Jugendverbände der Gemeinschaft Christlichen Lebens
(Hrsg.)

ICH – WIR – HIER

Mit Jugendlichen heilige Orte im Alltag entdecken

Methoden und Veranstaltungsformate

Augsburg, 2011

Methoden und Veranstaltungsformate

Für alle, die selbst gern einzelne Methoden oder auch die mehrtägigen Veranstaltungsformate, die im Rahmen des Projekts „ICH-WIR-HIER“ entwickelt wurden, in ihrem Praxisfeld ausprobieren möchten, bieten wir diese nachfolgend in Form anwendungsfreundlicher Vorlagen an.

Die Zuordnung der einzelnen Methoden zu den Modulbereichen „ICH“, „WIR“, „HIER“ und „ICH-WIR-HIER“ ist nicht trennscharf. Sie markiert den Schwerpunkt, den wir in der Praxis gesetzt haben. Selbstverständlich werden meist auch andere Modulbereiche tangiert bzw. angesprochen.

Für die Einzelmethoden wie für die Veranstaltungsformate gilt, dass sie stets den spezifischen Bedürfnissen, Gegebenheiten und Möglichkeiten im eigenen Praxisfeld angepasst werden können und sollen.

Mit der ausführlichen Darstellung unserer Methoden und Konzepte möchten wir dazu anregen, sie selbst umzusetzen und weiter damit zu experimentieren. Gern bieten wir dafür unsere Unterstützung an.

Übersicht der Methoden und Veranstaltungsformate

Methoden zum Modul **„ICH“**

1. Orte, die ich mit Gott in Verbindung bringe
2. Kreatives Gestalten – Heiliger Ortsplan
3. Die Gottsuche im Internet
4. Tageseinstieg „Der Ort, wo du stehst, ist heiliger Boden“
5. Chillout-Evensong
6. Der flexible Do-it-yourself-Tagesimpuls
7. Was mir im Leben wichtig ist
8. Stiller Morgenimpuls
9. Kreatives Schreiben – Mein heiliger Ort
10. Impuls – Fokus der Aufmerksamkeit
11. Gebet der liebenden Aufmerksamkeit

Methoden zum Modul **„WIR“**

1. Fotocollage – Unsere J-GCL-Spiritualität
2. J-GCLer/in sein
3. Gemeinsam entscheiden in der Gruppe
4. Spirituelle Rituale in den J-GCL
5. magis-Runde

Methoden zum Modul **„HIER“**

1. Wohnen in der Fuggerei
2. „Zieh deine Schuhe aus ...!“ – Experimente in der Stadt
3. Blick auf die Stadt
4. „Einfach dasitzen und vor sich hin schauen.“
5. Alternative „Stattführung“ selbst entwickeln und anbieten
6. Fotoaktion „Was? Heilig?!“
7. „Wo sind in XY eigentlich die …?“ – Ein Suchspiel mit spirituellem Rahmen
8. Politisches Nachtgebet
9. Sich einlassen

Methoden zum Modul **„ICH-WIR-HIER“**

1. „Der Ort, wo du stehst, ist heiliger Boden“ – Gottesdienst zu Ex 3,1-14
2. ICH-WIR-HIER-Kaleidozyklus
3. Denkzettel „Der Ort, wo du stehst, ist heiliger Boden“
4. Poetische (bzw. kreative) Lichterspur
5. Impuls im öffentlichen Raum: Käsefüße und Denkzettelchen
6. Dreifaches Morgengebet

ICH-WIR-HIER **Veranstaltungsformate**

- ICH – WIR – HIER „Mittendrin in Augsburg“
- Woche gemeinsamen Lebens (WGL)
  - „ICH-WIR-HIER“
  - „Zieh deine Schuhe aus ...“

Orte, die ich mit Gott in Verbindung bringe

Kurzbeschreibung: Wir machen uns Orte bewusst (im konkreten wie im übertragenen Sinn), die uns helfen, „Gott in allen Dingen zu suchen und zu finden“ (Ignatius v. Loyola).

Einsatzmöglichkeit: Gruppenstunde, Workshop, Einzelarbeit, thematische Leitungsrunde/-klausur, o. Ä.

