

Tagesaufgabe

„Η ξεκούραση είναι το καρύκευμα της δουλειάς.“

Der Philosoph Plutarch [*45 n.Chr. - † 125 n.Chr.] schreibt diesen Satz „Erholung ist die Würze der Arbeit“ in Abschnitt 13 des ersten Kapitels des ersten Buches seiner „Moralia“.

Was meint er damit?

Im ersten Abschnitt des ersten Buches der Moralia geht es Plutarch um die Erziehung der Kinder. In Abschnitt 13 kritisiert er Eltern, die zu viel von ihren Kindern verlangen.

Er sieht allerdings darin Sorge und Liebe der Eltern darin, die durch ein stetiges Fordern erreichen möchten, das ihre Kinder ausreichend Bildung haben und einen erfolgreichen Lebensweg gehen.

Damit aber können Kinder überfordert werden.

Plutarch erzählt ein Beispiel, dass Kinder, die überfordert werden, und denen unangemessene Aufgaben gestellt werden, die sie nicht mehr bewältigen können, durch Misserfolg depressiv werden. Diese Erfahrung demotiviert sie dann gänzlich. Es ist, so Plutarch, wie eine Pflanze. Moderat benötigt sie Wasser. Gibt man ihr zu viel Wasser, geht sie kaputt.

Wer jetzt nun meint, dass Plutarch sich für ein „easy-learning“ oder eine „Bildung light“ ausspricht, der irrt sich.

Im Gegenteil:

Geist, Vernunft und Körper sind bei den Kindern und heranwachsenden Jugendlichen zu schulen und zu trainieren.

Es geht Plutarch darum den Kindern und heranwachsenden Jugendlichen die beste Ausbildung zu ermöglichen um das Optimum an Geist, Vernunft, Weisheit, Benehmen, Disziplin und körperlicher Tüchtigkeit zu erreichen. Aber das erreicht man nicht, wenn man überfordert.

So schreibt er z.B. im Abschnitt 20 desselben Kapitels, dass jedes richtige Mittel recht ist für die Disziplin der Kinder.

Erholung – die Ihr gerade heute am freien Tag erlebt – hat also das Ziel Kraft zu tanken, um sich so umso mehr den Aufgaben des Lernens zu stellen.

Manchmal aber erlebt man, dass montagmorgens Menschen nicht zur Schule oder zur Arbeit kommen können, weil sie die Freizeit am Wochenende so exzessiv gestalteten, dass sie gar nicht in der Lage sind ihren Pflichten am Montagmorgen nachzugehen.

Interessanterweise kritisiert das Plutarch schon vor fast 2000 Jahren und prangert an, dass Eltern wie Lehrer kein Vorbild sind, wenn sie Ausschweifungen und verdorbene Lebensweisen praktizieren, die – seiner Meinung nach – auch auf die Kinder übergehen könnten [vgl. Abschnitt 16].

In unserer Gegenwart gilt nach wie vor, dass Freizeit, Ferien, Urlaub nicht zwecklos gedacht sind.

Es ist eine Freistellung durch die Gesellschaft, um die Kraft zu erhalten, die man für die alltäglichen Herausforderungen und Aufgaben benötigt.

Freizeit, Ferien, Urlaub sind daher auch gesetzlich zur Erholung gedacht und haben darin ein gesellschaftsförderndes Ziel.

Freizeit, Ferien, Urlaub sollten also nicht dazu dienen, sich darin zu verausgaben, so dass man seinen alltäglichen Herausforderungen und Aufgaben nicht mehr gerecht werden kann, sondern dass man mit umso mehr Kraft und Ausdauer frisch ans Werk gehen kann. Heute spricht man dabei gerne von „Work-Life-Balance“

Das ist es Wert – auch im Sinne Plutarchs – heute zu überdenken.

