

Abschluss-Gebet

Maria – echt und lauter, stark und würdig, frei und mutig, froh und gütig – ja, das bist du.

Das ist es, was dein Wesen ausmacht, was dein Sein und Leben, dein Handeln, dein Lieben und auch dein Leiden bestimmt. Das lässt dich ausstrahlen. Das kannst du sein, weil du dich geliebt weißt, weil du dich wertvoll erlebst, angenommen und erwählt von Gott, der dich geschaffen. Von Gott, der dich berufen hat, diese einzigartige Persönlichkeit zu sein und diese einzigartige Berufung zu leben als Mutter Gottes, als Gefährtin und Helferin des Erlösers, als Mutter und Gefährtin aller Menschen.

Maria, im Liebesbündnis mit dir lehrst du mich glauben, dass auch ich eine einzigartige Persönlichkeit bin: von Gott erwählt, geliebt und mit einer einzigartigen Berufung ins Leben geschickt. Dieser Erwählung und Berufung darf ich trauen. Auf diese Einmaligkeit meiner Persönlichkeit darf ich setzen in dem, wie ich mich gebe, wie ich lebe und wirke.

Wenn ich es immer mehr verstehe, aus dem Kern meiner Persönlichkeit zu leben, dann werde ich wie du: echt und lauter, stark und würdig, frei und mutig, froh und gütig.

Ja, das bin ich! Wie es in der heiligen Schrift heißt: „Ein echter Israelit, an dem kein Falsch ist.“ Eine echte Frau, eine echte Schönstätterin, eine echte Christin, an der kein Falsch ist.

Ja, da steht nicht nur „Jutta“ (meinen Namen einsetzen) drauf, da ist auch „Jutta“ drin. So verbünde ich mich mit dir neu: O meine Königin

- * Papierkreis in Teelicht-Größe ausschneiden und mit persönlichem Vorsatz beschriften
- * Loch in die Mitte des Papierkreises bohren
- * Wachs aus Teelichthülle nehmen und Docht herausziehen
- * Papierkreis unter Wachs legen, Docht wieder einstecken und in Teelichthülle zurückstecken
- * Wenn Wachs des entzündeten Teelichtes flüssig ist, leuchtet die Botschaft auf dem Grund des Teelichtes.



Thema

„Wo Jutta drauf-steht, ist auch Jutta drin.“

Aus der Mitte meiner Persönlichkeit leben

Hinweise

Die Themenformulierung hat nichts mit der Werbung für eine T-Shirt-Marke mit dem gleichbenannten Aufdruck zu tun, sondern ist O-Ton von Jutta Schwarz-Hoffmann, Diözese Trier, im Rahmen einer humorvollen Abendgestaltung im Oktober 2020 (Jahres-Konferenz Schönstattbewegung Frauen und Mütter).

Hinter der Themenformulierung steht die Erfahrung, dass Respekt, Ehrfurcht und Vertrauen denjenigen entgegengebracht werden, die aus ihrer personalen Tiefe handeln und leben, die nicht „ein Spiel der Wellen (sind), hin- und hergetrieben von jedem Widerstreit der Meinungen ...“ (Eph 4, 14). Man möchte wissen, mit wem man es zu tun hat, „hinter die Fassade schauen“.

Solche Menschen möchten wir werden. Das Thema soll uns neu motivieren, aus der Mitte unserer Persönlichkeit zu leben.

Material

- Konfektschachtel oder andere verpackte Schachtel, in der etwas anderes enthalten ist, als die Verpackung anzeigt/erwarten lässt
- Zitate von Element 3 für alle kopieren
- Stifte; Zettel
- Zum Herstellen eines Mundschutzes: einfarbige Servietten (möglichst hell), einfache Gummis, Filzstifte oder Eddingstifte für jede, Tacker (evt. könnte die Serviette schon als Mundschutz vorbereitet sein und das Gummi festgetackert, so dass die Serviette nur beschrieben werden muss)
- Anregungen/Material für die „Gruppe in der Tüte“

Download der gleichnamigen PDF-Datei

unter folgender Link-Adresse:

www.s-fm.de/materialien/arbeitshilfe

1 Gottes Liebe auf die Spur kommen *Schritte siehe Umschlag*

2 Beobachten

Einstieg

Konfekt-Schachtel präsentieren und herumreichen, damit sich jede etwas nehmen kann. Der Clou: In der Schachtel ist etwas anderes drin, als das, was auf der Schachtel steht oder was die Verpackung erwarten lässt (ganz anderes Konfekt oder beschriebene Zettel oder mehr Verpackungsmaterial als Inhalt etc.).

