



BegegnungsTeam 2019



Claudia Brehm



Andrea Evers



Annette Heizmann



Sr. M. Caja Bernhard



Sigrid Kaspers



Miriam München



Wilma Lerchen



Natascha Neumann



P. Michael Czysch

Worte aus der Bibel

Du, Herr, hast mich durch dein Wirken froh gemacht, über die Werke deiner Hände will ich jubeln.

*Psalm 92,5**

Jesus entgegnete: Mein Vater wirkt bis jetzt und auch ich wirke.

Johannes 5,17

Ihr werdet die Kraft des Heiligen Geistes empfangen, der auf Euch herabkommen wird; und Ihr werdet meine Zeugen sein in Jerusalem und in ganz Judäa und Samarien und bis an die Grenzen der Erde.

Apostelgeschichte 1,8

Es gibt verschiedene Kräfte, die wirken, aber nur den einen Gott: Er bewirkt alles in allen.

*1 Korinther 12,16**

Ich bete, dass unser gemeinsamer Glaube in dir wirkt und du all das Gute in uns erkennst, das auf Christus gerichtet ist.

*Philemon 6**





DU wirkst

Mit Gottes Geist geht mehr

Liebe Leserinnen,

ein junger Mann betritt im Traum einen Laden. Hinter der Theke steht ein Engel. Hastig fragt er ihn: „Was verkaufen Sie, mein Herr?“ Der Engel antwortet freundlich: „Alles, was Sie wollen.“ Der junge Mann beginnt aufzuzählen: „Dann hätte ich gern das Ende aller Kriege in der Welt, bessere Bedingungen für die Randgruppen der Gesellschaft, Beseitigung der Elendsviertel in Lateinamerika, Arbeit für die Arbeitslosen, mehr Gemeinschaft und Liebe in der Kirche ...“ Da fällt ihm der Engel ins Wort: „Entschuldigen Sie, junger Mann, Sie haben mich falsch verstanden. Wir verkaufen keine Früchte, wir verkaufen nur den Samen.“

Was hätte ich im Blick auf unsere Welt, im Blick auf meine Lebenswelt gern bei diesem Engel bestellt? Wo erblicke ich eine Veränderung zum Besseren, zum Guten?

Gott ist nicht einfach der Alle-Wünsche-Erfüller; er ruft uns zur Mitwirkung. ER ist es, der das Eigentliche tun muss und tut, doch er will es nicht tun ohne uns. Seine Liebe würdigt uns, mit ihm zusammenzuarbeiten. Die Freiheit, die er uns geschenkt und die Begabungen und Stärken, mit denen er uns ausgestattet hat, sind sozusagen der Same, der uns in die Hand gelegt ist, die Grundlage, aus der Großes wachsen kann. In uns und durch uns, da, wo wir stehen.

Dabei wird unser Wirken umso effektiver, je mehr es sich mit der Wirkkraft des Heiligen Geistes verbindet.

Denn wo ER eingreift, geht mehr. Wo er zum Zug kommt, können aus Samen Früchte wachsen. Paulus zählt diese Früchte in seinem Brief an die Galater auf: „Liebe, Freude, Friede, Langmut, Freundlichkeit, Güte, Treue, Sanftmut und Selbstbeherrschung“ (Gal 5,22).

Wo diese „Früchte“ reifen, kann sich vieles verändern – „alles, was Sie wollen“, sofern es den Plänen Gottes entspricht. Da kann Liebe wachsen, wo vorher Egoismus herrschte. Da kann Freude Raum gewinnen, wo vorher Traurigkeit war. Da kann Friede werden, wo Feindschaft zu zerstören drohte. Langmut, wo Ungeduld trieb. Freundlichkeit, wo Menschen gleichgültig waren. Güte, wo man kleinlich aufzurechnen suchte. Treue, wo Beliebigkeit verunsicherte. Sanftmut, wo Schroffheit dominierte. Selbstbeherrschung, wo es gilt, zu geben statt zu fordern ...

