

## **„Die 5 Steine des Davids“**

### **1. Gebet**

Fundament des gelebten Glaubens ist das regelmäßige Gebet mit dem Herzen, als Dienst in der Kirche und zur persönlichen Begegnung mit dem dreifaltigen Gott. Als vorzügliches Mittel, dabei „in der Schule Mariens“ die Schönheit des Antlitzes Christi und sein Leben und Heilswirken zu betrachten und sich in die Erfahrung der Tiefe seiner Liebe einführen zu lassen, (vgl. Rosarium Virginis Mariä) nimmt dabei das tägliche, betrachtende Rosenkranzgebet einen besondern Stellenwert ein.

### **2. Eucharistie**

Die bewusste Teilnahme an der Eucharistiefeier, als der Quelle und dem Mittelpunkt des täglichen Lebens in der Welt (vgl. Mane Nobescum Domine) wird möglichst täglich angestrebt. Der Verehrung und Anbetung des in der Eucharistie gegenwärtigen Herrn gilt besondere Hochschätzung.

### **3. Lesen in der Heiligen Schrift.**

Die Mitglieder erkennen ihre Berufung, Träger des Evangeliums, insbesondere in ihren Familien zu sein. Dem tägliche Lesen und Betrachten des Wortes Gottes soll deshalb eine angemessene Zeit eingeräumt werden und die Hl. Schrift einen würdigen und sichtbaren Platz in der Wohnung erhalten.

### **4. Fasten**

Entsprechend den Anregungen der Hl. Schrift soll das regelmäßige Fasten

- als Dienen für Gott (vgl. Luk 2, 36),
- als Dienst am Nächsten (Vgl. Jes 58, 7) und
- als Verzicht auf falsche Abhängigkeiten und Bindungen zur Heilung von Seele und Leib und zur Hinwendung auf die alles erfüllende Liebe Gottes eingeübt werden.

Als konkreten Schritt hierfür wird mittwochs und freitags „ein Leben mit Brot und Getränken“ angestrebt. Aber auch aus anderen Formen des Verzichtes -je nach Lebenssituation und körperlicher Verfassung- soll darüber hinaus die erforderliche Bereitschaft erwachsen, in caritativer Liebe auf den Nächsten zuzugehen. (vgl. auch Enzyklika Deus Caritas Est, Ziff. 18)

### **5. Regelmäßige Beichte**

Durch die regelmäßige, möglichst monatliche Reinigung des Gewissens bei der Hinwendung an die barmherzige und alles verzeihende Liebe Gottes im Sakrament der Buße bzw. Beichte erfolgt die Selbstbesinnung auf die je eigene Begrenztheit und die Öffnung für den Gnadenstrom Gottes, der Trennungen überwindet und „Gott alles in allem“ werden lässt. (vgl. 1Kor 15,28)

Die Angehörigen bemühen sich zunächst, ihren Glauben fruchtbringend dort, wo Gott sie hin gerufen hat, zu leben: in der eigenen Familie, Pfarrei und Arbeitswelt. Zur geistigen Erbauung und zur Vertie-

fung dieses im Alltag gelebten Glaubens ihrer Angehörigen lädt die Gemeinschaft in regelmäßigen Abständen zu Gebetstreffen, Einkehrtagen, Exerzitien und Wallfahrten ein.

Entsprechend den Anregungen der Hl. Schrift soll das regelmäßige Fasten

- als Dienen für Gott (vgl. Luk 2, 36),
- als Dienst am Nächsten (Vgl. Jes 58, 7) und
- als Verzicht auf falsche Abhängigkeiten und Bindungen zur Heilung von Seele und Leib und zur Hinwendung auf die alles erfüllende Liebe Gottes eingeübt werden.

Als konkreten Schritt hierfür wird mittwochs und freitags „ein Leben mit Brot und Getränken“ angestrebt. Aber auch aus anderen Formen des Verzichtes -je nach Lebenssituation und körperlicher Verfassung- soll darüber hinaus die erforderliche Bereitschaft erwachsen, in caritativer Liebe auf den Nächsten zuzugehen. (vgl. auch Enzyklika Deus Caritas Est, Ziff. 18)

## **5. Regelmäßige Beichte**

Durch die regelmäßige, möglichst monatliche Reinigung des Gewissens bei der Hinwendung an die barmherzige und alles verzeihende Liebe Gottes im Sakrament der Buße bzw. Beichte erfolgt die Selbstbesinnung auf die je eigene Begrenztheit und die Öffnung für den Gnadenstrom Gottes, der Trennungen überwindet und „Gott alles in allem“ werden lässt. (vgl. 1Kor 15,28)