Dankbarkeit und Wertschätzung

Liebe Eltern und Grosseltern

Viele sind überzeugt, dass es allein an ihnen selber liegt, das Leben zu gestalten und zu meistern. Der Rückzug ins Individuelle fördert eine Lebenshaltung, die aber mehr und mehr an ihre Grenzen stösst. Dort, wo man auf sich allein gestellt ist, wird kaum jemand helfen.

Wer nur sich selber vertraut, kann schnell einmal den Lebenssinn verlieren. Krankheiten wie Erschöpfung, Depression und Burn-out zeugen von den Folgen dieser Selbstüberforderung. Zunehmend sind auch Jugendliche von diesen Symptomen betroffen.

Dabei ist der Mensch ein gemeinschaftliches Wesen. Keiner kann alles, und darum ist es gut, sich seiner Fähigkeiten zu freuen und dort, wo etwas nicht gelingt, auf die Unterstützung anderer zu vertrauen. Das Leben ist ein Geben und Nehmen, ohne dass darüber Buch geführt werden muss, wer wieviel beiträgt.

Die Währung für dieses Gemeinschaftsleben sind vielmehr Dankbarkeit und Wertschätzung. Wer sich und anderen den gebührenden Wert gibt, schätzt diese Gemeinschaft und kann dafür auch danken. Wer andern zugestehen kann, dass man dankbar ist, hilft sich selbst, nicht alles aus eigener Kraft tun zu müssen.

Das wird uns besonders auch im Herbst bewusst, wenn im Garten und auf den Feldern besonders eifrig geerntet wird. Die Fülle des Jahres kann gesammelt werden. Das zeigt, dass wir nicht alles aus eigener Kraft erkämpfen müssen, sondern uns viel geschenkt wird. Nehmen wir das zum Anlass, in unseren Familien diese Dankbarkeit bewusst zu pflegen.

So wünsche ich Euch allen einen dankbaren und wertschätzenden Herbst.

Euer
Christoph Beeler-Longobardi
Pfarreiseelsorger

Unser tägliches Brot

Im «Vater unser» beten wir, dass wir täglich etwas zum Essen auf dem Tisch haben. Für uns ist das selbstverständlich. Doch ohne viele Menschen, die diese Lebensmittel anbauen, ernten, transportieren, verarbeiten und verkaufen wäre das nicht möglich.

Dankbar für jeden Teller

Wenn wir am Tisch sitzen, können wir vor dem Essen einen Moment lang schauen, was da alles Leckeres serviert ist. Was ist wohl alles im Salat? Wie viele Zutaten brauchte es, um ein Gericht zu kochen? Wer hat da alles mitgewirkt, bis das Essen bereit war?

Da haben wir die Möglichkeit, mit einem kleinen Gebet auch Gott zu danken. Und das geht zum Beispiel so:

> Mama: «Lieber Gott, ich bin dankbar für den Blumenkohl»
> 1. Kind (Susi): «Lieber Gott, Mama ist dankbar für den Blumenkohl, ich bin dankbar, dass Mama gekocht hat.»
> 2. Kind: «Lieber Gott, Mama ist dankbar für den Blumenkohl, Susi ist dankbar, dass Mama gekocht hat und ich bin dankbar, dass es auch noch Nudeln gibt.»

Bei kleinen Familien mit grossen Kindern kann man ja noch eine zweite Runde anhängen.

Essen geniessen

Früchte können ganz langsam gegessen werden. Gelingt es, mindestens 10x zu kauen, bevor man einen Bissen hinunterschluckt? Vielleicht verändert sich dabei der Geschmack.
Probiert es mal mit Brot: Je länger Ihr kaut, umso süsser wird es dabei.

Was ist da drin?

Es ist auch mal spannend, den Vorratsraum oder den Kühlschrank auszukundschaften. Da hat es viele Produkte, denen man die Zutaten kaum ansieht.

