liegt unser einziger Halt.“ (J. Kentenich)

„Hin- und hergeworfen, soweit es nur eben geht“ – so erleben wir uns nicht

## September 2017 – September 2018 Artikelreihe zum „Kentenich-Jahr“

Am 15. September 2018 jährt sich der Todestag Pater Kentenichs, des Gründers der internationalen Schönstattbewegung, zum 50. Mal. Aus diesem Anlass begeht die Bewegung – beginnend mit dem 15. September 2017 – ein Kentenich-Jahr. Wir danken Sr. Dr. M. Doria Schlickmann für den zweiten Teil ihrer Artikelreihe:



## Pater Kentenich – einer, der zur Liebe befähigt (ist)

### Bedingungslos lieben

Am 20. Oktober 2015 erhielt der islamische Schriftsteller Navid Kermani den Friedenspreis des Deutschen Buchhandels für sein Buch: „Ungläubiges Staunen über das Christentum“. Sein Staunen richtete sich vor allem auf ein besonderes Merkmal der Christen: *ihre bedingungslose Liebe*. N. Kermani, überzeugter Muslim, entdeckt ein Lieben, das keine

Gegenleistung erwartet oder Bedingungen stellt: Wenn du so oder so bist, denkst, reagierst, wenn du das oder jenes tust, wenn du mir genehm bist und mir guttust, dann liebe ich dich, sonst nicht.

Am Vorbild ihres Meisters scheinen Christen zu lernen, was Lieben heißt. ER, der (aus) Gott ist, brachte Zeugnis darüber, wie sehr „Gott die Liebe

ist“ und was Liebe eigentlich in sich schließt. Damit brachte Jesus Christus für uns Menschen die Chance, in dieser Welt schon das Leben zu haben, und zwar in einer Fülle zu haben (vgl. Joh 10,10), wie wir es uns zuvor kaum vorstellen konnten.

Ob es diese Lebensfülle war, die eine junge Akademikerin nach einer ersten

## INTERVIEW

# Was Leichtigkeit und Freude in unsere Beziehung bringt

**Ehe ist kein Selbstläufer. Das wissen wir eigentlich alle, nur leben wir oft nicht danach. Da sind die Kinder, der Beruf, die alternden Eltern, das Ehrenamt, die vielen zu bearbeitenden E-Mails ... Ach ja, und**

**verheiratet sind wir ja auch noch. Aber wir sind ja zwei Erwachsene, wir werden ja auch mal zurücktreten können bei all dem anderen, das nach uns greift und unsere volle Aufmerksamkeit braucht.**

## Ein Schatz, der unsere volle Aufmerksamkeit braucht

Was uns als kostbarer Schatz im Acker und Perle mitgegeben, nein geschenkt wurde für unser Leben, bedarf auch unserer vollen Aufmerksamkeit, Wertschätzung, Zeit und Liebe. Wenn es zwischen uns beiden stimmt, „laufen“ auch alle anderen Bereiche – bzw. die,

die nicht „laufen“, werfen uns nicht um. Verlieren wir uns beide langsam aus den Augen und aus dem Herzen, belastet dies auch unsere anderen Beziehungen und Arbeiten und macht unser Leben stumpf und schwierig.

Was ist der Kunstgriff, um die Freude und Lust aneinander und aufeinander

wachzuhalten? Was zeigt dem Partner: „Du bist mir wichtig! Du bist mir wertvoll!“ auf einfache und im vollgestopften Alltag gut zu bewältigende Weise?

Wir haben einige Ehepaare in verschiedenen Lebensphasen und Ehejahren befragt, was Leichtigkeit und Freude in ihre Beziehung bringt.

(Nicht nur)  
Für Fortgeschrittene



Was **Zorn** und  
Unkrautjäten  
miteinander zu tun haben

Hilda und Else, seit Jahrzehnten Nachbarinnen, sitzen nach getaner Arbeit in der Abendsonne. „Da haben wir mal wieder kräftig Zeug ausgejätet“, meint Hilda zufrieden. „Ja“, bestätigt Else – und nach einer kleinen Pause: „Wenn’s nur so einfach wäre, auch in der eigenen Seele zu jäten.“ „Wie meinst du das?“, fragt Hilda leicht irritiert nach. „Immer, wenn ich so am Boden knie und die kleinen Pflänzchen vom Unkraut

befreie, damit sie wieder Luft bekommen und wachsen können, denke ich daran, was sich in unserem doch schon langen Leben alles um uns herum angelagert hat, das uns auch oft zu ersticken droht: Zorn, Enttäuschungen, je nach dem das Gefühl, zu kurz gekommen zu sein, leidvolle Erfahrungen, die einen bitter machen wollen ... Von Zeit zu Zeit da drüber zu jäten, das wäre doch nicht schlecht.“