Daher bekommt Ihr folgende Aufgaben:

1. Unterhaltet Euch darüber, wie Ihr Euch eine ideale Work-Life-Balance vorstellt. Sowohl für Schülerinnen und Schüler, als auch für Menschen, die im Berufsleben, oder im Haushalt stehen. Du kannst die Aufgabe auch alleine beantworten, besser aber Ihr erarbeitet diese Antwort als Gruppe. Skizziert eine Eurer / Skizziere eine Deiner Vorstellung nach ideale Form der Work-Life-Balance.
2. Wo siehst Du Dich in der Frage nach Erholung und Arbeit? Nutzt Du die Erholungszeit, um Dich für den Alltag zu stärken, oder bist Du nach einem Partywochenende fix und fertig? Reflektiere ehrlich, kritisch.

1. Meine / Unsere Skizzierung einer idealen Work-Life-Balance:

a) Für Schülerinnen und Schüler/Studentinnen und Studenten:

b) Für Berufstätige [auch schon Auszubildende]:

c) Für Menschen, die im Haushalt arbeiten:

2. Meine Reflexion, wie ich Freizeit, Ferien, Urlaub gestalte im Blick auf den stets darauffolgenden Alltag, der meine ganze Kraft in seinen Anforderungen und Aufgaben fordert.

Die Ergebnisse brauchen wir heute Abend zur Hl. Messe.



Heilige Messe

„Manchmal feiern wir mitten im Tag“

1. Manch-mal fei-ern wir mit-ten im Tag ein Fest der Auf-er-steh-ung.
2. Manch-mal fei-ern wir mit-ten im Wort ein Fest der Auf-er-steh-ung.
3. Manch-mal fei-ern wir mit-ten im Streit ein Fest der Auf-er-steh-ung.
4. Manch-mal fei-ern wir mit-ten im Tun ein Fest der Auf-er-steh-ung.

Besinnung

- **Schaut Euch um. Wir sind nun eine Woche hier in Griechenland. Wem gegenüber hattet Ihr negative Gedanken, oder vielleicht auch eine Auseinandersetzung? Wen gegenüber wäre ein nettes, versöhnliches Wort angebracht? Nehmt Euch dafür eine angemessene Zeit der Stille, bevor der nächste Schritt angekündigt wird.**

- S T I L L E -

- Bitte geht auf die Person/Personen zu, denen Du ein nettes, versöhnliches schenken möchtest. Wenn es Dir/Euch ein Bedürfnis ist, darf das gerne mit einer entsprechenden Geste [z.B. einem Händedruck, eine Umarmung, etc.] unterstrichen werden.
- Nun konzentriert Euch auf das Kreuz. Wie wichtig war Dir Gott in den letzten Monaten oder im letzten Jahr? Eine Nebensache, auf die man auch verzichten kann? Oder spielt er eine Rolle in meiner Lebensplanung, meinen Entscheidungen?

- S T I L L E -

Schuldbekenntnis

Ich bekenne Gott, dem Allmächtigen, und allen Brüdern und Schwestern,
dass ich Gutes unterlassen und Böses getan habe

- ich habe gesündigt in Gedanken, Worten und Werken
durch meine Schuld, durch meine Schuld, durch meine große Schuld.

Darum bitte ich die selige Jungfrau Maria, alle Engel und Heiligen und
euch, Brüder und Schwestern, für mich zu beten bei Gott, unserem
Herrn.

„Laudato Si“

Lau-da to si, o mi sig-no-re, lau-da-to si, o mi sig-no-re,
lau-da-to si, o mi sig-no-re, lau-da-to si, o mi sig-nor! 1. Sei ge-
prie-sen, du hast die Welt ge-schaf-fen! Sei ge-prie-sen für Son-ne, Mond und Ster-ne! Sei ge-
prie-sen für Meer und Kon-ti-nen-te! Sei ge-prie-sen, denn du bist wun-der-bar, Herr!
o mi sig-no-re! A-men.

