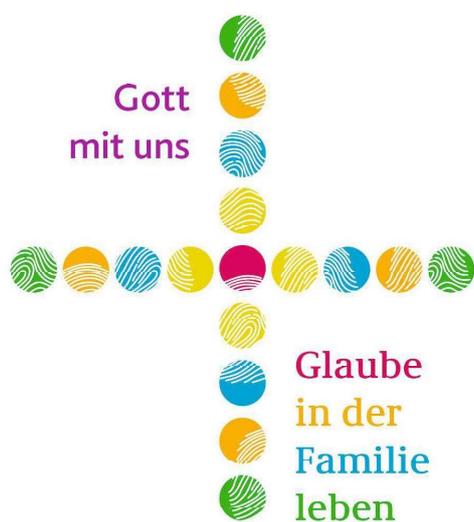




BISTUM PASSAU
EHE UND FAMILIE



Miteinander DANKEN Tischgebet in der Familie



Einleitende Gedanken für Eltern

Der Familientag mit Bischof Dr. Stefan Oster SDB am 21.06. entfällt heuer aus bekannten Gründen. Hier zum diesjährigen Thema „**Miteinander danken**“ ein Impuls für die Familie mit dem Schwerpunkt Tischgebet.

„**Bitte**“... „**Danke**“... Noch bevor unsere Kinder richtig sprechen können, üben wir Eltern mit ihnen das „Bitte und Danke-Sagen“ ein. Wir wissen, dass dieses Höflichkeitsritual mehr ist, nämlich ein „goldener Schlüssel“, ein „Türöffner“ für gelingende Beziehungen.

Werden wir Eltern gefragt, was im turbulenten Familienalltag meist zu kurz kommt, dann lautet eine Antwort, loben, **einander danken**, dem anderen etwas Gutes sagen! Denn meist, bemerken wir was stört, noch fehlt oder nicht klappt.

Rituale im Familienalltag können einen Ausgleich schaffen und uns helfen, den Blick auf´s Wesentliche zu richten. Dankbarkeit als Lebenshaltung einzuüben, schafft eine gute Familienatmosphäre und stärkt unser Miteinander!

Das Tischgebet und die gemeinsame Zeit beim Essen sind eine gute Gelegenheit dem DANKEN in der Familie einen festen Platz zu geben.

Tischgebet ist mehr als der „Starter vor dem großen Spachteln“,

Formsache bevor´s zur Sache geht! Es geht darum, Gott herein zu holen!

Gott einen Platz im Familienleben zu geben, ihn Mittelpunkt unsere Gemeinschaft sein zu lassen. Das macht uns froh und dankbar!

Dies in der Familie auszudrücken, dazu ermuntert uns Papst Franziskus mit folgendem Zitat aus Amoris Laetitia-Über die Liebe in der Familie (Abschnitt 133)



Impuls für die Familie: „Miteinander DANKEN“

Das Tischgebet neu entdecken

- **Armbänder** aus Wollfäden oder die Bänder des Familientages in der Tischmitte bereitlegen.
Wollfäden, verschiedene Farben und mind. 3 Fäden/Familienmitglied um ein Bändchen zu flechten. Armbänder vom Familientag können kostenfrei im Referat Ehe Familie Kinder bestellt werden. (Kontaktdaten s.u.)
- **Kerze** entzünden und ruhig werden.
- **Aufgabe:** Band oder Wollfaden nehmen und einem anderen Familienmitglied schenken, verbunden mit einem DANKE.
„Fühl in dich hinein, gibt es etwas, dass dich froh macht, dich dankbarsein lässt? Magst du einem Familienmitglied für etwas DANKE sagen?“
Wer eine Situation zum Danken gefunden hat, nimmt ein Bändchen/ Wollfaden und verschenkt es. („Sarah danke, dass ...“ „Papa danke, für...“)
- Zum Abschluss sich die Bänder gegenseitig anlegen, oder für jeden ein „Familienbändchen“ flechten.
- **Tischgebet**
Sich an den Händen fassen und ein in der Familie bekanntes Gebet sprechen.
alternativ:
Guter Gott, danke für unsere Familie. Danke, dass wir miteinander verbunden sind. Danke für das, was wir jeden Tag miteinander erleben. Du schenkst uns, was wir zum Leben brauchen, unser Zuhause, gutes Essen, Liebe und Freude. Dafür danken wir Dir!
- Mit Kreuzzeichen und „guten Appetit“ beschließen.





Die drei Hauptzutaten für ein gelungenes Tischgebet

Zur Ruhe kommen

Innehalten, sich sammeln

- ins Licht schauen: eine Kerze im Glas einmal herumgeben
- dem Klang nachhören: Reihum darf jeder sein Glas „erklingen“ lassen.

