



Mein Tag

– im Licht des
Liebesbündnisses

*„Ich schaue mein Leben an
– mit Gottes liebendem Blick,
im Bund mit Maria.“*

Einstieg

- ☐ Komm zur Ruhe. Werde still.
- ☐ Lade Maria ein, mit dir auf den Tag zu schauen:
*„Mutter, schaue du mit mir – zeig mir das Wirken
Gottes in meinem Leben.“*
- ☐ Bitte den Heiligen Geist um seinen Blick:
liebend, echt, heilend.

Ich glaube an mein Persönliches Ideal.

Was hatte heute mit meinem innersten Ruf, meinem Lebenssinn zu tun?

- ☐ Wann war ich im Einklang mit meinem Ideal?
- ☐ Wo habe ich gespürt: „Dafür bin ich da?“
- ☐ Wo habe ich mich entfernt – durch Ablenkung oder Oberflächlichkeit?

Herr, zeige mir, wo ich heute meinem Ideal treu war – und wo du mich neu rufen willst, es tiefer zu leben. Maria, hilf mir, mein Ideal zu leben so wie du.

Ich glaube, dass ich wachsen kann.

Wo durfte ich heute einen Schritt machen? Was habe ich heute gelernt?

- ☐ Welche Situation war Einladung zu innerem Wachstum: Geduld, Mut, Demut, Liebe, Klarheit?
- ☐ Wo habe ich mich verweigert oder bin alten Mustern gefolgt? Wo habe ich Gelegenheiten zum Wachstum bewusst wahrgenommen oder auch verpasst?
- ☐ Gab es einen Fehler, aus dem ich lernen durfte?

Herr, schenke mir den Mut, im Alltag zu wachsen – durch Erfolge und durch Herausforderungen.

Ich glaube, Gott wirkt in meinem Leben.

Wo habe ich heute Spuren Gottes entdeckt – oder suche sie noch?

- ☐ Gab es ein Geschenk, einen Trost, eine Freude, einen „Zufall“?
- ☐ Vielleicht war Gott verborgen gegenwärtig – in einer Begegnung, einem Wort oder in der Natur.
- ☐ Habe ich mich von Gott geführt erlebt – oder alles allein machen wollen?

Herr, öffne mir meine Augen für dein Wirken in meinem Leben – auch im Kleinen und Unscheinbaren.

Ich glaube, dass mein Beitrag zählt.

Was habe ich heute gegeben – mit Herz, Verstand, Händen?

- ☐ Wo habe ich einen Unterschied gemacht – in Gesten, in Worten, im Tun, im Zuhören?
- ☐ Welche Momente zeigten mir: Mein Handeln hat Bedeutung, auch wenn es niemand sieht?
- ☐ Wo habe ich Verantwortung übernommen – oder mich zurückgehalten?

Herr, hilf mir zu erkennen, wo mein Beitrag gebraucht wird. Gib mir Entschiedenheit und Freude zum Mittun oder Lassen, auch im Kleinen.

Ich glaube an dein Charisma.

Wo habe ich heute die Einzigartigkeit anderer gesehen – oder übersehen?

- ☐ Wen habe ich heute getroffen – und wie habe ich sie/ ihn angeschaut?
- ☐ Wo habe ich jemandem geholfen, mehr sie/er selbst zu sein – durch Vertrauen, Interesse, Ermutigung?
- ☐ Habe ich das Gute, das Heilige im anderen wahrgenommen – oder war ich kritisch, gleichgültig?

Herr, öffne mein Herz für den anderen – lass mich ihr/sein Charisma sehen und ehren. Schenke mir einen liebenden Blick.

Abschluss

Schau auf das Ganze:

- ☐ Welche Einsicht nehme ich aus diesem Rückblick mit?
- ☐ Was möchte ich morgen anders oder bewusster leben?
- ☐ Ich lege alles in Gottes Hände: Freude und Dank, Schwächen und Schuld, Hoffnung für morgen.

Herr, was du mir geschenkt hast, nehme ich mit Dank an. Was mir nicht gelungen ist, vertraue ich deiner Barmherzigkeit an. Für morgen schenke Mut, Liebe und Freude für die nächsten Schritte.

Maria, hilf mir immer mehr, deinen Sohn zu erkennen und ihm zu folgen, sei mir Sicherheit und Schutz für meinen Bund und mein Leben mit Gott und mit der Welt, geh die kleinen Schritte im Alltag mit mir: O meine Gebieterin ...