

Andacht zum Muttertag/Vatertag/
Großelterntag

Für Seniorinnen und Senioren



„Als Mutter/Vater zur Heiligkeit berufen“

Mit Gedanken von Papst Franziskus aus GAUDETE ET EXSULTATE

Info und Vorwort für die Durchführenden/Verantwortlichen:

Diese Andacht ist als Vorlage für die Verantwortlichen in der Seniorenarbeit, für Pfarreien, aber auch in Seniorenheimen gedacht.

Sie kann abgewandelt und gekürzt, sowie mit eigenen Anregungen und Gedanken ergänzt werden.

MATERIAL/VORBEREITUNGEN:

Die Teilnehmenden versammeln sich z.B. um einen Tisch, im Saal, in der Kirche/Kapelle,

Bei schönem Wetter kann man sich auch (da es Mai ist) um eine Marienstatue, an einem Marterl oder einem sonst gut geeigneten Ort im Freien versammeln.

- Lied-/Textblatt oder Gotteslob für alle vorbereiten
- Texte für Leser/innen vorbereiten und austeilen
- Die Lieder aus dem Gotteslob (= GL, neue Ausgabe) sind bekannt.
- Dennoch können auch einzelne Sänger/Instrumentalisten die Lieder singen.

ABLAUF:

Lied: GL 524, 1-5 Meerstern ich dich grüße

Eröffnung:

V: Wir beginnen unsere Andacht: Im Namen des Vaters und des Sohnes und des Hl. Geistes.

A: AMEN.

V: Herzlich willkommen! Schön, dass Sie sich zu unserer Andacht zusammengefunden haben. Traditionell ist am zweiten Sonntag im Mai Muttertag. Deshalb begrüßen wir heute besonders die hier anwesenden Mütter und Großmütter. Für sie und alle anderen Frauen, die für andere zur Mutter oder Großmutter geworden sind, beten wir heute besonders. Doch jeder, ob Frau oder Mann, ob Mutter/Vater oder nicht, hat bzw. hatte eine eigene Mutter, an die wir heute besonders denken wollen. Denn die Liebe und Fürsorge einer Mutter ist ein Geschenk. Für Papst Franziskus ist das Muttersein auch eine Form der Heiligkeit. Deshalb steht unsere Andacht unter dem Thema „Als Mutter zur Heiligkeit berufen“. Warum? Und wie geht das? Wie können wir uns das vorstellen in der heutigen modernen Zeit. Dazu hören wir ein paar Gedanken unseres verstorbenen Papstes Franziskus aus seinem Schreiben „GAUDETE ET EXSULTATE über den Ruf zur Heiligkeit in der Welt von heute“. Natürlich bezieht sich das in ähnlicher Weise auch auf die Väter. Ich bitte sie, sich genauso angesprochen zu fühlen.

Ein besonderes Vorbild als Mutter ist uns seit jeher Maria, die Mutter Jesu. Auch Papst Franziskus hat sie sehr verehrt. Sie hat viele von uns ihr Leben lang wie eine Mutter begleitet. Auch wenn wir älter sind, kann sie uns gleichsam wie ein Kind an die Hand nehmen und auf unserem Lebensweg begleiten. Bitten wir sie darum, wie im folgenden Lied:

Lied: Evtl. Mutter Maria nimm mich an die Hand.

(Lied singen, einspielen oder Text vorlesen)

Ref.: Mutter Maria nimm mich an die Hand,
kleide mich neu mit deinem Gewand
der Liebe und Heiligkeit;
mach mich für Jesus bereit.

1) Mutter du hast mein Verlangen gespürt
und darum zu Jesus geführt,
Nimm mein Herz aus Stein.
Setz mir deines ein.

2) Jesus, mein Heiland, bleib immer bei mir,
schenk dein Herz um Zeichen dafür.
Nimm mein Herz aus Stein.
Setz mir deines ein.

Die Melodie stammt aus der Filmmusik aus Aschenbrödel (Karel Swoboda). Text: A. Tobias

V: „Um heilig zu sein, muss man nicht unbedingt Bischof, Priester, Ordensmann oder Ordensfrau sein“, schrieb Papst Franziskus. „Oft sind wir versucht zu meinen, dass die Heiligkeit nur denen vorbehalten sei, die die Möglichkeit haben, sich von den gewöhnlichen Beschäftigungen fernzuhalten, um viel Zeit dem Gebet zu widmen. Es ist aber nicht so.

