

## S: Wir beten

Vater unser  
Gegrüßet seist du Maria...

## Abschluss:

**S:** Beten schafft Gemeinschaft, beten trägt und verbindet.

Nehmen wir diese Erfahrung mit.

Geben wir Gottes Geist Raum.

Folgen wir dem Beispiel Jesu.

Tragen wir Frieden und Liebe und das Licht in das Leben

Tragen wir Hoffnung und Mut und Geduld in das Leben

Tragen wir Freude und Freundschaft und Heimat in das Leben.

Gehen wir als Gesegnete und bringen Segen in unsere Familien, in unsere Nachbarschaft und den Menschen, denen wir begegnen.

Im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes.

Amen.

**Lied: „Nun danket alle Gott“ oder ein Marienlied.**

**Freude die von innen trägt!**



**Oktober**

Zeit für Meditation

Zeit für Gemeinschaft

Zeit für **Rosenkranz**

### Erstellt von

Frauenpastoral Bistum Eichstätt

Martha Gottschalk · Hofplan 5 · 92318 Neumarkt

Telefon 09181 4061310 · E-Mail [frauen@bistum-eichstaett.de](mailto:frauen@bistum-eichstaett.de)

[www.bistum-eichstaett.de/frauenpastoral](http://www.bistum-eichstaett.de/frauenpastoral)

Foto: Martha Gottschalk · Text Martha Gottschalk



## Lied: Laudate omnes gentes oder ein bekanntes Marienlied

Das Rosenkranzgebet ist ein meditatives Gebet, das durch den Gebetsfluss in eine immer tiefere Intensität einlädt. Wie eine Spirale schraubt sich jedes Gesätz eine Stufe tiefer. Tiefer in die Ruhe, tiefer in einen Rhythmus, tiefer in die Meditation. Rosenkranz ist eine gebetete Spirale.

**L:** Rosenkranz beten ist eine Einladung zur Meditation.  
Der Fluss des Betens  
das Sprechen der Worte  
das hin und her des Rufens und Antwortens  
lädt ein den eigenen Alltagskram zu vergessen  
und im Vertiefen der Geheimnisse doch das eigene Leben besser zu begreifen.  
Wenn wir heute den Fluss des Betens durch Betrachtungen unterbrechen, soll unser beten intensiver werden.  
Ein unglaublicher Schatz der katholischen (Frauen)Spiritualität.

**S:** Beten stellt einen energetischen Kreis her. Eine Verbindung, eine Liebe, ein gemeinsames Tragen und Getragen werden.

Eigentlich ist es nicht vorgesehen den Fluss des Gebetes zu unterbrechen.

Jedoch ist es vielleicht hilfreich und belebend – für Einsteigerinnen oder für Oft-Beterinnen die Fenster der Gesätze zu öffnen und zu beleuchten. Wie Luft holen im Alltag und eine Einladung zum Nichtnachdenken.

## Ankommen und Einstimmen:

**GL:** Kommen Sie an und suchen Sie einen guten Platz. Oder sitzen sie am vertrauten Platz, genießen die vertraute Perspektive in den Altarraum, riechen den vertrauten Kirchenduft.

Seien Sie / seid ihr einfach gut da, für eine dreiviertel Stunde Gebetszeit. Eine gute halbe Stunde Zeit. Zeit zu meditieren und zur Ruhe kommen.

Ich lade sie ein nochmals kurz durch zu atmen, anzukommen.

- ◇ Mein Kind in die Freiheit der Liebe Gottes geben
- ◇ Meine Träume in die Hand Gottes legen
- ◇ Wollen, dass das Gute weiter geht

## S: Wir beten

Vater unser:

Gegrüßet seist du Maria...