2. Sei gepriesen für Licht und Dunkelheiten! Sei gepriesen für Nächte und für Tage! Sei gepriesen für Jahre und Gezeiten! Sei gepriesen, denn du bist wunderbar, Herr! *Laudato si...*
3. Sei gepriesen, du lässt die Vögel singen! Sei gepriesen, du lässt die Fische spielen! Sei gepriesen für alle deine Tiere! Sei gepriesen, denn du bist wunderbar, Herr! *Laudato si...*
4. Sei gepriesen, denn du, Herr, schufst den Menschen! Sei gepriesen, er ist dein Bild der Liebe! Sei gepriesen für jedes Volk der Erde! Sei gepriesen, denn du bist wunderbar, Herr! *Laudato si...*

Lesung aus dem Matthäusevangelium
- sehr frei übersetzt in die Sprache der Gegenwart -

Mit den Menschen ist es wie mit einem Mann, der auf Reisen ging.

Er rief seine Diener und vertraute ihnen sein Vermögen an. Aber nicht um es auf den Schrank zu stellen und anzuschauen, sondern um die Geschäfte weiterzuführen, die er in seiner Abwesenheit ja nicht bewerkstelligen kann.

Dem einen gab er fünf Talente Silbergeld, einem anderen zwei, wieder einem anderen eines, jedem nach seinen Fähigkeiten; denn er wusste, wer damit besser oder schlechter umgehen konnte.

Und weil er gerecht sein wollte und niemanden überfordern wollte, verteilte er sein Vermögen unterschiedlich, damit seine Diener darauf aufpassen mögen.

Dann reiste er ab.

Der Diener mit den fünf Talenten und der Diener mit den zwei Talenten dachten sich, man könne das ja investieren, vielleicht brings ein bisschen Gewinn. Hat zwar ein gewisses Risiko, aber hat funktioniert.

Der Diener aber mit nur einem Talent, wollte das nicht so machen, wie die anderen beiden, denn er hatte ja nur ein Talent. Wenn er das investiert und es verliert, dann hat er gar nichts mehr.

Es auf die Bank zu bringen, wo es nicht verloren gehen kann, aber unter Umständen ein paar wenige Zinsen bringen wird, hat er gar nicht gedacht. Er hats lieber vergraben und versteckt.

Nach langer Zeit kommt der Herr wieder zurück und will wissen, was aus seinem Vermögen geworden ist.

Die ersten beiden Diener gaben dem Herrn stolz sein Vermögen und die erwirtschafteten Gewinne zurück.

Der Herr freut sich wie Bolle und verspricht, dass ihnen in Zukunft sogar Haus und Grund anvertraut werden.

Nu kam der Diener mit nur einem Talent, gibt das eine zurück und anstatt dem Herrn zu erzählen, dass er keine Ahnung hatte, was er damit machen soll, macht er dem Herrn Vorwürfe, er sei ja viel zu streng, würde sich an anderen bereichern, vor ihm könne man ja nur Angst haben und daher hätte er es lieber versteckt, als es zu verlieren.

Der Herr hat ihm geantwortet, er hätte es doch auf die Bank bringen können. Da wäre es sicher gewesen und ein paar Zinsen hätte es auch gegeben.

Vielmehr aber hat wohl den Herrn geärgert, dass er von dem Diener für sein Versagen verantwortlich gemacht wurde.

„Du bist sowas von faul. Du bist ein schlechter Diener!“, hat er ihm gesagt und hat ihn entlassen.



Gedanken

Mag ja sein, dass der Diener auch Angst hatte das eine Talent zu verlieren.

Aber es war ihm wohl auch zu viel Arbeit es auf die Bank zu bringen, denn es war ja scheinbar bekannt, dass es dort Zinsen gibt und das Geld sicher ist, sonst hätte der Herr nicht davon erzählen können.

Die grundlegende Farge dieses Textes im Evangelium ist die Frage, inwieweit wir unser Leben vertun, weil wir die Gaben, die Gott uns geschenkt hat, nicht einsetzen.

Sie sind uns nicht gegeben um sie verkümmern oder ruhen zu lassen, sondern sie sind uns gegeben als Auftrag für eine bessere Welt und um den Menschen Hoffnung, Freude, Friede und Trost zu geben; auch, um dem Leben einen tieferen Sinn abzugewinnen als Vergnügen, Unterhaltung und Konsum.

Die zwei ersten Diener waren eifrig, engagiert.

Der dritte eben nicht.

Daher ist es auch wichtig kritisch auf die derzeitige Bewegung der „Work-Life-Balance“ zu schauen.