Teilnehmendenzahl: max. ca. 15 TN

Dauer: ca. 3 Stunden

Material:

- Plakat mit dem Zitat „Der Ort, wo du stehst, ist heiliger Boden.“ (Ex 3,5)
- Großer Papierbogen und Stifte für das Schreibgespräch
- Digitalkameras
- Kopie der Kopiervorlage *(→ Anlage 1)* für jede/n TN
- Beamer

Voraussetzungen/Raum:

ein größerer Raum, in dem alle um ein Plakat herum sitzen und schreiben können;
Gelände, in dem sich die TN frei bewegen können (ideal: eine Stadt)

Durchführung

1. **Schreibgespräch: „Orte, die mir gut tun / Orte, an denen ich mich wohlfühle“**
   a) Plakat mit dem Zitat „Der Ort, wo du stehst, ist heiliger Boden.“ (Ex 3,5) liegt in der Mitte.
   „Es geht heute darum, dass wir uns bewusst machen, was für uns einen Ort zu einem bedeutungsvollen Ort macht. Wir wollen deshalb erst darüber nachdenken, welche Orte uns denn überhaupt gut tun. Wir tun das als *Schreibgespräch*, d.h. schweigend chattend. Wir verständigen uns nur schriftlich. Man kann also aufschreiben, was einem/einer durch den Kopf geht, kommentieren, was andere geschrieben haben, diskutieren usw.“
   b) Gemeinsames Lesen und Betrachten des Plakats: Welche Eigenschaften/ Faktoren tragen dazu bei, dass ein Ort zu einem Ort wird, der Menschen gut tut?
2. **Fotografieren: Orte, die ich mit Gott verbinde** *(ca. 1 Stunde)*
   Die TN bekommen den Auftrag, mit einer Digitalkamera Motive festzuhalten, die sie mit Gott in Verbindung bringen. Sie dürfen gern auch mehrere Motive fotografieren. Auf dem ausgeteilten Blatt *(→ Anlage 1)* werden die Überlegungen zur Motivwahl festgehalten.
3. **Längere Pause**
   Die gemachten Fotos werden währenddessen von den Digitalkameras auf einen Computer überspielt, von dem aus sie per Beamer an die Wand projiziert werden können.
4. **Vorstellen der Fotos** *(max. 5 Minuten je TN)*
   Jede Person, die will (möglichst natürlich jede), zeigt ihre Fotos. Die anderen haben zunächst die Möglichkeit zu äußern, was sie sehen und/oder was ihnen auffällt. Dann erzählt die Person selbst, was sie fotografiert hat und warum, und was sie dazu noch erzählen möchte.
5. **Möglichkeit zu Kommentieren, Austausch bzw. Diskussion** *(ca. 15 Minuten)*
   Impulsfragen hierfür können sein:
   Was ist euch aufgefallen? Welche Gemeinsamkeiten habt Ihr entdeckt? Was von den Fotos der anderen hat euch selbst inspiriert? Auf welche Idee wärst Du von Dir aus nie gekommen?
   Je nach Gruppe: Wenn nicht Ihr, sondern eine ganz normale Schulklasse fotografiert hätte: Wäre dabei etwas anderes herausgekommen? Warum?

6. **Reflexion:** Was ist mir schwer gefallen, was ist mir leicht gefallen? Wie war es, hier in der Gruppe über ein solches Thema zu sprechen?

Es sollte genügend Zeit eingeplant werden, dass die TN auch über das Thema „Sprechen über den Glauben“ ins Gespräch kommen können, aber gleichzeitig soll auch nichts erzwungen werden.

