



## Gedanken zur persönlichen Lebensbetrachtung

Wer auf **große Fahrt** gehen möchte, sollte sich über die Voraussetzungen, die dafür nötig sind, ein klares Bild verschaffen.

Zwei Bereiche gilt es dabei in den Blick zu nehmen:

- „**das eigene Schiff**“,
- „**das zu befahrene Meer**“.

Beide stehen in „Beziehung“ zu einander und bedingen einander.

Jesus selbst vertraut seinen Jüngern. Er fordert sie auf, sich mit „**ihrem Schiff**“ auf die Reise „**ans andere Ufer**“ zu machen (vgl. Mt 14, 22-33; Mk 6,45-52, Joh 8,22-25). Er begleitet sie mit seinem Gebet, unterstützt sie mit seiner „**geheimnisvollen Anwesenheit**“ (Jesus ist mit seinen Jüngern im Boot, Mk 4,38-41) und gibt ihnen „**Vollmacht in seinem Namen zu handeln**“ (Mt 28,16-20, Mk 16,15-18, Lk 24,47-29a, Joh 20,21-22).

Im Hinblick auf unsere **große Fahrt**, bedeuten diese Aussagen Jesu, dass **unser Schiff des Lebens** grundsätzlich für diese Fahrt gut gerüstet und ausgestattet ist. **Er selbst** ist **bei uns!**

Das **Rüstzeug** sind die **7 Sakramente**, das **Lebenszeugnis der Jünger und Heiligen**, das **Lehramt der Kirche**, der **Beistand, der Heilige Geist** und das **Liebesbündnis** mit der **Gottesmutter Maria**, der „**dreimal wunderbaren Mutter, Königin und Siegerin von Schönstatt**“.

Wichtig in diesem Zusammenhang ist die Aussage, **der Gemeinschaft**. Der einzelne Christ ist **ein verwoben, eingegliedert** in eine **natürliche und übernatürliche, unverbrüchliche Gemeinschaft** mit dem **Dreifaltigen Gott!** Sie trägt einander, ergänzt einander, stärkt, *nimmt sich unserer Schwachheit an*, ist ein „**Leib in Christus**“ (Röm 12,4-5: „Denn wie wir an dem einen Leib viele Glieder haben, aber nicht alle Glieder den selben Dienst leisten, so sind wir, die vielen, ein Leib in Christus, als einzelne aber sind wir Glieder, die zueinander gehören“). Sie überschreitet den **Raum irdischer Zeit**, schließt **Vergangenheit** und **Gegenwart ein** und **existiert** in **ewiger Anschauung vor dem Dreifaltigen Gott**. Die Grenze des Todes ist nur ein **partieller Einschnitt**. Eine geöffnete **Tür, die im Kreuz** und der **Auferstehung Jesu Christi** ihren festen Rahmen hat.

## **I.: allgemeine Stimmungslage/Befindlichkeit:**

### **Röm 12, 9-12:**

*„Eure Liebe sei ohne Heuchelei. Verabscheut das Böse, haltet fest am Guten. Seid einander in brüderlicher Liebe zugetan, übertrefft euch in gegenseitiger Achtung. Laßt nicht nach in eurem Eifer, laßt euch vom Geist entflammen und dient dem Herrn. Seid fröhlich in der Hoffnung, geduldig in der Bedrängnis, beharrlich im Gebet.“*

### **kurzer Rückblick auf**

- **die vergangenen 12 Monate:**
- **die vergangenen 6 Monate:**
- **die letzten 14 Tage:**

Welche Ereignisse in meinem Leben, in meinem Umfeld (Familie/Beruf/Alltag) fallen mir spontan ein. Welche „Bilder“ haben sich in mein Gedächtnis „eingebrannt“?

Dies können schöne, aber auch belastende „Momente“ sein.