### Neue Phase, neue Chance

„Ja“, meint Hilda, „man könnte sich den ganzen Tag ärgern, aber man ist nicht dazu verpflichtet! Bzw. auf unsere Lebensphase zugespißt: Man könnte sich den ganzen Tag ärgern, aber man ist *jetzt noch viel weniger* dazu verpflichtet. Doch viele regen sich scheinbar wirklich liebend gern auf, sogar über Dinge, die sie selbst gar nicht betreffen.“ „Ja, sich aufregen“, erwidert Else, „ist geradezu zum Volkssport unserer Generation

geworden. Eine nette Endsechzigerin hat mir das neulich mal so erklärt: Indem man sich aufregt, verleiht man sich den Hauch der Wichtigkeit. Diejenigen, die schimpfen, scheinen die Kompetenten zu sein, die, die wissen, wo’s lang geht in unserer unübersichtlich gewordenen Welt ...“ „Dabei“, fällt Hilda ein, „merken sie gar nicht, wie unangenehm und schwer auszuhalten sie dadurch im Lauf der Zeit werden. Dieser pessimistische Geruch, der vor ihnen her weht, macht

unsere Tage nur dunkler und schwerer zu ertragen.“

Das Alter bietet nochmals eine ganz neue Chance, um persönliche Hindernisse, Charaktereigenschaften, Persönlichkeitsanteile zu verändern oder zu verwandeln. Wer selbst Führungsaufgaben und Verantwortung für andere Menschen wahrzunehmen hatte, beispielsweise im Betrieb, in der Gruppe, in der Familie ..., half oft mit, Probleme bei anderen zu lösen, zusammen mit ihnen



# Wertvoll schenken

Suchen Sie ...

... noch ein **Weihnachtsgeschenk** für eine Freundin, für eine Bekannte, für jemand, dem Sie danken oder eine Freude machen wollen? Schenken Sie doch **lichtvolle Momente!**

Wir senden rechtzeitig vor Weihnachten eine Ausgabe **BEGEGNUNG** an die von Ihnen angegebene Adresse. Diesem Heft legen wir – als Geschenk verpackt – bei:

- eine weihnachtlich gestaltete Grußkarte mit der Nachricht, dass Sie der jeweiligen Person ein (Jahres-)Abo **BEGEGNUNG** schenken,
- eine besinnliche Weihnachtsgeschichte,
- ein inspiratives Lese-Zeichen.



für ein Plus an Lebensfreude zur Entfaltung der Stärken als Frau um Glaube im Alltag zu leben

Lebenszeugnisse, Erfahrungsberichte, Inspiration zu den Bereichen:

- Frau – mitten im Leben
- Frau – im Gespräch mit der Zeit
- Frau – in Beziehung
- Frau – und was sie interessiert



Vier Ausgaben pro Jahr, 36 Seiten  
Abo: 14,00 €, inklusive Versandkosten\*  
Einzelheft: 3,00 €, zzgl. Versandkosten  
Abbestellungen nur zum Jahresende, bis 1. Dezember \* (für Ausland zzgl. Versandkosten)

### **BEGEGNUNG bestellen**

- Fon: 0261/6506-2202 oder -1119
- Mail: [info@zeitschrift-begegnung.de](mailto:info@zeitschrift-begegnung.de)
- Bestellcoupon ausschneiden und senden an:  
BEGEGNUNG, Berg Schönstatt 8,  
56179 Vallendar

### BESTELLCOUPON

#### Ich bestelle **BEGEGNUNG** als Abo für mich

Name
Straße
PLZ, Ort
Ab Nr. 1/_____ 2/_____ 3/_____ 4/_____

#### Ich bestelle **BEGEGNUNG** als **Weihnachts-Geschenkabo** für

Name
Straße
PLZ, Ort
<input type="checkbox"/> Ausgaben 1-4/2018 <input type="checkbox"/> unbefristet ab Nr. 1/2018