7. **Abschluss:** *(beispielsweise als Tagesabschluss in Anlehnung an das Gebet der liebenden Aufmerksamkeit)*
Zeit der Stille, in der die entstandenen Fotos als „Diashow“ fortlaufend gezeigt werden, evtl. von leiser Musik untermalt.
„Schaut die Fotos nochmal an. Ruft Euch in Erinnerung, was Ihr selbst dazu gedacht habt, was andere dazu gesagt haben. Was klingt noch nach vom Suchen nach Fotomotiven, vom Vorstellen der Fotos hier in der Gruppe, vom Sprechen über Gott …
Lasst die Bilder und Eindrücke nochmal auf euch wirken. Was bewegt Dich noch? ...“

Variationsmöglichkeiten:

- Aufgabenstellung kann thematisch weiter oder enger gestellt werden.
- Ohne Kameras: Jede/r TN sucht ein Motiv und führt die anderen dorthin und erklärt vor Ort.

Anlage: Arbeitsblatt „Der Ort, wo du stehst, ist heiliger Boden“ (Kopiervorlage)

„Der Ort, wo du stehst, ist heiliger Boden.“ (Ex 3,1-14)

1. Beschreibe Dein Bild!

2. Warum hast Du dieses Motiv ausgesucht?

3. Was macht einen Ort für Dich zu einem „heiligen Ort“?

Kreatives Gestalten – Heiliger Ortsplan

Orte, die für mein Leben von Bedeutung sind.

Kurzbeschreibung: Wir machen uns Orte bewusst (im konkreten wie im übertragenen Sinn), die uns helfen, „Gott in allen Dingen zu suchen und zu finden“ *(Ignatius v. Loyola)*.

Einsatzmöglichkeit: Gruppenstunde, Workshop, Einzelarbeit, thematische Leitungsrunde/-klausur, o.Ä.

Teilnehmendenzahl: ab 1 Person durchführbar

Dauer: c.a. 1,5 Stunden

Material:

- Plakat, beschriftet mit „Der Ort, wo du stehst, ist heiliger Boden“
- Bibel bzw. Kopie von Ex 3,1-5 (siehe Anlage)
- pro Person mindestens einen großen Papierbogen
- Fingerfarben o.Ä., Pinsel, Malstifte
- evtl. alte Zeitungen zum Auslegen
- evtl. Hintergrundmusik

Voraussetzungen/Raum:

ein größerer Raum oder mehrere Räume, wo sich die Anwesenden zum Malen jeweils mit ihren Malbögen zurückziehen können

Durchführung

1. **Plakat** mit dem Leitzitat von IWH **„Der Ort, wo du stehst, ist heiliger Boden.“** liegt in der Raummitte.
2. **Vorlesen:** Bibeltext Ex 3,1-5
3. **Einleitung:** „Es geht heute darum, dass wir uns bewusst machen, was für uns persönlich heilige Orte sind.“
4. **Kanon:** „Jeder Teil dieser Erde ist meinem Volk heilig.“
   (z.B. zu finden im Liederbuch „Troubadour für Gott“;
   zum Probehören: http://www.youtube.com/watch?v=gUmdAaDJWIk)
5. **Malaktion:** **Jede/r malt einen „Ortsplan der eigenen heiligen Orte“** *(ca. 30 Minuten)*
   Einführung: Jede Person nimmt sich einen Malbogen und markiert als erstes den eigenen „Standort“ darauf, indem sie die eigenen Fußsohlen mit Farbe bestreicht und sich auf den Malbogen stellt.
   Anschließend überlegt jede Person, welche Orte ihr im konkreten wie übertragenen Sinn heilig sind, und malt diese als Ortsplan auf den Malbogen. (Auch Menschen können „Orte“ sein oder Gruppen, Zeiten, Rituale u.Ä.) Wer will, kann auch markieren, an welchen Orten er/sie sich oft aufhält, an welchen Orten er/sie sich gerne öfter aufhalten würde usw.
6. **Runde zum Vorstellen der Ortspläne** *(ca. 30 Minuten)*
   Jede Person, die will (möglichst natürlich jede), zeigt ihr Bild.
   Die anderen haben zunächst die Möglichkeit zu äußern, was sie sehen und/oder was ihnen auffällt.
   Dann erzählt die Person selbst, was sie gemalt hat und was sie dazu erzählen möchte.
7. **Möglichkeit zu Kommentieren, Austausch bzw. Diskussion** *(ca. 15 Minuten)*
   Impulsfragen hierfür können sein:
   Was ist Euch aufgefallen? Was von den Ortsplänen und Erzählungen der anderen hat Euch selbst inspiriert? Gibt es irgendwelche Anregungen, die jemand persönlich oder die die ganze Gruppe vertiefen, im Alltag aufgreifen will? Welche und wie?
8. **Kanon:** „Jeder Teil dieser Erde ist meinem Volk heilig.“ *(wie 4.)*
9. **Vorlesen:** Bibeltext *(wie 2.)*

Variationsmöglichkeiten:

Auch Legematerial, Spielzeug, Schnur, Bauklötze, Spielfiguren können zur Gestaltung verwendet werden.