- **„Wo war ich am 13. März 2020?“**

### **Methode:**

- **erinnern,**
- **vergegenwärtigen,**
- **vergleichen.**
- **Orte,**
- **Zeiten,**
- **Zeichen,**
- **Personen.**

**Die Methode gilt es anzuwenden auf folgende Bereiche:**

**„gute Winde und Wetterverhältnisse“:**

- Ereignisse und Erfahrungen, die inneren Frieden schenken;
- Entscheidungen, die sich als gut und richtig erwiesen haben;
- selbstgesteckte Ziele und Aufgaben, die ich erreicht und umgesetzt habe – persönliche Tagesplanung (P.E.), geistliches Leben ...
- Freunde, die zu mir stehen;
- erfahrene Hilfe und angebotene Hilfe;
- Überwindung/Heilung einer Krankheit bei mir persönlich/im persönlichen Umfeld;
- Gebetserhörungen – praktischer Vorsehungsglaube;
- Kraft aus dem Glauben;
- „Liebesbündnis“

**„gute Fahrinne“:**

- Gaben und Fähigkeiten, Wertschätzung und Wohlwollen, etc...;

**„Leuchttürme/Lotsen/Leuchtfeuer“:**

- Vorbilder, gute Freunde, ein Leben aus dem Glauben, erfahrene Hilfen und Hilfestellungen etc...;

**„sichere Häfen“:**

- „Familie“, „Freundeskreis“, „Gemeinschaft die mich trägt und manchmal auch ertragen muss und kann“...etc....;

**„schwere Stürme/schwere Brecher“:** mein Lebensschiff ist in „Bedrängnis“ geraten durch:

- den Verlust eines geliebten Menschen;
- eine unerwartete Krankheit, bei mir selbst oder bei anderen Personen in meinem persönlichen Lebensumfeld;
- ein Krankenhausaufenthalt;
- zerbrochene Ehen/Beziehungen (Familie-Kinder, Freundeskreis etc.);
- eine Glaubenskrise;
- Verlust des Arbeitsplatzes;
- Ent-täuschungen im Allgemeinen;
- Erbauseinandersetzungen;
- etc. ...

**„Sandbänke“:**

- Entscheidungen, die sich als fatal herausgestellt haben, emotionale Ausbrüche, die mich sozial isoliert haben; Fehltritte und deren Folgewirkungen...etc...;

**„auf Kollisionskurs“:**

- „ich weiß alles besser“ – „Schuldverweigerung“ ..etc....;
- 

**„Mein Schiff – Eigenwahrnehmung“:**

- Welche *Charaktereigenschaften* nehme ich an mir wahr?  
(aufbrausend-ungeduldig/überlegt-besonnen-klar/phlegmatisch-träge-,Dinge auf die „lange Bank schieben“/melancholisch-nachdenklich-wankelmütig/spontan-unüberlegt-verzettelnd/gutmütig- leidensfähig-tragen und ertragen/selbstgerecht/überheblich/ selbstzweifelnd etc.....)
- Fällt es mir eher leicht/eher schwer Entscheidungen für mich zu treffen? Wie gehe ich mit „Herausforderungen“ um?, mit menschlichen Enttäuschungen?;
- Worüber bin ich dankbar?, Wie und wo konnte ich und durfte ich helfen? etc..;
- „*Ein Fels in der Brandung des Lebens!*“
- „*Guter Hirte*“, der sich selbst zurücknehmen kann und für andere da ist; führe ich zu freien Entscheidungen und unterstütze sie- *auctor vitae – Initiator für eigenständiges Denken*, selbstlos fremden Leben dienen. etc...;
- Was schenkt mir Frieden, innere Gelassenheit und Ruhe? ...;
- Kann ich andere wertschätzen, sie loben? etc....;
- Kann ich selbst Lob annehmen? etc....;
- Mein Verhältnis zu anderen Meinungen – Tolleranz/Akzeptanz?...;
- Mein „*Gottesverhältnis*“ – „*Kind-Bub eines liebenden Vätergottes*“, prägt es mein Leben und meine Entscheidungen – Umgang mit Schuld? etc...;
- Welche „*Baustellen*“ – „*Lecks*“ nehme ich an mir wahr?; Bin ich bereit „*Fehler-Fehlentscheidungen*“ zu korrigieren („*Wiedergutmachung*“) und mich dafür zu entschuldigen? Wie gehe ich mit negativer Kritik um?...;
- Wie ist mein *Verhältnis* zu meinem „*Leib/Körper*“, Umgang mit meiner Sexualität?, Sucht und Süchte....;
- Mein Verhältnis zu „*Leistung und Arbeit*“? (Anerkennung-Ansehen);
- Mein Verhältnis als „*Mann und Vater*“ zu Frau und Kindern? ...;
- Umgang mit Schuld? Eigener und fremder Schuld?, Übe ich Nachsicht? etc...;