Wir sind alle berufen, heilig zu sein, indem wir in der Liebe leben und im täglichen Tun unser persönliches Zeugnis ablegen, jeder an dem Platz, an dem er sich befindet“, betonte Papst Franziskus. „Bist du ein Gottgeweihter oder eine Gottgeweihte? Sei heilig, indem du deine Hingabe freudig lebst. Bist du verheiratet? Sei heilig, indem du deinen Mann oder deine Frau liebst und umsorgst, wie Christus es mit der Kirche getan hat. (...)“

„Bist du Vater oder Mutter, Großvater oder Großmutter? Sei heilig, indem du den Kindern geduldig beibringst, Jesus zu folgen.“ (*Gaudete et Exsultate Kap. 14*)

Bereits der Apostels Paulus legt Menschen Vorbilder und Begleiter/innen im Glauben ans Herz.

Im Hebräerbrief würden verschiedene Zeugen genannt, die uns ermutigen sollen, so Papst Franziskus, „mit Ausdauer in dem Wettkampf (zu) laufen, der vor uns liegt“. Die Rede ist von Abraham, Sara, Mose, Gideon und einigen anderen. Vor allem würden wir eingeladen zu erkennen, dass wir „eine solche Wolke von Zeugen um uns haben“, die uns dazu anspornen, auf unserem Weg nicht stehen zu bleiben, und uns ermutigen, weiter dem Ziel entgegenzugehen. Unter ihnen seien vielleicht unsere eigene Mutter, eine Großmutter oder andere Menschen, die

uns nahestehen. Vielleicht war ihr Leben nicht immer perfekt, aber trotz aller Fehler und Schwächen gingen sie weiter voran und gefielen dem Herrn. (*Gaudete et Exsultate* Kap. 3)

Lesung: Hebr 12, 1-3

L 1: Wir hören aus dem Hebräerbrief:

Darum wollen auch wir, die wir eine solche Wolke von Zeugen um uns haben, alle Last und die Sünde abwerfen, die uns so leicht umstrickt. Lasst uns mit Ausdauer in dem Wettkampf laufen, der vor uns liegt, und dabei auf Jesus blicken, den Urheber und Vollender des Glaubens; er hat angesichts der vor ihm liegenden Freude das Kreuz auf sich genommen, ohne auf die Schande zu achten, und sich zur Rechten von Gottes Thron gesetzt.

Richtet also eure Aufmerksamkeit auf den, der solche Anfeindung von Seiten der Sünder gegen sich erduldet hat, damit ihr nicht ermattet und mutlos werdet!

Wort des lebendigen Gottes

Lied: Atme in uns, Heiliger Geist GL 346, 1-2

V: Papst Franziskus beschreibt sehr anschaulich an kleinen modernen Beispielen, was für ihn Heiligkeit im Alltag bedeutet:

- „Diese Heiligkeit, zu der der Herr dich ruft, wächst und wächst durch kleine Gesten“, sagt er. „Eine Frau geht beispielsweise auf den Markt zum Einkaufen, trifft dabei eine Nachbarin, beginnt ein Gespräch mit ihr, und dann wird herumkritisiert. Trotzdem sagt diese Frau innerlich: „Nein, ich werde über niemanden schlecht reden.“ Das ist ein Schritt hin zur Heiligkeit.
- Zu Hause möchte ihr Kind dann über seine Phantasien sprechen, und obwohl sie müde ist, setzt sie sich zu ihm und hört ihm mit Geduld und Liebe zu. Das ist ein weiteres Opfer, das heilig macht.
- Dann erlebt sie etwas Beängstigendes, aber sie erinnert sich an die Liebe der Jungfrau Maria, nimmt den Rosenkranz und betet gläubig. Das ist ein weiterer Weg der Heiligkeit.
- Dann geht sie aus dem Haus, trifft einen Armen und bleibt stehen, um liebevoll mit ihm zu reden. Das ist ein weiterer Schritt.“ (Kap. 16)

„Manchmal stellt ein das Leben vor größere Herausforderungen und durch sie lädt uns der Herr zu neuen Veränderungen ein, (...) „damit wir Anteil an seiner Heiligkeit gewinnen“ (Kap. 17)

Was Papst Franziskus uns sagen will: Heiligkeit besteht meist nicht in großen Wunder- oder Heldentaten, sondern wie man lebt und wie man mit schwierigen Ereignissen im Leben umgeht.