Anlage: Bibeltext Ex 3,1-5 (Kopiervorlage)

Der Ort, wo du stehst, ist heiliger Boden (Ex 3,1-5)

Mose weidete die Schafe und Ziegen seines Schwiegervaters Jitro, des Priesters von Midian. Eines Tages trieb er das Vieh über die Steppe hinaus und kam zum Gottesberg Horeb. Dort erschien ihm der Engel des Herrn in einer Flamme, die aus einem Dornbusch emporschlug. Er schaute hin: Da brannte der Dornbusch und verbrannte doch nicht.

Mose sagte: Ich will dorthin gehen und mir die außer- ge- wöhnliche Erscheinung ansehen. Warum verbrennt denn der Dornbusch nicht?

Als der Herr sah, dass Mose näher kam, um sich das anzusehen, rief Gott ihm aus dem Dornbusch zu: Mose, Mose!

Er antwortete: Hier bin ich.

Der Herr sagte: Komm nicht näher heran! Leg deine Schuhe ab, denn der Ort, wo du stehst, ist heiliger Boden.

Der Ort, wo du stehst, ist heiliger Boden (Ex 3,1-5)

Mose weidete die Schafe und Ziegen seines Schwiegervaters Jitro, des Priesters von Midian. Eines Tages trieb er das Vieh über die Steppe hinaus und kam zum Gottesberg Horeb. Dort erschien ihm der Engel des Herrn in einer Flamme, die aus einem Dornbusch emporschlug. Er schaute hin: Da brannte der Dornbusch und verbrannte doch nicht.

Mose sagte: Ich will dorthin gehen und mir die außer- ge- wöhnliche Erscheinung ansehen. Warum verbrennt denn der Dornbusch nicht?

Als der Herr sah, dass Mose näher kam, um sich das anzusehen, rief Gott ihm aus dem Dornbusch zu: Mose, Mose!

Er antwortete: Hier bin ich.

Der Herr sagte: Komm nicht näher heran! Leg deine Schuhe ab, denn der Ort, wo du stehst, ist heiliger Boden.

Die Gottsuche im Internet

Kurzbeschreibung: „In allem Gott suchen und finden“ ist das Leitmotiv, mit dem die ignatianische Spiritualität überschrieben ist. Warum also nicht einfach mal im Internet rumstöbern. Immerhin gibt es ja hier sogar Suchmaschinen, die vielleicht helfen könnten.

Einsatzmöglichkeit: Gruppenstunde, Leitungssitzungen o. Ä.

Teilnehmendenzahl: 2 bis ca. 12 TN (je nach Anzahl der Computer), aber auch alleine durchführbar

Dauer: flexibel und abhängig von TN-Zahl, i.d.R. min. 30 und max. 80 Minuten

Material:

- Je TN oder je Zweier-Team ein Computer mit Internetzugang und ggf. einem Textverarbeitungsprogramm
- bei mehr als vier TN benötigt man für die Auswertung eine Möglichkeit, um Daten zu übertragen (z.B. über ein Netzwerk oder einen USB-Stick) und es empfiehlt sich der Einsatz eines Beamers

Voraussetzungen/Raum:

Die TN sollen sich während des Surfens nicht gegenseitig stören, was vor allem wichtig ist, wenn in Teams gearbeitet wird.