Jemand sagte einmal: Zwölf Stunden mit dem Heiligen Geist sind mehr als zwölf Tage ohne ihn. Als Wunsch unseres BEGEGNUNGSTEAMS an Sie adressiert: Mögen die zwölf Monate dieses Jahres für Sie zwölf Monate mit IHM sein. Denn wir sind sicher: Dann geht – was immer Sie sich für dieses Jahr ersehnen – MEHR.

*Wo Gottes Geist
zum Zug kommt,
können aus Samen
Früchte wachsen.*

H. R. G. B. B. B.



Frau - MITTEN IM LEBEN

- 5 Erfahrungen teilen**
ER wirkt – und wir wirken mit
- 10 Beten im Alltag** – Komm, Heiliger Geist
- 12 DU wirkt**
Mit Gottes Geist geht mehr
- 14 In SEINER Kraft**
Salz sein, Licht sein – wirken



Frau - IN BEZIEHUNG

- 22 Das gehen wir an**
Konflikte als Wachstumschance entdecken
- 26 Interview**
Leben als Ehefrau, Mutter und Künstlerin
- 29 Hilfe in tiefer Hilflosigkeit** – Von der Wirkkraft mütterlichen Betens und Vertrauens
- 31 Leben für Fortgeschrittene**
Mein Alter als Türöffner



Frau - IM GESPRÄCH MIT DER ZEIT

- 16 Alle dürfen das, nur ich nicht!**
Hürden in der Medienerziehung fantasievoll überspringen
- 20 Bitter-Lemon, Stille und Humor**
Strategien wider den Ärger-Stress



Frau - UND WAS SIE INTERESSIERT

- 33 Ihre Seite** – Was Leserinnen schreiben
- 33 Kinder, Kinder** – Jetzt weißt du's
- 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.s-fm.de

ERFAHRUNGEN
TEILEN

ER wirkt —
und wir wirken mit

„Hauptsache, es wirkt gut!“ So sagen wir manchmal – und nicht selten augenzwinkernd dann, wenn wir uns einer Sache gar nicht so sicher sind. Dabei wissen wir aus Erfahrung, dass etwas, das länger nachwirken soll, mehr braucht als einen schnellen Ersteindruck. Nur, was aus der Tiefe kommt, kann tiefe Spuren hinterlassen. Dabei ist es auch nicht die Ausdrucksstärke unserer Worte allein, die überzeugend wirkt. Es ist die innere Glaubwürdigkeit, die ausstrahlt. Das Demandieren-gut-sein-Wollen, das öffnet. Die Freiheit im Denken und Entscheiden, die ich meinem Gegenüber bewusst lasse. Das alles wirkt.

Und es wirkt mit besonderer Qualität da, wo ich den Heiligen Geist um seine Mitwirkung bitte. Wo ER mit seiner Kraft meine Gedanken, Worte, Handlungen und Gesten von innen her prägt, da darf ich vertrauen, dass mein Leben in dieser Welt, in meiner Umgebung etwas zum Guten hin verändert. Nicht primär ich muss wirken, GOTT wirkt – in mir und durch mich: da, wo ich spontan Dank und Anerkennung erfahren darf, und genauso dort, wo mir keine Reaktion oder sogar Ablehnung entgegenkommt und spürbare Nachwirkungen auf sich warten lassen. Lassen Sie sich erzählen, wie Frauen Gottes Nähe wirkungsvoll erleben.

Wo DU wirkst, geht mehr:

Mehr als die Umstände hergeben.
Mehr als man für möglich hielte.
Mehr als bisher.

Wo DU wirkst, geht es weiter:

Weiter als aus eigener Kraft.
Weiter als bis zum nächst vordergründigen Ziel.
Weiter als ich ahne.

Wo DU wirkst, bricht Neues auf:

Neues in meinem Innern.
Neues in meinen Beziehungen.
Neues da, wo vieles erlahmt und erstarrt schien.