Reaktionen der TN kommen lassen

Leiterin kann – an den Reaktionen anknüpfend – hinweisen/erläutern/weiterführen:

Das ist quasi eine Mogelpackung:

- Etwas anderes ist drin, als drauf-steht oder es hat weniger Qualität, als angepriesen.
- In einer Verpackung ist ein hoher Prozentsatz Luft, der über die wirkliche Menge des Produktes hinwegtäuscht. In manchen Fällen wird der Preis eines Produktes erhöht, jedoch die Füllmenge verringert und mit Verpackungsmaterial oder Luft aufgefüllt.

Hinführung zum Thema

In der Übertragung auf uns Menschen stellen sich die Fragen:

Was bin ich – Mogelpackung oder Original?

Verwirkliche ich als Person das, was ich zutiefst bin und sein soll?

Stimmt das, was mich äußerlich ausmacht, wie ich auf andere wirke, mit dem überein, wer ich bin und woraus ich lebe?

Es gibt Redewendungen / Sprüche, die veranschaulichen, wenn eine Person wie eine „Mogelpackung“ empfunden wird:

Mehr Schein als Sein. / Alles nur (heiße) Luft. / Außen hui und innen pfui. / Nicht alles ist Gold, was glänzt. / Hinter die Fassade schauen. / Die Maske fallen lassen.

fen mir, dass ich mich selber immer besser kennenlerne, mein Kleinssein annehme und auf Gottes Barmherzigkeit vertraue. Ich kann Veränderungen zulassen und dadurch meine Persönlichkeit weiter entwickeln. Und das immer – in einer sich ständig verändernden Welt – aus dem Kern meiner Persönlichkeit heraus.

Freiheit gewinnen

Wenn ich auf mein Inneres höre, wenn ich vertraue auf das, was Gott in mich hineingelegt hat, auf die Fähigkeiten, die er mir geschenkt hat, dann komme ich mit mir selber besser klar. Das hat Auswirkungen auf mein Beziehungsleben, auf mein Berufsleben usw. Wenn ich in mir ruhe, dann lasse ich mich nicht so leicht von außen bestimmen, dann gestalte ich mein Leben nach meinen inneren Werten und Grundsätzen. Dann Sorge ich auch gut für mich selber und bin auch stressresistenter. Dann weiß ich eher, was ich will. Wenn ich meine Meinung auch in schwierigen Situationen zu vertreten lerne, dann schenkt mir das innere Freiheit und ich gewinne an Selbstvertrauen.

Vorbild sein

Ehrlichkeit und Standhaftigkeit weckt oft im Gegenüber echte Wertschätzung und Vertrauen. Durch mein ehrliches Verhalten merken andere, dass ich mir selber wichtig bin, und dass ich auch sie respektiere. Es ermutigt andere, ehrlich und sich selber treu zu sein.

Mein persönlicher Gewinn / meine Licht-Botschaft

Ich überlege, welche Eigenschaft mich persönlich am besten beschreibt und notiere sie. Oder ich male ein Symbol, das am besten zum Ausdruck bringt, was mich ausmacht.

Anregung: Ich schreibe / male das Angeregte auf die Rückseite der Verpackung der kleinen Süßigkeit (z. B. Werthers Original) und lege es für einige Zeit ins Hausheiligtum

Ich überlege mir einen konkreten Vorsatz, mit dem ich meinen Persönlichkeitskern in der nächsten Zeit zum Leuchten bringe.

*Anregung: Ich gestalte mit meinem Vorsatz eine Lichtbotschaft **

Authentizität – Ich selbst sein – ist heute mehr denn je gefragt. Authentischen Menschen wird Respekt, Ehrfurcht und Vertrauen entgegengebracht.