#### Meine Adresse als Auftraggeber:

Name
Straße
PLZ, Ort
Telefon



# 2017 | Veranstaltungstipps – für SIE

**Infos/Kontakt:** Schönstattbewegung Frauen und Mütter, Berg Schönstatt 8, 56179 Vallendar  
Fon: 0261/6506-2202 oder -1119 / [www.sbfum.de](http://www.sbfum.de) / [termine@sbfum.de](mailto:termine@sbfum.de)

## IN SCHÖNSTATT, MARIENLAND

### Oasentage für Frauen Aufatmen – Kraft schöpfen – neue Wege entdecken

TERMINE	DIÖZESEN
17.11. – 19.11.	Limburg, Mainz, Trier
01.12. – 03.12.	Limburg, Mainz, Trier
08.12. – 10.12.	Freiburg
15.12. – 17.12.	Rottenburg-Stuttgart

### Vorschau Oasentage 2018

TERMINE	DIÖZESEN
16.02. – 18.02.	Rottenburg-Stuttgart
23.02. – 25.02.	Fulda
23.02. – 25.02.	Speyer
09.03. – 11.03.	Essen, Köln, Limburg, Mainz, Paderborn, Trier (mit Kindern)
20.04. – 22.04.	Münster, Osnabrück (Osnabrücker Land)
30.04. – 04.05.	Augsburg, Hildes- heim, München
14.05. – 18.05.	Paderborn
01.06. – 03.06.	Rottenburg-Stuttgart
04.06. – 08.06.	Bamberg, Würzburg
08.06. – 10.06.	Bamberg, Würzburg (für Frauen in der Lebensmitte)
08.06. – 10.06.	Freiburg
15.06. – 17.06.	Münster (mit Kindern)
06.07. – 08.07.	Münster, Osnabrück (Emsland)

Die Termine sind primär für Frauen aus den genannten Diözesen reserviert. Je nach Teilnehmerinnenzahl können sich jedoch gerne auch Frauen aus anderen Diözesen anschließen.

### Mütter beten für ihre Familie Atempause bei Gott

08.11. / 06.12.  
jeweils von 9 – 10.00 Uhr plus

### Nach Trennung/Scheidung Hilfen für Frauen, deren Ehe auseinander ging Frühstückstreffen

11.11. • 9 – 11.30 Uhr  
Termine: [nach-trennung-scheidung.de](http://nach-trennung-scheidung.de)

### Feierabend Entspannung – Snack – Impuls – Gespräch – Kreative Verarbeitung

24.11. • 19 – 22 Uhr

## IN DIÖZESEN, VOR ORT

### Mutter-/Elternsegen Leben braucht Segen

Termine & Info: [mutter-elternsegen.de](http://mutter-elternsegen.de)

### Tag der Frau 2017 geHALTen

Die Lebenskunst der Leichtigkeit

04. November	Oberkirch
05. November	Oberkirch
11. November	Dietershausen
25. November	Aschaffenburg

### Weitere Termine und Infos:

[www.sbfum.de](http://www.sbfum.de) > Veranstaltungen

### Weitere Veranstaltungstipps am Ort Schönstatt + in Diözesen

[www.sbfum.de](http://www.sbfum.de) / [www.schoenstatt.de](http://www.schoenstatt.de)

Für alle, die Interesse an einem **ADVENTSBEGLEITER** haben: **Licht ins Dunkel: Gott ist nah.** Die Texte können telefonisch (0261/6506-2202), per E-Mail ([info@sbfum.de](mailto:info@sbfum.de)) oder über Internet bestellt werden: [shop.sbfum.de](http://shop.sbfum.de).



Für alle, die Interesse an einem Textvorschlag zur Gestaltung einer **ADVENTLICHEN GEBETSZEIT** haben: **Licht ins Dunkel: Gott ist nah.** Die Texte können ebenfalls telefonisch (0261/6506-2202), per E-Mail ([info@sbfum.de](mailto:info@sbfum.de)) oder über Internet ([shop.sbfum.de](http://shop.sbfum.de)) als Broschüre angefordert oder im Internet heruntergeladen werden: [www.sbfum.de](http://www.sbfum.de).

### Ihre Sicht ist uns wichtig

- Gibt es in dieser Ausgabe eine Anregung, die Sie besonders angesprochen hat?
- Haben Sie dazu eine Erfahrung gemacht, die Sie an andere Frauen weitergeben wollen?
- Was wünschen Sie sich für weitere BEGEGNUNGs-Hefte?

Als BEGEGNUNGs-Team freuen wir uns über jede Rückmeldung.

Mail: [info@zeitschrift-begegnung.de](mailto:info@zeitschrift-begegnung.de)