Wo DU wirkst, wächst Freude:

Freude an Dingen, die vorher selbstverständlich schienen.
Freude an Menschen, die wie ich den Weg des Guten suchen.
Freude am Entstehen für gemeinsame Werte.

Wo DU wirkst, entsteht Leichtigkeit:

Leichtigkeit im Umgang mit den täglichen Schwierigkeiten.
Leichtigkeit im Zugehen auf andere.
Leichtigkeit im Dranbleiben auch da, wo es mühsam wird.

Komm und wirke DU.

Komm und schenke DU. Komm und führe DU.
Komm und löse DU. Komm und verwandle DU.
Komm und siege DU.

SR. M. CAJA BERNHARD



DU wirkst

Mit Gottes Geist geht mehr

„Flutlicht erleuchtet ein ganzes Stadion. Ein Zug transportiert viele Menschen. Eine Mikrowelle wärmt das Essen in wenigen Minuten. Drei Wirkungen – eine Ursache: Strom. Er kann riesige Mengen Energie freisetzen. Wir können ihn nicht sehen und doch beeinflusst er unseren Alltag ...“¹

Wort ergreifen

Ein Treffen unter Kollegen. Einer beginnt, über den nicht anwesenden Chef herzuziehen, ziemlich heftig. Einige stimmen zögernd mit ein, andere schweigen betreten. Nach einer Weile ergreift eine Frau das Wort. Sie dementiert nicht. Sie wirft nichts vor. Sie beginnt einfach von einer Situation zu erzählen, wo ihr Chef sich nobel benommen und großzügig gehandelt hat. Anschließend: Stille. Nachdenklichkeit. Die Atmosphäre verändert sich.

Wege finden

Mit der Zeit lässt es sich nicht mehr übersehen, allen Beschönigungsversuchen zum Trotz: Ihr Sohn ist internet-süchtig – und ihre Schwiegertochter steht hilflos daneben.

Sie weiß, dass Reden zwecklos ist, jeder Klärungsversuch von ihrer Seite würde es nur noch schlimmer machen. Sie überlegt, ringt im Gebet um einen Lösungsansatz. Nach einigen Tagen fällt ihr etwas ein. Sie überprüft ihr eigenes Verhalten: In welchen Bereichen

entwickle ich so etwas wie Suchtten-denzen? Sie braucht nicht lange nachzu-denken. Bei ihr ist es das Essverhalten. Immer wieder: zu viel, zu süß, zu unge-sund. Sie beginnt, an sich zu arbeiten: Jeden Tag einen spürbaren Verzicht auf diesem Gebiet. Sie verbindet diesen Ein-satz mit ihrem Gebet: „Gottesmutter, nimm meine kleinen Verzichte an. Bitte den Herrn, dieses „Wasser“ in „Wein“ zu verwandeln: in Segen und Hilfe für mei-nen Sohn. Damit er die Kraft bekommt, weniger am Computer abzuhängen und



In SEINER Kraft Salz & Licht sein - wirken

Ein Seifenfabrikant sagt zu einem Christen: „Das Christentum hat nichts erreicht. Obwohl es schon mehr als 2000 Jahre gepredigt wird, ist die Welt nicht besser geworden. Es gibt immer noch Böses und böse Menschen!“ Der Christ zeigt schlagfertig auf ein ungewöhnlich schmutziges Kind, das am Straßenrand spielt, und bemerkt: „Seife hat nichts erreicht. Es gibt immer noch Schmutz und schmutzige Menschen in der Welt!“ „Seife“, entgegnet der Fabrikant, „nützt natürlich nur, wenn sie angewendet wird.“ Darauf der Christ: „Christsein ebenso.“

Wenn „DU wirkst“ als Christ, dann verändert sich dein Lebensumfeld. „DU wirkst“ durch die Gabe, die der Heilige Geist dir geschenkt hat. Paulus sagt: „Jedem wird die Offenbarung des Geistes geschenkt, damit sie anderen nützt; einem jeden teilt er seine besondere Gabe zu, wie er will ...“ (1 Kor 12,7.11) Welche Gabe, Begabung ist mir geschenkt, damit ich sie einsetze und die Welt um mich zum Guten, zum Besseren verändere?