Sie sind glaubwürdig, ehrlich, zuverlässig. Ein authentischer Mensch wirkt echt, unverfälscht und strahlt Selbstbewusstsein aus. Er steht zu sich selbst, weiß über seine Stärken und Schwächen Bescheid und setzt sie ein.

Worte wie Lichter (als Textstreifen in einem Umschlag)

Jesus sah Natanaël auf sich zukommen und sagte über ihn: Sieh, ein echter Israelit, an dem kein Falsch ist. (*Joh 1,47*)

Wir sollen nicht mehr unmündige Kinder sein, ein Spiel der Wellen, geschaukelt und getrieben von jedem Widerstreit der Lehrmeinungen, im Würfelspiel der Menschen, in Verschlagenheit, die in die Irre führt. Wir aber wollen, von der Liebe geleitet, die Wahrheit bezeugen und in allem auf ihn (Christus) hinwachsen. (*Eph 4,14-15*)

Wir wollen unsere Individualität, das von Natur uns eigentümliche Gepräge unseres Seins und Handelns, nicht aufgeben. Wir dürfen uns nicht alle über einen Leisten schlagen lassen, wir dürfen nicht lediglich Abklatsch eines Vorbildes, wir dürfen nicht Kopie sein, sondern jeder von uns muss Original sein. (*J. Kentenich, 1912*)

Mein Persönliches Ideal muss mich immer leiten. Alles, was ich tue, kommt dann aus dem Kern der Persönlichkeit heraus. Dieser innere Kern ist mein Persönliches Ideal. Es ist nicht nötig, dass man mit mir einverstanden ist. Man kann vieles tun, nur muss man sich treu bleiben, und darin müssen wir uns üben. (*J. Kentenich, keine Quellenangabe*)

Wirk-Impulse

Aus dem Kern meiner Persönlichkeit leben

Alles, was ich bin, rede, tue wächst aus dem Kern meiner Persönlichkeit. Das schließt Versagen und Rückschläge nicht aus. Sie hel-

Sprüche an Einzelne oder mehrere verteilen – überlegen / zusammentragen, was ausgesagt ist, im Plenum einbringen, evt. Sprüche dazulegen

Mögliches Fazit durch die Leiterin

Wir machen die Erfahrung, dass wir im Alltag immer wieder in unterschiedliche Rollen verfallen. Wir geben uns anders, als wir sind oder verstellen uns, um die Erwartungen anderer zu erfüllen, einen guten Eindruck zu machen, nicht aufzufallen oder einen scheinbaren Gewinn zu haben usw. So verhalten wir uns zum Beispiel im Berufsleben anders als im Privatleben oder zeigen uns auf Social Media von unserer besten Seite.

Wir leben vielfach von der Bestätigung durch andere, von der „öffentlichen Meinung“. Wir verinnerlichen das, was bei anderen „ankommt“, um dazuzugehören, oder wir folgen unseren Triebimpulsen, augenblicklichen Stimmungen, Emotionen. Das Kriterium unseres Handelns, unserer Entscheidungen, verschiebt sich zunehmend nach außen oder bleibt an der Oberfläche.

Es gibt aber auch einen Anspruch von außen, der auf unsere „Authentizität“ abzielt, das heißt darauf, dass mein Innen und Außen übereinstimmen.

Das Wort Authentizität kommt aus dem Griechischen und wird aus den Wörtern „autos“ - selbst – und „ontos“ - seiend – hergeleitet. Man könnte es also mit „selbstseiend“ bzw. „man selbst sein“ übersetzen. Mit Authentizität verbinden wir Eigenschaften wie: Glaubwürdigkeit, Ehrlichkeit und Zuverlässigkeit. Ein authentischer Mensch wirkt echt, unverfälscht und strahlt Selbstbewusstsein aus. Er steht zu sich selbst, weiß über seine Stärken und Schwächen Bescheid und setzt sie ein.