## 5 ... Jesus, den du, o Jungfrau, im Tempel wiedergefunden hast

### Schriftstelle

*"Die Eltern Jesu gingen jedes Jahr zum Paschafest nach Jerusalem. Nachdem die Festtage zu Ende waren, machten sie sich auf den Heimweg. Der junge Jesus blieb aber in Jerusalem, ohne dass seine Eltern es merkten. Nach drei Tagen fanden sie ihn im Tempel; er saß mitten unter den Lehrern, hörte ihnen zu und stellte Fragen. Alle die ihn hörten, waren erstaunt über sein Verständnis und über seine Antworten. Als seine Eltern ihn sahen, waren sie sehr betroffen, und seine Mutter sagte zu ihm: Kind, wie konntest du uns das antun? Dein Vater und ich haben dich voll Angst gesucht. Da sagte er zu ihnen: Warum habt ihr mich gesucht? Wußtet ihr nicht, dass ich in dem sein muss, was meinem Vater gehört?" (Lk. 2, 41-52)*

In der Religion und bei Gott zu Hause sein, mehr als in der Familie. Dem Kind eine geistliche Heimat geben. Die Nähe zu Gott als Heimat verstehen.

### S: Für unser Leben:

- ◇ In die Tradition hineinwachsen
- ◇ Die geistliche Heimat teilen
- ◇ Das geliebte Kind aufgehoben wissen
- ◇ Was ist Heimat? Wo gehöre ich hin?
- ◇ Wem gehöre ich?
- ◇ Nicht in dieser Welt bleiben können.

## **S: Für unser Leben**

- ◇ Ein Gottes-kind als Zeichen der Liebe
- ◇ In der Heimatlosigkeit Geborgenheit finden
- ◇ In der Einfachheit den Reichtum entdecken
- ◇ In der Abweisung die Freundschaft erfahren
- ◇ Den Frieden gebären in Unruhe und unterwegs
- ◇ An die Rettung glauben in großer Angst
- ◇ Der Hoffnung Hand und Fuß geben

## **S: Wir beten**

Vater unser

Gegrüßet seist du Maria...

## **4 ... Jesus, den du, o Jungfrau, im Tempel geopfert hast**

### **Schriftstelle**

*"Als acht Tage vorüber waren und das Kind beschnitten werden sollte, gab man ihm den Namen Jesus, den der Engel genannt hatte, noch ehe das Kind im Schoß seiner Mutter empfangen wurde. Sie brachten das Kind nach Jerusalem hinauf, um es dem Herrn zu weihen, gemäß dem Gesetz des Herrn, in dem es heißt: Jede männliche Erstgeburt soll dem Herrn geweiht sein. Auch wollten sie ihr Opfer darbringen, wie es das Gesetz vorschreibt: ein Paar Turteltauben oder zwei junge Tauben." (Lk. 2, 21-24)*

In den Ritualen und Tradition ihrer Religion lässt Maria ihr Kind segnen und gibt ihm einen Namen. Sie bestätigt die besondere Zugehörigkeit ihres Sohnes zum liebenden Gott.

## **S: Für unser Leben:**

- ◇ Das Liebste loslassen
- ◇ Nichts besitzen können
- ◇ Dem Kind in die Bestimmung geben

## **Eröffnung:**

**GL:** Ganz herzlich möchte ich euch/sie begrüßen. Genauso möchte ich die Heilige Geistkraft einladen, hier in diese Gemeinschaft.

**S:** Beginnen wir diese Gebetszeit im Zeichen unseres Vaters, der uns liebt wie eine Mutter und des Sohnes, der uns Bruder ist und der heiligen Geistkraft, die alles mit Liebe erfüllt.

## **Einleitung:**

**GL:** Wir betrachten die Freudenreichen Geheimnisse (über die Geburt und Kindheit Jesu).

Jedes Gesätz stellt eine Glaubenswahrheit in die Mitte. Jede Glaubenswahrheit können wir auf unser Leben übertragen.

## **Wir beten:**

Glaubensbekenntnis

Ehre sei dem Vater...

Vater unser

Gegrüßet seist du Maria...

... und gebenedeit ist die Frucht deines Leibes, Jesus, der in uns den Glauben vermehre.

... und gebenedeit ist die Frucht deines Leibes, Jesus, der in uns die Hoffnung stärke.

... und gebenedeit ist die Frucht deines Leibes, Jesus, der in und die Liebe entzünde.

Ehre sei dem Vater...