In der Apostelgeschichte heißt es: „Als der Pfingsttag gekommen war, erschienen ihnen Zungen wie von Feuer; auf jeden (der Jünger) ließ sich eine nieder“ (vgl. Apg 2,1.3). Als Christ heute und überhaupt bin ich vom Heiligen Geist beseelt und begabt. Wofür brenne ich? Welchen Auftrag beinhaltet die Feuerzunge über meinem Haupt, diese einzigartige, nur ein einziges Mal von Gott vergebene Berufung und Begabung? Pater Kentenich sagt treffend:

„Niemand neben mir, niemand vor mir, niemand nach mir hat die Aufgabe, die ich habe!“ Und diese Aufgabe, diese meine originelle Wirkweise gilt es zu entdecken und wirksam werden zu lassen in meiner Lebensrealität, dort, wo Gott mich hingestellt hat und genau mich braucht.

Ihr seid das Salz der Erde

Wenn Seife in der Verpackung bleibt und nicht an die Frau oder an den

„Alle dürfen das, *nur ich nicht!*“

Hürden in der Medienerziehung
fantasievoll überspringen

Welcher Mutter läuft es nicht eiskalt oder siedend heiß den Rücken herunter, wenn Tochter oder Sohn mal wieder mit „Atomwaffe Nr. 1“ auffahren und schmolend verkünden: „Die anderen dürfen das aber alle, nur ich mal wieder nicht!“ Ein zeitloser Satz, egal, ob unsere Kinder 15 oder 5 sind. „Lass dich davon nur nicht beeindrucken!“, denken wir – und können trotzdem nicht verhindern, dass wir zu überlegen beginnen: „Muss ich jetzt wirklich unnachgiebig sein? Oder bin ich vielleicht auf dem falschen Dampfer und die anderen haben recht?“





Bitterlemon,

Stille und Humor

Strategien
wider den
Ärger-Stress

Immer wieder verbringe ich viel zu viel Zeit mit innerlichem Schimpfen über andere Personen. Oft merke ich es gar nicht, und in der Regel sind die Gedanken auch nicht so klar, wie ich sie jetzt hier aufschreibe; meist sind es eher Gefühle, die sich ausbreiten. Es gibt Situationen, in denen ich mit Menschen zusammentreffe, mit denen ich mich schwertue. Wenn ich konkrete Gedanken daraus ableiten wollte, würde sich das ungefähr so anhören: „Na super, jetzt reagiert diese Person schon wieder genau so ... Immer macht sie das! Ich kann das nicht ausstehen! Sie muss doch merken, dass mich das nervt – und nicht nur mich. Das scheint ihr aber völlig egal zu sein. Wann endlich wird sie sich in diesem Punkt ändern!? Das ist ja nicht auszuhalten ...“

Hilfe, die schon wieder!

Man ist wohl einfach zu verschieden, und das Anderssein ist in diesem Fall nicht willkommene Abwechslung oder Ergänzung, sondern führt zu ständiger Verärgerung. Habe ich das mehrmals

erlebt, spüre ich – wenn eine Begegnung bevorsteht – schon im Voraus, wie ich mich innerlich wappne. Ich stelle mir vor, wie sie auf dieses und jenes wohl reagieren wird und bin schon in höchster Anspannung, bevor sie überhaupt irgendetwas

sagt oder tut. Es braucht meist eine Weile, ehe mir diese inneren Vorgänge richtig bewusst werden. Manchmal geht es schneller und ich erkenne, dass mich das seelisch total lähmt. Ich bin dann verkrampft und reagiere auch selbst