Wie viele haben in ihrem Leben schon schwere Zeiten erlebt, oft nicht zum Aushalten. Hier gilt es, sich Gott anzuvertrauen oder die Gottesmutter Maria um Hilfe und Begleitung zu bitten. Letztlich muss jeder sein Kreuz annehmen.

Lied: Was Gott tut, das ist wohlgetan GL 416, 1-4

V: Und Papst Franziskus fährt in seinen Gedanken zur Heiligkeit auch von Müttern und Vätern, Großmüttern und Großvätern im Alltag fort: „Ein anderes Mal geht es nur darum, etwas, das wir bereits tun, auf eine vollkommeneren Art und Weise zu tun.“ (Kap. 17)

Denn er weiß, viele werden sagen, ich habe gar keine Zeit so viel zu Beten und ständig Gutes zu tun, um heilig zu sein. Diese Diskrepanz ist nicht neu. Sie gab es schon immer. Auch die große Kirchenlehrerin Theresia von Avila kannte das Problem und empfahl in etwa folgendes:

„Gott, was ich heute tue, tue ich für Dich. Auch wenn ich dabei nicht jeden Augenblick an Dich denken kann, weil meine Arbeit meine Konzentration erfordert, wird mit ein wenig Übung tatsächlich die Arbeit zum Gebet.“

Diese innere Haltung hat Theresia von Avila in einem Gebet, ähnlich einem Stoßseufzer aus tiefstem Herzen, zum Ausdruck gebracht.

Lektor/innen: (evtl. abwechselnd oder abdrucken für alle)

Herr der Töpfe und Pfannen

Herr der Töpfe und Pfannen,
ich habe keine Zeit, eine Heilige zu sein
und Dir zum Wohlgefallen in der Nacht zu wachen,
auch kann ich nicht meditieren
in der Morgendämmerung und im stürmischen Horizont.

Mache mich zu einer Heiligen,
indem ich Mahlzeiten zubereite und Teller wasche.
Nimm an meine rauen Hände, weil sie für Dich rau geworden sind.
Kannst Du meinen Spüllappen als einen Geigenbogen gelten lassen,
der himmlische Harmonie hervorbringt auf einer Pfanne?
Sie ist so schwer zu reinigen und ach, so abscheulich!

Hörst Du, lieber Herr, die Musik, die ich meine?
Die Stunde des Gebetes ist vorbei,
bis ich mein Geschirr vom Abendessen gespült habe,
und dann bin ich sehr müde.
Wenn mein Herz noch am Morgen bei der Arbeit gesungen hat,
ist es am Abend schon längst vor mir zu Bett gegangen.
Schenke mir, Herr, Dein unermüdliches Herz,
dass es in mir arbeite statt des meinen.

Mein Morgengebet habe ich in die Nacht gesprochen
zur Ehre Deines Namens.
Ich habe es im Voraus gebetet
für die Arbeit des morgigen Tages,
die genau dieselbe sein wird wie heute.
Herr der Töpfe und Pfannen,

bitte darf ich Dir anstatt gewonnener Seelen
die Ermüdung anbieten, die mich ankommt
beim Anblick von Kaffeesatz und angebrannten Gemüsetöpfen?

Erinnere mich an alles, was ich leicht vergesse;
nicht nur um Treppen zu sparen,
sondern, dass mein vollendet gedeckter Tisch
ein Gebet werde.

Obgleich ich Martha-Hände habe, hab' ich doch ein Maria-Gemüt,
und wenn ich die schwarzen Schuhe putze,
versuche ich, Herr, Deine Sandalen zu finden.
Ich denke daran, wie sie auf Erden gewandelt sind,
wenn ich den Boden schrubbe.

Herr, nimm meine Betrachtung an, weil ich keine Zeit habe für mehr.
Herr, mache Dein Aschenbrödel zu einer himmlischen Prinzessin;
erwärme die ganze Küche mit Deiner Liebe
und erleuchte sie mit Deinem Frieden.
Vergib mir, dass ich mich absorge, und hilf mir, dass mein Murren aufhört.

(nach Theresia von Avila)

V: Auch unsere Mütter hatten oft wenig Zeit zum Beten. Doch ihr Tun war Gebet. Und viele Gebete konnten sie auswendig und beteten sie nebenher bei der Arbeit, im Gehen usw.

Dazu gehört auch das **Gebet zur Mutter von der immerwährenden Hilfe (GL 707)**, das wir nun gemeinsam beten wollen (*evtl. auch anstelle der Fürbitten*).