## **1 ... Jesus, den du, o Jungfrau, vom Heiligen Geist empfangen hast**

### **Schriftstelle**

*Im sechsten Monat wurde der Engel Gabriel von Gott in eine Stadt Galiläas namens Nazareth zu einer Jungfrau gesandt, ...Der Engel trat bei ihr ein und sprach: "Gegrüßet seist du, voll der Gnade; der Herr ist mit dir. Du bist gebenedeit unter den Frauen." Der Engel*

sprach zu ihr: "Fürchte dich nicht, Maria, du hast Gnade bei Gott gefunden. Siehe, du wirst empfangen und einen Sohn gebären; dem sollst du den Namen Jesus geben. ... Maria fragte den Engel: "Wie wird das geschehen, da ich keinen Mann erkenne?" Der Engel gab ihr zur Antwort: "Der Heilige Geist wird auf dich herabkommen, und die Kraft des Allerhöchsten wird dich überschatten. Da sprach Maria: "Siehe, ich bin die Magd des Herrn; mir geschehe nach deinem Wort." (Lk. 1,26-38)

### **S: Für unser Leben**

- ◇ Sich für ungewöhnliches öffnen
- ◇ Sich für unwahrscheinliches bereit halten
- ◇ Gottes Stimme hören
- ◇ Gottes Willen empfangen
- ◇ Gottes Willen tun
- ◇ Gott als wirksame Macht in meinem Leben begrüßen

### **Wir beten:**

Vater unser

Gegrüßet seist du Maria...

## **2 ... Jesus, den du, o Jungfrau, zu Elisabet getragen hast**

### **Schriftstelle**

"Nach einigen Tagen machte sich Maria auf den Weg und eilte in eine Stadt im Bergland von Judäa. Sie ging in das Haus des Zacharias und begrüßte Elisabeth. Als Elisabeth den Gruß Marias hörte, hüpfte das Kind in ihrem Leib. Da wurde Elisabeth vom heiligen Geist erfüllt und rief mit lauter Stimme: „Gesegnet bist du mehr als alle anderen Frauen, und gesegnet ist die Frucht deines Leibes. Wer bin ich, dass die Mutter meines Herrn zu mir kommt?“ In dem Augenblick, als ich deinen Gruß hörte, hüpfte das Kind vor Freude in meinem Leib. Selig ist die, die geglaubt hat, dass sich erfüllt, was der Herr ihr sagen ließ." (Lk. 1, 39 -45)

Maria besucht Elisabeth: War Maria eine junge Frau, so war Elisabeth eigentlich schon zu alt um nochmals schwanger zu werden. Sie trägt den Jesus-Wegbereiter Johannes in ihrem Leib. Maria und Elisabeth eine starke Verbindung.

### **S: Das kann für uns heute bedeuten:**

- ◇ Das Unmögliche erwarten
- ◇ Das Leben weiter geben
- ◇ Die Hoffnung zu anderen tragen
- ◇ Die Freude teilen
- ◇ Einander beistehen
- ◇ Freundschaft pflegen

### **S: Wir beten**

Vater unser

Gegrüßet seist du Maria...

## **3 ... Jesus, den du, o Jungfrau, in Betlehem geboren hast**

### **Schriftstelle**

"In jenen Tagen erließ Kaiser Augustus den Befehl, alle Bewohner des Reiches in Steuerlisten einzutragen. ...Da ging jeder in seine Stadt, um sich eintragen zu lassen. So zog auch Josef von der Stadt-Nazareth in Galiläa hinauf nach Judäa in die Stadt Davids, die Betlehem heißt; denn er war aus dem Haus und dem Geschlecht Davids. Er wollte sich eintragen lassen mit Maria, seiner Verlobten, die ein Kind erwartete. Als sie dort waren, kam für Maria die Zeit ihrer Niederkunft, und sie gebar ihren Sohn, den Erstgeborenen. Sie wickelte ihn in Windeln und legte ihn in eine Krippe, weil in der Herberge kein Platz für sie war." (Lk. 2,1-7)

Das Kind geboren zur Unzeit. In der Heimatlosigkeit, in Unruhe und Unklarheit. In großer Not und Unsicherheit. Dieses Kind bringt die Wende, im Denken der Herrschenden und in die Pläne der Menschen..