- Woraus besteht Rösti schon wieder?
- Welches Gemüse steckt im Ketchup?
- Was braucht es für Rosinen?
- Woraus sind Chips gemacht?
- Was steckt alles in einem Joghurt?

Kochstudio

Am besten lernt man, was in einem Essen ist, wenn man es selber zubereitet. Kochstudios im Fernsehen und auf youtube sind beliebt. Warum sich nicht selber mal als familieninternen Influencer zu versuchen?

In der Küche um den Tisch sitzen. Zutaten bereitlegen, Schritt für Schritt die Lebensmittel zusammenfügen. So entsteht allmählich ein Brot, eine Suppe, ein Salat. Wer Lust hat, darf zwischendurch vielleicht sogar was naschen.

Man kann das ganze natürlich auch mit dem Handy aufnehmen!

Wohin mit dem Müll?

Damit Nahrung wächst, braucht es gesunden Boden, gesunde Luft und gesundes Wasser. Es ist deshalb nötig, zur Natur sorge zu tragen. Als Familie können wir uns überlegen, was mit dem Abfall geschehen soll.

- Was können wir getrennt entsorgen?
- Wo lässt sich Abfall vermeiden?
- Was könnten wir mit übriggebliebenen Lebensmitteln noch machen?

Angebote und Gottesdienste

In unserer Pfarrei sind gross und klein jederzeit herzlich willkommen. Die Kirche ist tagsüber immer offen für individuelle Besuche. Gerne sind wir auch für ein Gespräch bereit, egal, wo der Schuh drückt.

Natürlich haben wir auch einige Angebote, die Ihr zusammen mit andern erleben könnt. Deshalb haben wir einige Anlässe bereit, welche auf Euch zugeschnitten sind. Einige davon haben wir hier zusammengestellt. Andere findet Ihr auf unseren Pfarreiseiten im «Nottwil aktuell» oder auf unserer Website: https://pfarrei-nottwil.ch/veranstaltungen/

Mi, 6. Sept. 2023		Märlinachmittag (Familientreff FG Nottwil)*
Do, 19. Okt. 2023		Krabbeltreff (Familientreff FG Nottwil)*
Mi, 25. Okt. 2023		Herbstbacken (Familientreff FG Nottwil)*
9.-13. Okt. 2022		Ferienpass (Frauengemeinschaft Nottwil)
Sa, 28. Okt. 2023	*19.00*	Familiengottesdienst mit der 7. Klasse
Fr, 3. Nov. 2023		Räbeliechtli-Umzug (Familientreff FG Nottwil)*
Fr, 10. Nov. 2023		Krabbeltreff (Familientreff FG Nottwil)*
So, 12. Nov. 2023	09.15	Familiengottesdienst mit der 6. Klasse
Mi, 22, Nov. 2023		Weihnachtswerkstatt (Familientreff FG Nottwil)*
So, 3. Dez. 2023	18.00	Samichlaus-Einzug*
Di, 5. Dez. 2023	15.30	Adventsgeschichte*
Mi, 6. Dez. 2023	07.00	Roratefeier für Schüler und Schülerinnen
So, 10. Dez. 2023	17.00	Liechtlifiir*
Di, 12. Dez. 2023	15.30	Adventsgeschichte*
Fr, 14. Dez. 2023		Krabbeltreff (Familientreff FG Nottwil)*
Sa, 16. Dez. 2023	16.30	Waldweihnacht im Bühlwäldli*
Di, 19. Dez. 2023	15.30	Adventsgeschichte*
So, 24. Dez. 2023	16.00	Familienfeier mit Krippenspiel *

* besonders empfohlen auch für Kinder im Vorschulalter

Anregungen für den Glauben im Alltag

Unser Familienbrief gibt regelmässig alle paar Monate Ideen, wie der Glaube auch daheim in der Familie entdeckt werden kann. Ihr könnt ihn als Newsletter bestellen unter familienbrief@pfarrei-nottwil.ch

PASTORALRAUM
REGION SURSEE