Gesellschaft pendelt oft zwischen einseitigen Sichtweisen hin und her.

Eure Großeltern haben sich oft in ihrer Generation kaputtgearbeitet. Das ist ebenso wenig im Sinne Gottes, wie ein Leben, das nur nach Vergnügen, Unterhaltung und Ablenkung verlangt.

Die Balance macht es aus, die das eigene Leben hegt, pflegt und erhält, als auch die gesellschaftlichen, beruflichen und beziehungs-dynamischen Pflichten ernst nimmt.

Daher seid Ihr nun gebeten Eure Idealmodelle einer Work-Life-Balance, die Ihr heute erarbeitet habt, vorzustellen.

Im Plenum wollen wir etwas darüber ins Gespräch kommen.

Are You using Your talents
for the body
of Christ?



Glaubensbekenntnis

**Ich glaube an Gott, den Vater, den Allmächtigen,
den Schöpfer des Himmels und der Erde,**

**und an Jesus Christus, seinen eingeborenen Sohn, unsern Herrn,
empfangen durch den Heiligen Geist,
geboren von der Jungfrau Maria,
gelitten unter Pontius Pilatus,
gekreuzigt, gestorben und begraben,
hinabgestiegen in das Reich des Todes,
am dritten Tage auferstanden von den Toten,
aufgefahren in den Himmel;
er sitzt zur Rechten Gottes, des allmächtigen Vaters;
von dort wird er kommen, zu richten die Lebenden und die Toten.**

**Ich glaube an den Heiligen Geist,
die heilige katholische Kirche,
Gemeinschaft der Heiligen,
Vergebung der Sünden,
Auferstehung der Toten
und das ewige Leben.
Amen.**

Fürbitten

**Konzentriert Euch nochmals auf den Menschen, dem Ihr am Anfang des
Gottesdienstes ein nettes, versöhnliches Wort entgegengebracht habt.**

Überlegt Euch nun:

Was könnte diesem Menschen guttun?

Was könnte ihm Gutes tun, womit ihm helfen?

Was könnte diese Person brauchen?

Nehmt Euch Zeit Euch diese Gedanken zu machen.

**Geht dann zu dieser Person hin. Schaut Euch an und formuliert jeweils
eine Fürbitte in einem Satz, den Ihr beginnt mit:**

„Ich bitte Gott für Dich, dass.....“

Nehmt Euch die Zeit, die Ihr füreinander braucht.

„Wir bringen freudig Brot und Wein“



1. Wir brin - gen freu - dig Brot und Wein.
2. Das ei - ne Brot kann nur ent - stehn,
3. Ge - kel - tert muß die Trau - be sein,
4. So nimm uns selbst mit Brot und Wein.



Nimm die Ga-ben an. —

Laß sie ein Frie-dens -
wenn vie - le Kör - ner
da - mit sie auf - er -
Laß uns ein - an - der

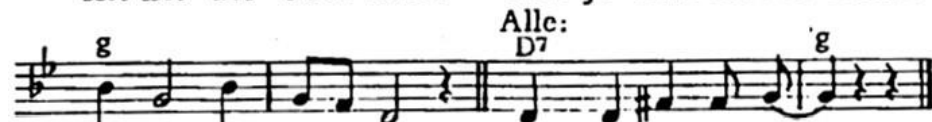


zei - chen sein.
un - ter - gehn.
steht im Wein.
frucht - bar sein.

Nimm die Ga-ben an. —



Kei - ner der Men - schen lebt ja vom Brot al - lein. —



Gib uns den Frie - den. Nimm die Ga - ben an. —

Eucharistisches Hochgebet

Als kleine Gemeinschaft sprechen wir das in zeitgemäße Sprache gefasste eucharistische Hochgebet gemeinsam. Nach unserem Glauben wird Gott nun direkt und konkret mitten unter uns sein.

Gott ist mehr als ein berühmter Fußballspieler, mehr als ein Staatsoberhaupt.

