

einen schattigen Platz in der Mittagshitze, ein Glas guten Weines – kurz: für alles, was die Sinne erfreute, liess sie eine Bohne von der rechten in die linke Jackentasche wandern. Manche Begebenheit war ihr gleich zwei oder drei Bohnen wert.

Abends sass sie dann vor dem Haus und zählte die Bohnen aus der linken Tasche. Sie zelebrierte diese Minuten. So führte sie sich vor Augen, wie viel Schönes ihr an diesem Tag widerfahren war und freute sich des Lebens. Und sogar an einem Abend, an dem sie bloss eine Bohne zählte, war der Tag gelungen, hatte es sich zu leben gelohnt.

Nimm Deine Bohnen in die rechte Hand und für alles was Dich heute, in den vergangenen Tagen freute, lass eine Bohne in die linke Hand wandern. – **Nimm Dir Zeit!**

Schliess dieses kleine Innehalten mit folgendem Gebet von Antje Sabine Naegeli ab:

Möge dann und wann
deine Seele aufleuchten
im Festkleid der Freude.

Möge dann und wann
deine Last leicht werden
und dein Schritt beschwingt
wie im Tanz.

Möge dann und wann
ein Lied aufsteigen
vom Grunde deines Herzens,
das Leben zu grüssen
wie die Amsel den Morgen.

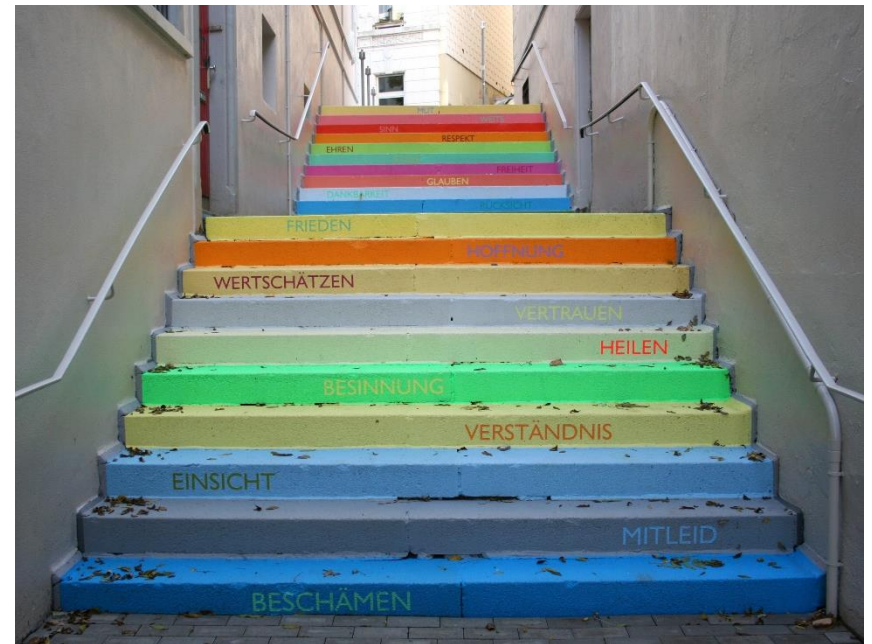
Möge dann und wann
der Himmel
über deine Schwelle treten. Amen.

**Und jetzt geniesse den Moment – in Verbundenheit mit den anderen
- und schick uns ein Foto.**



Katholische Kirche Region Bern
Pfarrei Guthirt • Ostermundigen, Stettlen, Ittigen, Bolligen

Maiandacht – Gemeinschaft der Frauen Guthirt



Holsteiner Treppe, Foto: Frank Vincentz

Wert-schätzen

**Donnerstag, 7. Mai 2020, 19.30h
Kath. Pfarrei Guthirt, bei Dir zu Hause**

Die Maiandacht findet statt ...

... aber bei Dir zu Hause!

Liebe Frauen

Wir lassen uns die Freude nicht nehmen: Trotz Corona wollen wir die Maiandacht miteinander feiern. Zwar auf Distanz, aber die Erfahrung von Ostern hat gezeigt, dass – wenn an vielen kleinen Orten, viele kleine Feiern stattfinden – eine Verbundenheit und ein Feiern möglich ist. So wollen wir, das, was möglich ist wert-schätzen.

Deshalb laden wir Euch ein, Euch am Donnerstag-Abend um 19.30h etwas Zeit zu nehmen, eine Kerze anzuzünden und verbunden mit den andern Frau, die Maiandacht selber zu feiern. Anschliessend genießt eine Tasse Tee, einen Kaffee oder ein Glas Wein mit was Feinem...

Und wenn Ihr Lust habt, macht ein Foto davon und schickt es per per Mail an beatrice.hostettler@kathbern.ch oder per WhatsApp an 079 128 88 45. Wir werden es dann auf der Webseite publizieren!

So grüssen wir Euch alle ganz herzlich und wünschen Euch Freude, Geduld und vor allem: gute Gesundheit!

Gruppe Wirtschaft:

Edith Moresi
Romy Froidevaux
Astrid Jäggi
Margrit Kilchör
Elena Steffen
Edith Tobler

Gruppe Liturgie:

Annalies Fagagnini
Vreni Koch
Christine Kramer
Esther Rippstein
Edith Zingg

Vorbereitung:

- Überlege Dir, was Du nach der Feier – in Verbundenheit mit der Wirtschaftsgruppe – geniessen möchtest (Tee, Guetzi, Fruchtsalat, Wein?).
- Suche Dir ein Marienlied hervor: zum selber singen oder ab CD.
- Mach eine Handvoll (getrockneter) Bohnen (oder was ähnliches) bereit.
- Zünde eine Kerze an.

Feier der Maiandacht

Einstimmung:

Nimm Dir einen Moment Zeit und denke an all die Frauen (und Männer), die jetzt mit Dir verbunden sind. Nimm all die Beziehungen, Erinnerungen, Erfahrungen wahr ... und spüre in die Dankbarkeit, die Wert-Schätzung für diese Gemeinschaft.

Beginn mit dem **Kreuzzeichen:**

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

Stimme Dich ein mit einem **Marienlied.**

Nicht nur im Leben von Maria gab es schwierige und wertvolle Momente, sondern in jedem Leben – nur manchmal nehmen wir es nicht so wahr. Lies die folgende Geschichte:

Die Geschichte von den Glücksbohnen

Es kursiert die Geschichte von einer Frau, die sehr alt wurde, weil sie eine Lebensgeniesserin par excellence war. Niemals verliess sie ihr Haus, ohne sich zuvor eine Handvoll Bohnen einzustecken. Sie tat dies nicht etwa, um die Bohnen zu kauen, sie nahm sie mit, um so die schönen Momente des Tages bewusster wahrnehmen und um sie besser zählen zu können.

Für jede angenehme Kleinigkeit, die sie tagsüber erlebte – zum Beispiel ein nettes Gespräch auf der Strasse, das Lächeln ihres Mannes und das Lachen ihrer Enkelkinder, ein köstliches Mahl, eine feine Schokolade,