Durchführung

1. **Vorbereitung**:
   Auf allen Computerarbeitsplätzen wird im Internetbrowser die Seite einer Suchmaschine geöffnet (empfohlen wird http://www.ecosia.org) sowie im Textverarbeitungsprogramm eine neue Datei angelegt.
2. **Einführung** *(ca. 5 Minuten)*
   Der Satz „In allem Gott suchen und finden“ wird den TN vorgestellt und dann auf das Internet bezogen. Auch hier soll mit Hilfe einer Suchmaschine Gott oder zumindest Hinweise auf ihn gesucht werden.
   Die Regeln (siehe nächster Punkt) werden vorgestellt und technische Fragen geklärt. Die Zeit für das Surfen im Internet wird festgelegt (empfohlen werden mindestens 20 und maximal 45 Minuten).
3. **Gott suchen (und finden) im Internet** *(je nach Vereinbarung 20 bis 45 Minuten)*
   Die TN verteilen sich alleine oder in Zweier-Teams auf die Computerarbeitsplätze. Dort sollen sie im Suchfeld der Suchmaschine den Begriff „Gott“ eingeben und die Suche starten. Im Internet darf und soll nun nur gesurft und navigiert werden, indem auf Links geklickt wird, die auf der jeweiligen Seite bereits angezeigt werden. Eine Direkteingabe von Internetadressen oder ein erneutes Suchen nach anderen Begriffen ist nicht zulässig.
   Jeder Link, auf den geklickt wird, bzw. jede neu geöffnete Seite soll in der Textdatei festgehalten werden, indem die jeweilige Internetadresse dorthin kopiert wird. Zudem soll die Adresse mit einem kurzen Kommentar ergänzt werden (maximal 2 Sätze), der beschreibt, warum man sich für diesen Link entschieden hat.
4. **Auswertung** *(je TN ca. 3 bis 5 Minuten)*
   Sofern sich alle TN noch gut um einen Bildschirm versammeln können, was bis maximal vier der Fall sein dürfte, geht man nun von Computer zu Computer, um die jeweiligen Wege auszuwerten. Bei mehr als vier TN werden die Textdateien auf einem Rechner, an den ein Beamer angeschlossen ist, gesammelt (z.B. mit USB-Stick).
   Jede/r TN bzw. jedes Team stellt dann den anderen den eigenen Weg vor. Dabei sollen vor allem die Gründe, warum auf die jeweiligen Links geklickt wurde, erläutert werden. Zudem können besondere „Fundstücke“ herausgestellt werden.
5. **Abschlussreflexion** *(ca. 5 bis 10 Minuten)*
   In einer kurzen Abschlussreflexion kann einer der beiden folgenden Fragen nachgegangen werden:
   Frage 1 Lässt sich Gott mit Hilfe des Internets finden bzw. steckt Gott im Internet?
   Frage 2 Was lässt sich aus meinem Weg in dieser Übung ableiten, wie ich – auch wenn ich einfach nur im Internet surfe – meine Entscheidungen treffe.

Variationsmöglichkeiten:

Die z.T. kostenlose Cloud-Anwendung Prezi (http://prezi.com) funktioniert wie ein endlos großes, weißes Blatt Papier, auf dem von mehreren TN gleichzeitig Einträge vorgenommen werden, so dass Prezi beispielsweise für ein digitales Schreibgespräch oder eine Mind-Map eingesetzt werden kann. Daher ist sie auch für die Übung „Gottsuche im Internet“ geeignet. Hierzu fügen die TN ihre gefundenen Adressen und die dazugehörigen Kommentare nicht in die Textdatei ein, sondern eben bei Prezi. Um mit Prezi umgehen zu können, ist eine Einarbeitungszeit von etwa zehn Minuten notwendig. Außerdem müssen alle TN bei Prezi mit einer E-Mail-Adresse registriert sein.

Das fertige Ergebnis stellt dann einen Stern dar, in dessen Mitte der gemeinsame Suchbegriff „Gott“ steht, von dem dann allerdings individuelle Wege in die unterschiedlichen Richtungen gehen. Eine solche Darstellung kann wiederum Grundlage für weitere Gespräche sein, so dass sich der notwendige Aufwand durchaus lohnen kann.

Treffen sich die TN zudem noch gleichzeitig in einem Chat-Raum oder in einer Telefonkonferenz, so müssen die TN nicht an einem Ort zusammen sein, sondern die Übung kann vollends im virtuellen Raum stattfinden.