Gemeinschaft spüren

Die Tisch-Gemeinschaft bewusst wahrnehmen, die Verbindung zueinander spüren

- bewusst in die Runde schauen, wer fehlt/ ist da?
- sich an den Händen fassen und einen „Gruß“ (Händedruck) herumschicken
- Sich anschauen und zuprosten: „Schön, dass du da bist!“

Sich Gott zuwenden:

Gottes Gegenwart Raum geben und miteinander beten.

Dazu Vorschläge:

Tischgebet (Gotteslob 12, 5)

Wir wollen danken für unser Brot.

Wir wollen helfen in aller Not.

Wir wollen schaffen; die Kraft gibst du.

Wir wollen lieben, Gott, hilf dazu.

Weitere Gebete im Gotteslob Nummer 12, oder siehe Buchtipps!

Freies Beten miteinander einüben:

„Guter Gott, danke, für...“

Dank, Bitte oder Lob ausdrücken und formulieren.

Klatschrap

Mein Bauch ist leer (Tisch, Hände, Tisch, Hände)

mein Teller voll,

Danke Gott- das ist... toll! (Trommelwirbel, Hände hoch)

Lieder

Wo zwei oder drei in meinem Namen versammelt sind (Gotteslob 738)

Lasset uns gemeinsam, lasset uns gemeinsam (Gotteslob 759)

Segne Vater diese Gaben (Gotteslob 88)

Danket, danket dem Herrn (Gotteslob 406)

Die Lieder sind zu finden unter: <https://gotteslob.katholisch.de> oder auf YouTube

61 Für Speis und Trank (à 4)

überliefert

1. Für Speis und Trank, für's täg - lich Brot,
 2. Für Fri - sche, Froh - sinn, täg - lich Brot,
 3. Der du den klei - nen Vo - gel spei -
 4. Wir dan - ken dir, wir dan - ken dir,

3. wir dan - ken dir, o Gott!
 wir dan - ken dir, o Gott!
 sest, seg - ne uns, o Gott!
 wir dan - ken dir, o Gott!

aus: „Nun lobet Gott und saget Dank-Tischkanons“ (Herausgeber Dr. Marius Schwemmer)

Buchtipps

Sei du unser Gast –Tischgebete (Vier-Türme- Verlag)

Tischgebete für Groß und Klein (Vier-Türme-Verlag)

Nun lobet Gott und saget Dank-Tischkanons (Strube Edition 6693)

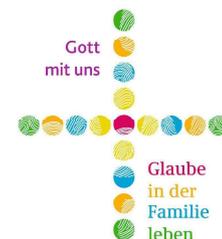
zu beziehen über:

Domladen, Domplatz 7, 94032 Passau

Tel. 0851-393-5171

bestellung.domladen@bistum-passau.de

www.bistum-passau.de/domladen



Bastelanleitung für einen Gebetswürfel zum Selbermachen

Das brauchst du:

Dickeres Papier DIN A4, Kugelschreiber, Farbstifte, Schere, Klebestift

Anleitung:

Die Vorlage für den Gebetswürfel auf stabilem Papier **ausdrucken**.

Auf alle sechs Seiten jeweils ein Tischgebet oder **Gebet schreiben**, bekannte Gebete oder selbst formulierte. Unterstützung dazu im Gotteslob 12, oder Vorschläge im Internet.

Eine Würfelseite kann auch nur bemalt oder mit einem Symbol versehen werden. Wer diese würfelt, darf dann selber ein Gebet sprechen oder ein Lied vorschlagen.

Alles bunt **anmalen** und gestalten.

Jetzt die Vorlage **ausschneiden** und entlang aller Linien falzen.

Die Laschen mit Klebestift bestreichen und den Würfel zusammenkleben.

Bastelanleitungen unter:

https://kirchengemeinde-bernhausen.de/images/startseite/KiKi_Gebetswuerfel.pdf

<https://www.katholisch.seelsorgeeinheit-aeg.elk-wue.de/fileadmin/mediapool/gemeinden/NL>

Würfelrohlinge aus Holz u.a. zu bestellen bei: [www.als-verlag](http://www.als-verlag.de) (ca. 2,40€ /ab 6 Stück 2,18€), auch im Domladen erhältlich (ca. 3,60€)

Text & Titelbild: Christine Sonner-Clemens
Referat Ehe Familie Kinder, Bistum Passau 2020

Quellen:

Titelbild: Christine Sonner-Clemens, Referat Ehe Familie Kinder

Bild mit dem Textzitat aus Amoris Laetitia von Papst Franziskus, Abschnitt 133; Bild: Unsplash

<https://unsplash.com/photos/Y8DmBnPdxP4>, Gestaltung: Lena Klinger, Referat Ehe Familie Kinder

Bild: Lena Klinger, Referat Ehe Familie Kinder

„Nun lobet Gott und saget Dank-Tischkanons“ (Herausgeber Dr. Marius Schwemmer)

Gebetswürfel