Deshalb:

„Wo Jutta (eigenen Namen einsetzen) draufsteht, ist auch Jutta drin.“

3 Ins Gespräch kommen mit ...

... der Heiligen Schrift und Pater Kentenich

Jesus sah Natanaël auf sich zukommen und sagte über ihn: Sieh, ein echter Israelit, an dem kein Falsch ist. (*Joh 1,47*)

Wir sollen nicht mehr unmündige Kinder sein, ein Spiel der Wellen, geschaukelt und getrieben von jedem Widerstreit der Lehrmeinungen, im Würfelspiel der Menschen, in Verschlagenheit, die in die Irre führt. Wir aber wollen, von der Liebe geleitet, die Wahrheit bezeugen und in allem auf ihn (Christus) hin wachsen. (*Eph 4,14-15*)

Wir wollen unsere Individualität, das von Natur uns eigentümliche Gepräge unseres Seins und Handelns, nicht aufgeben. Wir dürfen uns nicht alle über einen Leisten schlagen lassen, wir dürfen nicht lediglich Abklatsch eines Vorbildes, wir dürfen nicht Kopie sein, sondern jeder von uns muss Original sein. (*J. Kentenich, 1912*)

Mein Persönliches Ideal muss mich immer leiten. Alles, was ich tue, kommt dann aus dem Kern der Persönlichkeit heraus. Dieser innere Kern ist mein Persönliches Ideal. Es ist nicht nötig, dass man mit mir einverstanden ist. Man kann vieles tun, nur muss man sich treu bleiben, und darin müssen wir uns üben. (*J. Kentenich, keine Quellenangabe*)

Schritte zur Bearbeitung der Texte

- Text abschnittsweise reihum laut vorlesen.
- Stille, in der jede den Text persönlich nachlesen kann.
Die Worte oder Sätze, die spontan ansprechen, unterstreichen.
- Unterstrichene Textstellen vorlesen.
Einander mitteilen: Was ist mir an diesem Satz/Wort wichtig?
- Austausch

4 Leben teilen

Zum Auswählen

Möglichkeit A: kreative gemeinsame Arbeit

Möglichkeit B, C und D: Impulse zum Nachdenken und Austauschen

Anregungen für die „Gruppe in der Tüte“

Inhaltsangabe (was in die Tüte gepackt werden kann)

- 1 Kleines Geschenk-Kästchen; Inhalt: Bonbon (z. B. „Werthers Original“) ist zusätzlich in anderes Bonbonpapier eingepackt
- 2 Impulse zum Thema
- 3 Brief-Umschlag mit „Worte wie Lichter“ als Textstreifen
- 4 Wirk-Impulse
- 5 Teelicht (geeignet sind nur solche, die sich aus der Metallhülse herausnehmen lassen) für persönliche Licht-Botschaft
- 6 Abschlussgebet

Impulse zum Thema

„Wo Jutta draufsteht, ist auch Jutta drin.“

Aus der Mitte meiner Persönlichkeit leben

Auf Inhalt des Geschenk-Kästchens bezogen: Jede von uns hat sicher schon ihre Erfahrung mit „Mogelpackungen“ gemacht. Da habe ich etwas gekauft, was nicht hält, was es verspricht. Oder in dem Eingepackten ist mehr Verpackung oder Luft drin, als die eigentliche Ware. Als Menschen können wir auch wie eine Mogelpackung wirken, wenn auf uns zutrifft, was folgende Sprüche aussagen:

- Mehr Schein als Sein.
- Alles nur (heiße) Luft.
- Außen hui und innen pfui.
- Nicht alles ist Gold, was glänzt.
- Hinter die Fassade schauen.
- Die Maske fallen lassen.

Was verbinde ich mit diesen Sprüchen? – Ich kann mir Notizen dahinter machen.

Zum Nachdenken:

Verwirkliche ich als Person das, was ich zutiefst bin und sein soll? Stimmt das, was mich äußerlich ausmacht, wie ich auf andere wirke, mit dem überein, wer ich bin und woraus ich lebe?