Tageseinstieg
„Der Ort, wo du stehst, ist heiliger Boden“

Kurzbeschreibung: Ich mache mir bewusst, wie es sich anfühlt, was es bedeuten und bewirken kann, wenn ich davon ausgehe, dass der Ort, an dem ich stehe, tatsächlich heiliger Boden ist.

Einsatzmöglichkeit: Tageseinstieg;
Einstieg in eine Gruppenstunde, eine themat. Leitungsrunde/-klausur, einen Workshop o. Ä.

Teilnehmendenzahl: ab 1 Person durchführbar

Dauer: 15 Minuten

Material:

- Plakat, beschriftet mit „Zieh deine Schuhe aus, denn der Ort, wo du stehst, ist heiliger Boden“;
- Kerze, Zündhölzer bzw. Feuerzeug;
- pro Person ein Liedblatt und ein personalisierter Ausdruck in der Ich-Du-Form[1] von Ex 3,1-14;

Voraussetzungen/Raum:

großzügig gestellter Stuhlkreis

Durchführung

1. **Plakat „Zieh deine Schuhe aus, denn der Ort, wo du stehst, ist heiliger Boden.“** liegt in der Raummitte.
2. **Vorlesen:** Erster Teil des Bibeltextes bis einschl. dem Satz „Zieh deine Schuhe aus ...“
3. **Einleitung:** „Zum Beginn dieses ... lade ich Euch ein, Euch bewusst zu machen, wie es sich anfühlt, was es bedeuten und bewirken kann, wenn ich davon ausgehe, dass der Ort, an dem ich stehe, tatsächlich heiliger Boden ist.“
4. **Kanon:** „Jeder Teil dieser Erde ist meinem Volk heilig.“
(z.B. zu finden im Liederbuch „Troubadour für Gott“;
zum Probehören: http://www.youtube.com/watch?v=gUmdAaDJWIk)
5. **Körperübung:** Einladung, das zu tun, was Gott in der Exodus-Stelle zu Mose sagt: Die Schuhe ausziehen. Wenn alle bzw. die, die wollen, „unbeschuht“ sind, folgt eine kurze Anleitung zum möglichst lockeren und aufrechten Stehen. „Wie fühlt es sich an, ohne Schuhe auf dem Boden zu stehen? Was löst das bei mir aus? Der Ort, wo ich stehe, ist heiliger Boden. Wenn ich das wirklich glaube, was passiert dann? Was fühle ich? Was bewirkt, wenn ich glaube, dass da, wo ich stehe, heiliger Boden ist?“
6. **Austausch:** *(nur, falls etwas mehr Zeit zur Verfügung steht)*
Äußerung von Erlebtem, d.h. es gibt die Möglichkeit, Eindrücke, Gedanken bzw. Empfindungen zu äußern, entweder seitens der TN oder auch der Leitung.
7. **Überleitung:** Alle bleiben stehen. „Lassen wir uns so, wie wir hier stehen, vom Wort Gottes ansprechen. Damit wir uns direkter angesprochen fühlen, lese ich den Bibeltext leicht abgewandelt vor.“ (Beginnend mit der Passage „Zieh deine Schuhe aus.“ wird die Ich-Du-Variante vorgelesen. An der Stelle mit der direkten Namensnennung werden alle Vornamen der Anwesenden – nur je einmal – genannt.)
8. **Einzelbesinnung:**
Jede Person bekommt ihren personalisierten Bibelstellenausdruck mit der Einladung, ein paar Minuten lang den Text bzw. das, was er oder Teile von ihm ausgelöst haben, auf sich wirken zu lassen. Impulsfragen: Was hat mich beim Hören besonders angesprochen? Was spricht mich beim Lesen an? Wo möchte ich gerne etwas verweilen?