Daher stellen wir uns aus Respekt vor IHM und begrüßen mit jeweils einer Kniebeuge nach den Worten über Brot und Wein Jesus Christus in den Gestalten, die er als sein Leib und Blut ausweist.

Wir sprechen gemeinsam:

Allmächtiger und guter Gott!

Wir bitten Dich, dass Du nun persönlich mit Deinem Geist in unsere Mitte, hierher zu uns kommst. Wir bitten Dich, dass dieses Brot und dieser Wein die Formen und Gestalten sind, in denen Du höchstpersönlich und tatsächlich bei uns bist, Dein Leib, Dein Blut.

Denn am Abend, an dem Jesus das letzte Mal mit seinen Freundinnen und Freunden feiern konnte, versprach er ihnen, immer bei ihnen zu sein.

Er nahm das Brot, sagte Gott Dankeschön, teilte es aus und sprach:

**NEHMT UND ESSET ALLE DAVON.
DAS IST MEIN LEIB,
DER FÜR EUCH HINGEGEBEN WIRD.**

Wir machen alle eine angemessene Kniebeuge, halten Stille und konzentrieren uns mit all unseren Gedanken auf die Tatsache, dass Gott in diesem Brot nun bei uns ist.



Danach nahm er den Wein und sagte Gott wieder Dankeschön. Er reichte den Kelch mit dem Wein seinen Freundinnen und Freunden und sprach:

**NEHMT UND TRINKET ALLE DARAUS.
DAS IST DER KELCH DES NEUEN UND EWIGEN BUNDES
– MEIN BLUT –
DAS FÜR EUCH UND FÜR ALLE VERGOSSEN WIRD
ZUR VERGEBUNG DER SÜNDEN.
TUT DIES ZU MEINEM GEDÄCHTNIS.**

Wir machen alle eine angemessene Kniebeuge, halten Stille und konzentrieren uns mit all unseren Gedanken auf die Tatsache, dass Gott in diesem Wein nun bei uns ist.

Danke, Jesus Christus, dass Du nun bei uns bist.

Du lässt uns in unserem Leben nie alleine, denn Du liebst uns aus ganzem Herzen und weißt, dass wir Dich brauchen. Deine Hilfe, Deine Orientierung, Dein Trost, aber auch das Bewusstsein, wie sehr Du Dich mit uns freust, wenn wir glücklich sind – denn unser Glück ist Dein tiefster Wunsch für uns – selbst über den Tod hinaus.

Lass uns von Deiner Lebensweise und Lehre so viel verstehen und aufnehmen, dass wir unser Leben nach Dir ausrichten, denn es schafft Frieden, Versöhnung, Hoffnung und Zukunft für alle Menschen auf diesem Planeten.

Daher beten wir heute auch für alle Menschen, die sich auf friedliche Art und Weise einsetzen für eine bessere und gerechtere Welt und bitten Gott darum, dass auch wir zu diesem Menschen zählen; denn dazu sind wir durch Jesus berufen: „Selig, die Frieden stiften, denn sie werden Kinder Gottes genannt werden!“

Und wir gedenken nun aller Verstorbenen. Wir vermissen sie, trauern um sie, aber hoffen auch, dass sie im Himmel sind.

Wir halten Stille. Wer an jemanden konkret denkt, darf gerne dessen Namen in die Stille nennen, dann können wir alle für diesen Menschen beten. Man kann auch sagen „Meine Oma“, „Mein Onkel“, etc.....

Doxologie

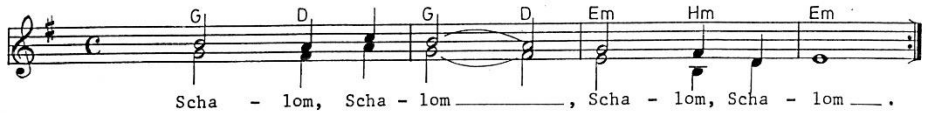
Durch ihn und mit ihm und in ihm,
ist Dir, Gott, allmächtiger Vater,
in der Einheit des Heiligen Geistes,
alle Herrlichkeit und Ehre,
jetzt und in Ewigkeit.
Amen.