Das kannst du sein, weil du dich geliebt weißt, weil du dich wertvoll erlebst, angenommen und erwählt von Gott, der dich geschaffen. Von Gott, der dich berufen hat, diese einzigartige Persönlichkeit zu sein und diese einzigartige Berufung zu leben als Mutter Gottes, als Gefährtin und Helferin des Erlösers, als Mutter und Gefährtin aller Menschen.

Maria, im Liebesbündnis mit dir lehrst du mich glauben, dass auch ich eine einzigartige Persönlichkeit bin: von Gott erwählt, geliebt und mit einer einzigartigen Berufung ins Leben geschickt. Dieser Erwählung und Berufung darf ich trauen. Auf diese Einmaligkeit meiner Persönlichkeit darf ich setzen in dem, wie ich mich gebe, wie ich lebe und wirke.

Wenn ich es immer mehr verstehe, aus dem Kern meiner Persönlichkeit zu leben, dann werde ich wie du: echt und lauter, stark und würdig, frei und mutig, froh und gütig.

Ja, das bin ich! Wie es in der heiligen Schrift heißt: „Ein echter Israelit, an dem kein Falsch ist.“ Eine echte Frau, eine echte Schönstättlerin, eine echte Christin, an der kein Falsch ist. Ja, da steht nicht nur „Jutta“ (meinen Namen einsetzen) drauf, da ist auch „Jutta“ drin.

Stille / evtl. meditative Musik

Jede nimmt ihren Mundschutz / ihren Zettel mit dem persönlichen Logo oder Eigenschaftswort zur Hand und die Notizen zum persönlichen Vorsatz. Still bringt sie es im Gebet vor Gott und die Gottesmutter.

Maria, im Liebesbündnis lehrst du mich glauben und daraus leben, dass Gott mich als einzigartige Persönlichkeit erschaffen hat. So verbünde ich mich mit dir neu:

O meine Königin....

Es segne uns Gott, unser Vater, der uns als Original erschaffen und erwählt hat.

Es segne uns Jesus Christus, der in uns wohnt und auf den wir hinwachsen dürfen.

Es segne uns der Heilige Geist, der uns in Liebe leitet, der uns die Wahrheit über uns selbst erkennen und durch unser Leben bezeugen lässt. Im Namen des Vaters ...

A Jede von uns ist Original

Es gibt heute Mundschutz mit Firmenlogos, Vereinsmotiven, Symbolen von Einrichtungen, Verbänden usw. Manche haben einen Mundschutz mit Schönstattlogo. Sie können etwas über den Träger der Maske aussagen: Wo gehört er/sie hin, was ist das für ein Mensch, welche Werte vertritt er/sie?

Wir haben jetzt Gelegenheit unseren individuellen Mundschutz zu gestalten.

Wir können darauf unser persönliches Logo malen oder ein Eigenschaftswort schreiben, das etwas aussagt über die eigene Persönlichkeit: Was beschreibt mich am besten?

Material und Zeit zur Verfügung stellen

Anschließend stellt sich jede mit ihrem Mundschutz vor.

Alternativ: Für jede einen unbeschriebenen Zettel austeilten, innen den Namen schreiben, 2 x falten, außen ein persönliches Logo malen oder individuelles Eigenschaftswort schreiben. Die Leiterin sammelt die Zettel ein, zieht einen Zettel, zeigt Logo oder liest Wort vor. Es wird geraten, um wen es sich handelt.

B Alles was ich tue, kommt aus dem Kern meiner Persönlichkeit.

Wenn das, was ich im Innersten bin – mein PI – immer mehr das wirkliche Leben formt, auch nach außen erfahrbar wird, dann bin ich authentisch. Alles, was ich bin, rede, tue usw. wächst aus dem Kern meiner Persönlichkeit. Das schließt Versagen und Rückschläge nicht aus. Sie helfen mir, dass ich mich selber immer besser kenne, mein Kleinsein annehme und auf Gottes Barmherzigkeit vertraue. Authentizität schließt auch Veränderung nicht aus. Unsere Persönlichkeit befindet sich stetig im Wandel. Unsere Vorstellungen verändern sich über die Jahre und so auch unser Verhalten. Ich bin authentisch, wenn ich Veränderung zulasse und dadurch meine Persönlichkeit weiter entwickle. Und das immer - in einer sich ständig verändernden Welt - aus dem Kern meiner Persönlichkeit heraus.