- **Welches „Mannes-Vaterbild“ lebt in mir – an welchen Vorbildern habe ich mich orientiert/ orientiere ich mich heute?/ Habe ich „Veränderungen im Laufe meines Lebens an mir wahrgenommen?, etc...;**
- **Was macht mich nachdenklich und traurig, was würde ich gerne wieder „gut-machen“; oder „anders machen“? etc...;**
- **Mein Verhältnis zu Leid, Krankheit, Sterben und Endlichkeit? etc...;**
- **Rettungsboote: „Liebesbündnis mit der MTA“, vertrauensvolle Menschen, geistlicher Begleiter/Seelenführer, regelmäßiger Empfang des Bußsakramentes und der Hl. Eucharistie, persönliches Gebetsleben, Kindlichkeit-Vetrauen, Beziehung zu den Heiligen, Wallfahrten, Bereitschaft zur Buße, Gedanke der Stellvertretung etc...;**

Wer „sich auf große Fahrt begeben will“ muss:

- 1.: das Ziel der Reise genau kennen und im Blick behalten,
- 2.: einen „allgemeinen Überblick“ anhand entsprechenden „Kartenmaterials“ verschaffen,
- 3.: überlegen, welche Voraussetzungen erfüllt werden müssen, um das Ziel zu erreichen,
- 4.: verschiedene Routen, mit eventuellen „Zwischenstopps“ ausarbeiten,
- 5.: geeignete Hilfsmittel zur „Navigation“ nutzen (Kompass, Seekarten, Wetterberichte etc...),
- 5.: eigene Kräfte und Möglichkeiten richtig einschätzen, um eventuelle Überforderungen zu minimieren,
- 6.: ein persönliches „Trainingsprogramm“ zur Vorbereitung ausarbeiten und es einüben/umsetzen,
- 7.: sich einer Gemeinschaft anschließen, die das gleiche Ziel verfolgt,
- 8.: einen erfahrenen „Mentor“, „Coach“, „Trainer“ an die Seite stellen,
- 9.: Aufgaben beschreiben, die es zu beachten und zu erledigen gilt („eine To-du-Liste“ anfertigen und abarbeiten),

10.: Schwierigkeiten und Gefahren einschätzen; die Anforderungen und Herausforderungen mit denen zu rechnen habe,

11.: das entsprechende Material besorgen,

12.: Proviant für die Fahrt besorgen, für Seele und Leib.

Je besser ich mich darauf vorbereite, um so sicherer kann ich mein Ziel erreichen.

Welche Wetter/Windverhältnisse kommen vermutlich auf mich zu?  
Wo finde ich „Hilfen“, „erfolgreiche Erfahrungsberichte“ die ein ähnliches Szenario beschreiben.

Gab es ähnliche Situation schon früher und wie sind diese erfolgreich bewältigt worden: persönliche Zeugenberichte

Vorraussetzung eines Erfolges: ich schaue mir die gegnerische Mannschaft, ihre Spielweise genau an. Erkenne ihre Taktik und Strategie und kann daraus lernen eine „Gegenstrategie“ zu entwickeln.

**Gebet:**

„Du Gott des Lichts, dem Vater gleich,  
**du Licht, dem unser Licht entspringt,**  
**du ewiger Tag: hör unser Flehn, das aus**  
**der Nacht zum Himmel dringt.**

**Entreiß uns der Finsternis und aller Angst der Erdennacht,**  
**streif ab von uns die Müdigkeit, die uns zum Guten träge macht.**

**Du, Christus, bist das Licht der Welt,**  
**der Gott, dem gläubig wir vertraun, auf dem im Dunkel dieser Zeit**  
**wir alle unsere Hoffnung bauen.**

**Aus ganzem Herzen preisen wir Dich, Christus, Herr der Herrlichkeit, der mit dem Vater und dem Geist uns liebt in alle Ewigkeit. Amen.“**

**„Ich bau auf deine Macht und deine Güte,  
vertrau auf sie, mit kindlichem Gemüte,  
ich glaub, vertrau in allen Lagen blind, auf  
Dich, du wunderbare und dein Kind.“**

**„Lass uns gleichen deinem Bilde, 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.“**