1 Willi Lambert SJ empfiehlt als eine sinn-volle Art der Bibelarbeit und Schriftmeditation das Umformulieren eines Bibeltextes, in dem es v.a. um Gott/Jesus und ein Gegenüber geht, in Ich-Du-Form. Hier heißt das zum Beispiel, dass aus „Gott sprach zu Mose“ „Du sprachst zu mir“ usw. wird. An der Stelle, an der Gott spricht „Mose, Mose!“ wird jeweils der Vorname der einzelnen Teilnehmenden eingefügt. Die Leitung muss also im Vorfeld die Vornamen der Teilnehmenden in Erfahrung bringen und für jede Person einen umgeschriebenen Bibeltext in Ich-Du-Form (inkl. Abänderung des „N.N., N.N.!“) ausdrucken.

9. **Lied:** „Und ein neuer Morgen“ von Gregor Linßen
Vorab kann ein kurzer Hinweis auf den brennenden Dornbusch hinsichtlich dem Textteil in Strophe 2 „brenne in mir“ gegeben werden.
(z.B. zu finden im Liederbuch „Ad majorem“, Nr. 91; außerdem können Text und Noten auf der Homepage von Gregor Linßen unter folgendem Link als PDF heruntergeladen werden:
http://www.edition-gl.de/Lieder-zum-freien-Download.222.0.html)

Variationsmöglichkeiten:

Wenn geplant ist, mehr zu „ICH-WIR-HIER“ zu arbeiten, lohnt es sich evtl., sich selbst online eine Fußmatte mit dem Zitat „Zieh deine Schuhe aus, denn der Ort, wo du stehst ist heiliger Boden.“ zu designen und zu bestellen (z.B. auf http://fussmatten-shop.eu/)

Quelle:

Sinn-volle Arten der Schriftmeditation, in: Willi Lambert SJ, Das siebenfache Ja, Würzburg 2004, 32ff.

Anlage: Bibeltext Ex 3,1-14 (abgewandelte Ich-Du-Form)
(Es muss vor dem Ausdrucken nur noch statt „N.“ der jeweilige TN-Vorname eingefügt werden.)

Ex 3,1-14 (special edition)

Ich weidete die Schafe und Ziegen meines Schwiegervaters Jitro, des Priesters von Midian. Eines Tages trieb ich das Vieh über die Steppe hinaus und kam zum Gottesberg Horeb.

Dort erschien mir dein Engel in einer Flamme, die aus einem Dornbusch emporschlug. Ich schaute hin: Da brannte der Dornbusch und verbrannte doch nicht.

Ich sagte: „Ich will dorthin gehen und mir die außergewöhnliche Erscheinung ansehen. Warum verbrennt denn der Dornbusch nicht?“

Als du sahst, dass ich näher kam, um mir das anzusehen, riefst du mir aus dem Dornbusch zu: „**N., N.**! Ich antwortete: „Hier bin ich.“

Du sagtest: **„Komm nicht näher heran! Leg deine Schuhe ab; denn der Ort, wo du stehst, ist heiliger Boden.“**

Dann fuhrst du fort: „Ich bin der Gott deines Vaters, der Gott Abrahams, der Gott Isaaks und der Gott Jakobs.“ Da verhüllte ich mein Gesicht; denn ich fürchtete mich, dich anzuschauen.

Du sprachst: „Ich habe das Elend meines Volkes in Ägypten gesehen und ihre laute Klage über ihre Antreiber habe ich gehört. Ich kenne ihr Leid. Ich bin herabgestiegen, um sie der Hand der Ägypter zu entreißen und aus jenem Land hinaufzuführen in ein schönes, weites Land, in ein Land, in dem Milch und Honig fließen. Und jetzt geh! Ich sende dich zum Pharao. Führe mein Volk, die Israeliten, aus Ägypten heraus!“

Ich antwortete dir: „Wer bin ich, dass ich zum Pharao gehen und die Israeliten aus Ägypten herausführen könnte?“

Du aber sagtest: „Ich bin mit dir; ich habe dich gesandt.“

Da sagte ich zu dir: „Gut, ich werde also zu den Israeliten kommen und ihnen sagen: Der Gott eurer Väter hat mich zu euch gesandt. Da werden sie mich fragen: Wie heißt er? Was soll ich ihnen darauf sagen?“

Da antwortetest du mir: „Ich bin der *Ich-bin-da*.“ Und du fuhrst fort: „So sollst du zu den Israeliten sagen: Der *Ich-bin-da* hat mich zu euch gesandt.“

Chillout-Evensong

Kurzbeschreibung: Dieser Gottesdienst ist ein Versuch, auf Gott zu hören und mit ihm ins Gespräch zu kommen, ohne große Worte zu machen.