Evt. Beispiele zusammentragen zu folgenden Fragen:

Was sind meine Grundsätze, warum ich das und das tue oder eben

nicht, warum ich das mitmache und anderes nicht usw.?
 Wo hat sich etwas bei mir verändert von meiner Einstellung, meinem Verhalten. Stimmt das trotzdem mit meinen Grundsätzen überein?

C Freiheit gewinnen: Wir sollen nicht mehr unmündige Kinder sein, ein Spiel der Wellen ...

Wenn ich auf mein Inneres höre, wenn ich vertraue auf das, was Gott in mich hineingelegt hat, auf die Fähigkeiten, die er mir geschenkt hat, dann komme ich mit mir selber besser klar. Das hat Auswirkungen auf mein Beziehungsleben, auf mein Berufsleben usw. Erfahrungsgemäß sind authentische Menschen beliebter, zielstrebig und durch ihre innere Ruhe stressresistenter. Wenn ich in mir Ruhe, dann lasse ich mich nicht so leicht von außen bestimmen, dann gestalte ich mein Leben nach meinen inneren Werten und Grundsätzen. Dann Sorge ich auch gut für mich selber. Dann weiß ich eher, was ich will.

Wenn ich zu dem stehe, was mich ausmacht und was meine Wertmaßstäbe sind – das schließt auch das Stehen zu meinen Schwächen ein – dann werde ich stärker von meinen Mitmenschen respektiert. Wenn ich meine Meinung auch in schwierigen Situationen zu vertreten lerne, dann schenkt mir das innere Freiheit und ich gewinne an Selbstvertrauen. Ehrlichkeit und Standhaftigkeit weckt oft im Gegenüber echte Wertschätzung und Vertrauen.

Authentische Menschen sind oft Vorbilder für andere Menschen. Durch mein ehrliches Verhalten merken andere, dass ich mir selber wichtig bin, und dass ich auch sie respektiere. Es ermutigt andere, ehrlich und sich selber treu zu sein.

*Positive Beispiele von Menschen zusammentragen, die das beschriebene ausstrahlen. Was wirkt an ihnen anziehend?
 Z. B.: Sie sind verlässlich, man weiß, wo man dran ist, auch wenn man die andere Meinung, den anderen Lebensstil nicht teilt ...*

D Man kann vieles tun, nur muss man sich treu bleiben

Poetry Slam einer 19-Jährigen:
 (...) „Wem bin ich treu
 Wenn nicht mir selbst

Ist mir egal
 Was du davon hältst
 Ich will das Leben voll Genießen
 Will vor Lust und Energie
 Lebensfreude Sprießen
 Ich will Funken sprühen
 Weil ich das tu, was ich liebe
 Vor Freude mich bemühen
 Nicht nur meine Triebe
 Sondern meinen Standpunkt zu leben
 Echt sein
 Ich sein
 Wunderbar und rein
 Mit ganzem Herzen
 Auch wenn das heißt
 Manchmal mit Schmerzen
 Ein Königskind zu sein“ (aus Arbeitsmaterial SchönstattMJF 2018)

Austausch und evtl. eigene Worte, Wortpaare, Aussagen, die mir wichtig sind, dazulegen

5 Was nehmen wir mit, was geben wir weiter

*Jede nimmt nochmal ihren Mundschutz oder den Zettel mit ihrem persönlichen Logo/ ihrer Eigenschaft zur Hand und überlegt:
 Was möchte ich für die nächste Zeit als konkreten Punkt meines Handelns festhalten, der diese Eigenschaft meines Inneren, meinen Persönlichkeitskern zum „Leuchten“ bringt?
 Zeit zum persönlichen Nachdenken und zum Schreiben*

6 Abschlussgebet

Maria – echt und lauter, stark und würdig, frei und mutig, froh und gütig – ja, das bist du. Das ist es, was dein Wesen ausmacht, was dein Sein und Leben, dein Handeln, dein Lieben und auch dein Leiden bestimmt. Das lässt dich ausstrahlen.