Leben für Fortgeschrittene

Mein Alter als Türöffner

Jede Lebensphase hat ihre besonderen Herausforderungen und Chancen. Jede Lebensphase ist wie der Schritt über eine Schwelle – ähnlich wie beim Betreten eines Zimmers, das wir noch nicht kennen. Wir wissen, was hinter uns liegt, aber noch nicht, was vor uns liegt. Jedes Überschreiten einer Lebensphasen-Schwelle bedeutet Neues, Veränderung. Und jede Veränderung lässt uns zunächst zurückschrecken, macht uns Angst. Viel lieber würden wir oft beim Alten bleiben, beim Gewohnten, wo alles erobert und klar war. Deshalb halten wir uns manchmal viel zu lange auf der Schwelle auf und brauchen den sanften Stoß von jemandem, der hinter uns steht – oder den „Kraft-Gnadenstoß“ vom lieben Gott, der sagt: „Verlass das

alte Ufer! Wenn du nicht ins Wasser springst – oder zumindest reinwatest –, kann ich dich nicht an das neue Ufer führen, das dir guttun würde und jetzt für dich dran ist.“

Jeder Übergang in eine neue Lebensphase ist vergleichbar mit dem Entwöhnen unserer Kinder: weg von der Mutterbrust, hin zu mehr Selbständigkeit. Das war nicht selten ein harter Prozess, aber unsere Kinder wären nicht größer und reifer geworden, wenn wir sie nicht entwicklungsgemäß abgestellt hätten, um sie in eine neue Etappe zu entlassen.

Der Übergang in eine neue Lebensphase vollzieht sich in der Regel in zwei Schritten:

Die Schwellenphase

Man sitzt im übertragenen Sinne auf der Türschwelle, ist nicht mehr drinnen, im Vertrauten, und noch nicht draußen, im Neuen. Man könnte auch sagen: Man sitzt „zwischen den Stühlen“.

In dieser Phase der Verunsicherung bahnt sich ganz langsam die Phase der Verwandlung an.

Die Phase der Verwandlung

Es ist eine Phase, die viel Geduld braucht sowie die Bereitschaft, Schmerzen und Verunsicherung auszuhalten, weil Neues wachsen will. Das Durchleben dieser Phase ist wichtig für den weiteren Weg. Sie ist sozusagen der Türöffner für den weiteren Weg. Man darf weder der Versuchung erliegen,

wieder ins „alte Nest“ zurückflüchten zu wollen, noch der, sich möglichst schnell mit etwas Neuem zu arrangieren. Dieser Übergang, der viel Zeit und Geduld braucht, wird – so erzählt Erna S., 76 Jahre alt – durch die Begegnung mit der Gottesmutter im Haus-Heiligtum liebevoll unterstützt. Hier erfährt sie immer wieder, ähnlich wie



Wertvoll schenken

Suchen Sie ...

... ein besonderes Geschenk für eine Freundin, eine Bekannte, eine Kollegin – oder für sich selbst? Schenken Sie (sich) **BEGEGNUNG** – und damit wertvolle Tipps und Impulse

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



Begegnung

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

BEGEGNUNG bestellen

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

HINWEIS:

Frauen, denen Sie ein (Jahres-)Abo schenken, senden wir – sobald Ihre Bestellung bei uns eingegangen ist – eine ansprechende Grußkarte zu. Auf dieser Karte teilen wir der betreffenden Frau mit, dass und auf wessen Initiative hin sie die Zeitschrift ab der gewünschten Nummer zugeschickt bekommen wird.