Vater Unser

Friedensgruß

„Schalom, Schalom“

Text: Rainer Haak
Musik: Siegfried Fietz



Kommunion

Wir bekommen in unserem kleinen Kreis die Kommunion unter beiderlei Gestalten: Leib und Blut, Brot und Wein.

Es ist eine Ehre in Brot und Wein Gott zu begegnen; Gottes Geist in uns aufzunehmen, um mehr und mehr nach seinem Willen der Liebe, des Friedens, der Hoffnung und des Guten zu leben.

Daher werden wir in Stille, in höchstem Respekt vor Gott, ohne jegliche Bemerkung und Nebengespräche Gott und Jesus Christus in ihrem Geist empfangen. Kein Gekasper, kein Gekicher! Macht Euch klar, dass kein geringerer als Gott selber, die Macht, die dieses Universum hervorbrachte, Dich für so wichtig, besonders und bedeutsam, so einmalig und liebenswert erachtet, dass sie nun zu Dir kommen will und in Dir Leben schafft.

„Lord I want to be a Christian“

1. Lord, I want to be a Chris-tian In my heart, in my
2. Lord, I want to be more lov - ing In my heart, in my
3. Lord, I want to be more ho - ly In my heart, in my
4. Lord, I want to be like Je - sus In my heart, in my

heart, Lord, I want to be a Chris-tian In my heart.
heart, Lord, I want to be more lov - ing In my heart.
heart, Lord, I want to be more ho - ly In my heart.
hear, Lord, I want to be like Je - sus In my heart.

8

The musical score is written for a four-part choir (Soprano, Alto, Tenor, Bass) and piano accompaniment. It is in the key of B-flat major (two flats) and 4/4 time. The score is divided into two systems. The first system contains the first two lines of the hymn, and the second system contains the next two lines. The piano accompaniment is written in the right and left hands, with the right hand often playing chords and the left hand providing a bass line. The vocal parts are written in four staves, with the Soprano part at the top and the Bass part at the bottom. The lyrics are printed below the vocal staves, aligned with the corresponding notes.

In my heart, In my heart,
In my heart, In my heart,
Lord, I want to be a Chris-tian In my heart.
Lord, I want to be more lov - ing In my heart.
Lord, I want to be more ho - ly In my heart.
Lord, I want to be like Je - sus In my heart.

Segen

Jesus sagt, wir sollen die, mit denen wir eine Auseinandersetzung haben, nicht verfluchen, sondern segnen.

Geht nun ein drittes mal zu der Person, der ihr heute schon ein nettes, versöhnliches Wort und eine Fürbitte geschenkt habt.

Legt ihr beide Hände auf und sprecht einen Segen.

Wer sich mit einer eigenen Formulierung schwer tut, kann einfach nur sagen:

„Unser Gott, der Dich liebt, segne und behüte Dich im Namen des Vaters, des Sohnes und des Heiligen Geistes. Amen.“

Aber wie gesagt: Ihr dürft gerne den Segen auch mit eigenen Worten formulieren. Aber ernsthaft! Es ist die Zusage, dass Gottes Macht bei Dir sein und nicht von Deiner Seite weichen wird.

„Komm, Herr, segne uns“

1. Komm, Herr, seg-ne uns, dass wir uns nicht tren-nen,
son - dern ü - ber - all uns zu dir be - ken-nen.

Nie sind wir al - lein, stets sind wir die Dei - nen.

La - chen o - der Wei - nen wird ge-seg-net sein.

2. Keiner kann allein Segen sich bewahren. Weil du reichlich gibst, müssen wir nicht sparen. Segen kann gedeihn, wo wir alles teilen, Schlimmen Schaden heilen, lieben und verzeihn.
3. Frieden gabst du schon, Frieden muss noch werden, wie du ihn versprichst uns zum Wohl auf Erden. Hilf, dass wir ihn tun, wo wir ihn erspähen - die mit Tränen säen, werden in ihm ruhn.
4. Komm, Herr, segne uns, dass wir uns nicht trennen, sondern überall uns zu dir bekennen. Nie sind wir allein, stets sind wir die Deinen. Lachen oder Weinen wird gesegnet sein.

