

Gottesdienstgestaltung
Kinder Jugend
Familie Spiritualität
Liturgiebörse

Frauenfrühstück
zum Thema Frühling
am 12.04.2016 in Bludenz

„Zeit für mich“

Frauenliturgie mit abschließendem gemeinsamem Frühstück

Frauenfrühstück zum Thema Frühling

Dienstag, 12. April 2016, 9:00 Uhr

im Pfarrsaal Herz Mariae, Sonnenbergstraße Bludenz

Wandlung ist notwendig

wie die Erneuerung

der Blätter im Frühling

Vincent Willem van Gogh

Begrüßung

Ich darf euch herzlich uns unserer Andacht und Besinnung zum Frühlingsbeginn zu dieser österlichen Zeit begrüßen.

Wenn aus den graubraunen, scheinbar leblosen und abgestorbenen Ästen und Zweigen Blütenknospen hervorbrechen und das zarte Grün der ersten Blätter sichtbar wird, ist das immer wieder so beeindruckend, als wenn wir es zum ersten Mal sehen und erleben würden. Aber was fasziniert uns so sehr am Erwachen der Natur im Frühjahr? Dieser Frage wollen wir heute nachgehen.

Mediation

Wir haben einige Blütenblätter für Sie vorbereitet. Doch bevor wir ich verrate, was es damit auf sich hat, setzen wir uns entspannt und aufrecht hin und schenken uns selbst Aufmerksamkeit. Wir schließen die Augen und spüren das Fließen und Strömen der eigenen Atmung. Der Atem geht ruhig und gleichmäßig. Mit jedem Atemzug können wir ein Stück tiefer ein- und ausatmen und uns mehr und mehr entspannen.

Ich lasse jetzt eine Musik laufen. Beim Hören nehmen wir wahr, welche Assoziationen, inneren Bilder und Gefühle die Musik in uns auslöst. Jede überlegt nun für sich: Was verbinde ich mit dem Frühling? Gedanken und Erinnerungen dürfen einfach in uns aufsteigen. Wer will kann die Augen schließen.

Musik

Wir öffnen jetzt unsere Augen und haben die Möglichkeit, unsere Gedanken auf das Blütenblatt zu schreiben.

Wer möchte, kann nun das geschriebene vorlesen, und anschließend an unsere runde Blütenmitte anlegen.

Lied: „Ich lobe meinen Gott von ganzen Herzen“ - GL 400

Lesung

Als Christen haben wir einen besonderen Grund zur Freude:

Wir sind Gottes geliebte Kinder und dürfen uns freuen an der Fülle des Lebens und den reichen Gaben der Schöpfung.

Gott wirkt in dieser Schöpfung und in allem offenbart sich sein lebendiger Geist.

Hören wir eine Lesung aus dem Brief des Apostels Paulus an die Philipper: 4, 4-9 aus der Bibel in gerechter Sprache:

Die ihr in der Gemeinschaft Christi seid, freut euch allezeit, und wiederum sage ich: Freut euch! Eure Güte lasst allen Menschen bekannt werden. Nah ist der, dem ihr euer Leben anvertraut habt. Lasst euch nicht von Sorgen bestimmen, bringt vielmehr in jeder Lage eure Anliegen in Gebet und Bitte vor Gott, immer begleitet von Danksagung.

Und Gottes Friede, der höher ist als alle Vernunft, bewahre eure Herzen und eure Gedanken in der Gemeinschaft mit Jesus Christus. Im Übrigen, liebe Schwestern und Brüder, seid bedacht auf das, was wahrhaftig ist, was integer ist, was gerecht, was rein, was liebenswert, was lobenswert ist, sei es eine gute Charaktereigenschaft, sei es eine verdienstvolle Tat! Was ihr gelernt, angenommen, gehört und an mir gesehen habt, das tut. Dann wird Gott, die Quelle des Friedens, mit euch sein.
Wort des lebendigen Lebens

Impulsgeschichte

Zum Nachdenken habe ich eine kleine Geschichte:

Ein kleiner Junge wollte Gott treffen. Er packte einige Limoflaschen und Schokoriegel in seinen Rucksack und machte sich auf den Weg. In einem Park sah er eine alte Frau, die auf einer Bank saß und den Tauben zuschaute. Der Junge setzte sich zu ihr und öffnete seinen Rucksack. Als er eine Limo herausholen wollte, sah er den hungrigen Blick der Frau. Er nahm einen Schokoriegel heraus und gab ihn der Frau. Dankbar lächelte sie ihn an – ein wundervolles Lächeln! Um dieses Lächeln noch einmal zu sehen, bot ihr der Junge auch eine Limo an. Sie nahm sie und lächelte wieder, noch strahlender als zuvor. So saßen die beiden den ganzen Nachmittag im Park, aßen und tranken, ohne auch nur ein Wort zu sprechen.

Als es dunkel wurde, wollte der Junge nach Hause gehen. Nach einigen Schritten hielt er inne, ging zurück und umarmte die Frau. Die schenkte ihm dafür ihr allerschönstes Lächeln. Zu Hause fragte ihn seine Mutter: „Was hast du denn heute Nettes gemacht, dass du so fröhlich aussiehst?“ Der Junge antwortete: „Ich habe mit Gott Mittag gegessen – und sie hat ein wundervolles Lächeln!“ Auch die alte Frau war nach Hause gegangen, wo ihr Sohn sie fragte, warum sie so guter Laune sei. Sie antwortete: „Ich habe mit Gott Mittag gegessen – und er ist viel jünger, als ich dachte!“

Stille

Lied: „Magnificat, magnificat“ - GL 390

Fürbitten

Herr Jesus Christus, du bist bei uns auf allen Wegen unseres Lebens, Wir bitten dich:
Sende uns Menschen, die Hoffnung, Freude und Zuversicht ausstrahlen

Kehrvers: „Du sei bei uns“ - GL 182

Oder: „Christus höre uns – Christus erhöre uns“ – mehrere Varianten im GL

Alles hat seine Zeit, auch die Trauer und der Schmerz. Steh uns bei, wenn unser Herz schwer ist und verwandle unsere Traurigkeit in Freude.