Jungfrau, Mutter Gottes mein,
lass mich ganz dein Eigen sein.

Dein im Leben, dein im Tod,
dein in Unglück, Angst und Not,
dein in Kreuz und bitt`rem Leid,
dein für Zeit und Ewigkeit.

Jungfrau, Mutter Gottes mein,
lass mich ganz dein Eigen sein.

Mutter, auf dich hoff und baue ich.
Mutter, zu dir ruf und seufze ich.
Mutter, du gütigste, steh mir bei.
Mutter, du mächtigste, Schutz mir leih.

O Mutter, so komm, hilf beten mir.
O Mutter, so komm, hilf streiten mir.
O Mutter, so komm, hilf leiden mir.
O Mutter, so komm, und bleib bei mir.

Du kannst mir ja helfen, o Mächtigste.
Du willst mir ja helfen, o Gütigste.
Du musst mir nun helfen, o Treueste.
Du wirst mir auch helfen, Barmherzigste.

O Mutter der Gnade, der Christen Hort,
Du Zuflucht der Sünder, des Heiles Port.
Du Hoffnung der Erde, des Himmels Zier,
Du Trost der Betrübten, ihr Schutzpanier.

Wer hat je umsonst deine Hilf angefleht.
Wann hast du vergessen ein kindlich Gebet.
Drum ruf ich beharrlich, in Kreuz und in Leid,
Maria hilft immer, sie hilft jederzeit.

Ich ruf voll Vertrauen im Leiden und Tod,
Maria hilft immer, in jeglicher Not.
So glaub' ich und lebe und sterbe darauf,
Maria hilft mir in den Himmel hinauf.
Amen.

Fürbitten:

Guter Gott, du bist nahe, wo Menschen einander Liebe schenken.

Wir bitten dich heute vor allem:

Für alle Mütter und Großmütter:

A: Segne und geleite sie!

Für alle, Frauen, die für andere Menschen wie eine Mutter sind:

A: Segne und geleite sie!

Für alle Frauen, die Mutter werden:

A: ...

Für alle Frauen, die in Mutter-Kind-Heimen wohnen und arbeiten:

A: ...

Für alle Frauen, die wegen ihrer Familie ihren Beruf aufgegeben haben:

A: ...

Für alle Frauen, die Schwiegermutter oder Großmutter werden:

A: ...

Wir denken auch an alle verstorbenen Mütter:

Herr, gib ihnen die ewige Ruhe...

Guter Gott, du bist zu uns wie ein treuer Vater und wie eine liebevolle Mutter.

Wir vertrauen dir heute alle Menschen an, die uns deine Liebe und Güte erkennen lassen und danken dir herzlich für sie. Sei du bei ihnen und allen, für die sie da sind - heute und alle Tage und in alle Ewigkeit.
Amen.

Vater unser...

V: Jeder Mensch hat oder hatte einen Vater und eine Mutter. Und alle Menschen haben einen gemeinsamen Vater. Zu ihm wollen wir beten: Vater unser ... Gegrüßt seist du Maria...

Segensbitte

V:
Am Ende unserer Andacht bitten wir um den Segen Gottes und schließen dabei alle Mütter, Väter, Großmütter, Großväter und auch unsere Kinder und Enkelkinder mit ein:

Segne mich, guter Gott,
und alles, was ich heute in die Hand nehme.
Segne meine Arbeit, damit sie gelingt und auch andere zum Segen wird.

Segne meine Gedanken, damit ich heute gut über die Menschen denke.
Segne meine Worte, damit sie in ihnen Leben wecken.
Segne mein Leben, damit ich immer mehr das einmalige Bild verwirkliche,
das du dir von mir gemacht hast.

Segne alle Menschen, die ich in meinem Herzen trage,
du, der gütige und barmherzige Gott, der Vater, der Sohn und der Heilige Geist.
Amen.

(Anselm Grün, GL 11,3)

Schlusslied: Lobe den Herren GL 392, 1-4

(oder: Maria breit den Mantel aus GL 534, 1-4)

*Zusammengestellt: Theresia Hofbauer, Referat Seniorensorge Passau 2026
Mit Auszügen aus: Apostolisches Schreiben Gaudete et Exultate des Heiligen Vaters Papst Franziskus
über den Ruf zur Heiligkeit in der Welt von heute 2018)*

Titelbild: Simona Kehl