* (für Ausland zzgl. Versandkosten)

BESTELLCOUPON

Ich bestelle BEGEGNUNG als Abo für mich

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

Ich bestelle BEGEGNUNG als Geschenkabo

☐ unbefristet ☐ befristet auf ein Jahr für

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

Meine Adresse als Auftraggeber:

Name
Straße
PLZ, Ort
Telefon



2019 | Veranstaltungstipps – für SIE

Infos/Kontakt: Schönstattbewegung Frauen und Mütter, Berg Schönstatt 8, 56179 Vallendar
Fon: 0261/6506-2202 oder -1119 / www.s-fm.de / termine@s-fm.de

IN SCHÖNSTATT, MARIENLAND

Auftanktage für Mütter mit Kindern Inspiration – Entspannung – Neubeginn

30.08. – 01.09.
20.09. – 22.09.

Oasentage für Frauen Aufatmen – Kraft schöpfen – neue Wege entdecken

TERMINE	DIÖZESEN
08.02. – 10.02.	Freiburg
22.02. – 24.02.	Fulda
15.03. – 17.03.	Rottenburg-Stuttgart
29.03. – 31.03.	Münster, Osnabrück
08.04. – 12.04.	Essen, Köln, Paderborn
06.05. – 10.05.	Augsburg, Hildesheim, München
10.05. – 12.05.	Aachen, Münster (um Heek)
24.05. – 26.05.	Bamberg, Würzburg (für Frauen in der Lebensmitte)
14.06. – 16.06.	Bamberg, Würzburg
21.06. – 23.06.	Freiburg
28.06. – 30.06.	Münster (Niederrhein)

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

Feierabend
**Entspannung – Snack – Impuls –
Gespräch – Kreative Verarbeitung**
25.01. / 22.03. / 24.05. / 27.09. / 29.11.
jeweils 19.00 – 22.00 Uhr

Exerzitien Schweige-Exerzitien

02.10. – 06.10.
**Exerzitien für Frauen
mit Mitgliedsweihe**
30.05. – 02.06. / 04.07. – 07.07.

**Nach Trennung/Scheidung
Hilfen für Frauen, deren Ehe
auseinandergering**
Frühstückstreffen
30.03. / 28.09. • 09.00 – 11.30 Uhr
Zeit zum Auftanken
28.04. / 15.12. • 10.00 – 17.00 Uhr
Oasentage

15.02. – 17.02. • 22.11. – 24.11.
Weitere Termine und Infos unter
www.nach-trennung-scheidung.de

**Persönlichkeitswerkstatt
Für Frauen, die am eigenen Persön-
lichkeitsprofil arbeiten möchten**
16.03. / 22.06. / 12.10.
jeweils 10.00 – 16.00 Uhr

**Mütter beten für ihre Familie
Atempause bei Gott**
09.01. / 06.02. / 06.03. / 03.04.
08.05. / 05.06. / 14.08. / 04.09.
02.10. / 06.11. / 04.12.
jeweils von 9.00 – 10.00 Uhr plus

IN DIÖZESEN, VOR ORT

**Mutter-/Elternsegen
Leben braucht Segen**
Termine und Info:
www.mutter-elternsegen.de

Tag der Frau 2019

BeziehungsStark – Fünf Schlüssel
zu gelingendem Miteinander

30. März Wiesbaden
06. April Herxheim
13. April Puffendorf
11. Mai Kösching
11. Mai Würzburg
25. Mai Friedrichroda
25. Mai Schönstatt, Marienland
01. Juni Nittenau
08. Juni Heiligenstadt
15. Juni Berlin
15. Juni Euskirchen, Maria Rast
29. Juni Bad Salzdetfurth
29. Juni Paderborn-Benhausen

Weitere Termine unter: www.s-fm.de/veranstaltungen/tag-der-frau

**Weitere Veranstaltungstipps
am Ort Schönstatt + in Diözesen**
www.s-fm.de / www.schoenstatt.de



**FrauenKongress in Schönstatt
DU wirkst – Von innen her
mehr bewegen** 16. Mai 2020

Ihre Sicht ist uns wichtig

Als BEGEGNUNGs-Team freuen wir uns über jede Rückmeldung.
Mail: info@zeitschrift-begegnung.de