Kehrvers: „Du sei bei uns“ - GL 182

Du bist da, wenn Menschen ihr Leben miteinander teilen: das Brot und den Wein, die Freude und den Schmerz. Lass uns dir nahe sein und deine Gegenwart immer wieder spüren.

Kehrvers: „Du sei bei uns“ - GL 182

Großer Gott, mache uns bereit und öffne unsere Sinne, dich und deine Liebe zu erkennen. Für diese Liebe und das Leben, das du uns geschenkt hast, danken wir dir – jetzt und alle Zeit und in Ewigkeit Amen.

Vater unser

Zu Beginn haben wir uns gefragt, warum uns das Erwachen der Natur im Frühjahr immer wieder fasziniert und begeistert. In diesem Aufblühen spiegelt sich unsere eigene Sehnsucht und Hoffnung darauf wider, dass auch in uns selbst das Erstarrende und scheinbar Abgestorbenen zu neuem Leben erweckt werden möge.

Wenn es Frühling wird, wünschen wir uns, dass etwas Neues in uns aufblüht, dass wir neue Lebenskraft entfalten. Es ist kein Zufall, dass Christen im Frühjahr das Osterfest, das Fest der Auferstehung, feiern.

Bevor wir zum Abschluss kommen, lade ich euch ein, herauszukommen und einen Kreis um das Taufbecken zu bilden.

Die Taufe als Grundlage unseres Umgangs miteinander

Woher kann eine solche Liebe kommen? Müsste sie allein aus unserem Bemühen entstehen und getragen werden, wären wir mit unserer Kraft schnell am Ende. Unseren Anstrengungen geht etwas Entscheidendes voraus: Die Berufung jedes Menschen zur Nachfolge Jesu Christi und seine Zusage, bei uns zu sein bis ans Ende der Zeit.

Diese Zusage wird in der Taufe zur erlebten Wirklichkeit. Gott spricht sein unwiderrufliches „JA“ und macht uns zu Töchtern und Söhnen. Unser Umgang miteinander, unsere Suche nach geschwisterlichem Leben, nach respektvoller und dienstbereiter Unterstützung füreinander, nach gelingender Kommunikation hat in der Taufe ihre Basis.

Dieses Grunddatum aller Christen stellt uns in jene Geschwisterlichkeit, die nicht durch unsere Herkunft vorgegeben wurde, sondern im Willen des Vaters aller Menschen begründet ist.

Sein Auftrag ist immer zugleich Zusage: Ich helfe euch, ich gehe mit, mein Geist stärkt euch. Er ist derjenige, der die Gemeinschaft der Christen wachsen lässt, und wir wirken mit – als Getaufte, die begabt sind zur Haltung der Demut, der Geduld und des Ertragens der Liebe.

Lied: „Nun saget Dank und lobt den Herrn“ - GL 385,1

Gebet

Himmlischer Vater,
im Wirken deines Sohnes Jesus Christus bist du uns ganz nahe gekommen. Du hast uns in der Taufe das Sakrament der vollen Zugehörigkeit geschenkt. Jede von uns hast du berufen in deiner Nähe zu leben. Jede von uns hast du begabt, dir zu dienen. Wir danken dir für deine Verheißungen, die uns Kraft geben.
Wir danken dir für die Liebe, die wir von dir empfangen.
Wir danken dir für die Hoffnung, die du in uns lebendig erhältst.

Wir danken dir, dass wir durch die Taufe zu dir gehören.

Ich lade euch nun ein, ein Ritual zur Taufferinnerung durchzuführen.

Eine benetzt den rechten Daumen mit etwas Wasser, zeichnet der nächsten ein Kreuz in die Innenfläche der rechten Hand und sagt dazu:

„Du bist getauft. Ich achte dich als meine Schwester“.

Dann geschieht das gleiche umgekehrt.

Lied: „Lasst uns loben freudig loben“ - GL 489

Der Gott und Vater unseres Herrn Jesus Christus, der uns tröstet in jeder Not, segne uns und lenke unsere Tage in seinem Frieden.

Amen

Im Korb liegen noch Tütchen mit Blumensamen, als kleines Zeichen für Wachstum, Verwandlung und neues Leben. Mögen wir das Frühjahr bewusst und intensiv wahrnehmen und uns nicht nur an dem äußeren Aufblühen, sondern auch an unserem inneren Aufblühen erfreuen.

Dieses Frauenfrühstück wurde gestaltet und zur Verfügung gestellt von:

Ansprechperson: Eva Corn, Bludenz

Team „Zeit für mich, Frauen in der Pfarre“

Anhang: Segen für Karte

Deine Hände sollen immer Arbeit finden und in deiner Tasche mögest du immer einen Groschen haben.

Das Sonnenlicht soll auf dein Fenstersims scheinen und dein Herz voller Gewissheit sein, dass nach jedem Unwetter ein Regenbogen leuchtet.

Der Tag sei dir günstig und die Nacht sei dir gnädig. Die gute Hand eines Freundes soll dich immer halten und möge Gott dir das Herz erfüllen mit Frohsinn und Freude.

Irischer Segenswunsch