Einsatzmöglichkeit: Abendimpuls,
hier zum Thema: „Die Ruhe im Sturm“

Teilnehmendenzahl: ab 1 Person durchführbar

Dauer: ca. 30 bis 45 Minuten
Der Chillout-Evensong kann jedoch durch die Auswahl und Anzahl der Lieder flexibel angepasst werden.

Material:

- Laptop mit Beamer
- Auswahl an digitalen Bilder (am einfachsten aus dem Internet), die einladen, die Seele baumeln zu lassen bzw. das Thema des Chillout-Evensongs oder der Schriftlesungen unterstützen.
- CD- bzw. mp3-Player
- Meditationstext (z.B. zu finden in „Fantasiereisen für Jugendliche“ von Stefan Adams)
- ggf. Kerzen und Lampen, um eine Lounge-Atmosphäre aufzubauen

Voraussetzungen/Raum:

sehr bequeme Sitzmöbel oder Decken, um auf dem Boden zu sitzen/liegen; auf jeden Fall soll der Raum zum Chillen einladen. Wie chillen geht, erklärt Wikipedia:
http://de.wikipedia.org/wiki/Chillout

Durchführung

1. **Ankommen:** Mindestens 15 Minuten bevor der Chillout-Evensong beginnt sollen alle Vorbereitungen abgeschlossen sein, damit nicht von Beginn an Unruhe entsteht. Vielmehr soll bereits ruhige Lounge-Musik laufen, wenn die TN den Raum betreten. Der Beamer ist bereits an und zeigt ein Bild, welches die TN begrüßt und darauf hinweist, die Handys auszuschalten.
2. **Eröffnung:** Der Chillout-Evensong beginnt ohne Worte. Der Beginn ist dadurch erkennbar, dass Bilder von unruhiger See gezeigt werden und die Musik auch schneller ist.
3. **Lesung:** Mk 4,35-40 „Die Jünger im Sturm“; im Hintergrund keine Musik
4. **Impuls:** Die Leitung begrüßt mit kurzen Worten die TN und stellt die Aussage des Evangeliums in den Mittelpunkt, dass Gott unsere Ruhe im Sturm ist. So soll nun in der Ruhe Gott gesucht werden.
5. **Liedblock 1:** Es folgen ca. 10 Minuten ruhige Chillout-Musik. Währenddessen werden ganz langsam wechselnd Bilder gezeigt, die Ruhe ausstrahlen.
6. **Text:** Im Hintergrund läuft die Musik leise weiter. In die Musik hinein wird ein Meditationstext vorgelesen. Hierzu eignen sich vor allem Entspannungsübungen oder Hinführungen zu Traumreisen (nicht die Traumreisen selbst).
7. **Liedblock 2:** wie Liedblock 1
8. **Psalm:** Im Hintergrund läuft die Musik leise weiter. In die Musik hinein wird Psalm 23 vorgelesen.
9. **Abschluss:** Die Musik verstummt. Die Leitung erklärt kurz, dass nach dem Segen hier im Raum noch weiter ruhige Musik gespielt wird und es jedem/jeder selbst frei steht, wann er/sie den Raum verlassen will.
10. **Segen:** Die Musik setzt leise wieder ein. In die Musik hinein wird ein kurzes Segensgebet gesprochen.
11. **Open End**

Variationsmöglichkeiten:

Der Chillout-Evensong kann ganz flexibel angepasst und zu unterschiedlichen Themen gestaltet werden. Es soll dabei nur darauf geachtet werden, dass sehr wenig gesprochen wird (keine Predigt!), so dass die TN sich ihre Gedanken machen können. Elementar ist jedoch eine Schriftlesung, denn es soll deutlich werden, dass Gott zu uns spricht und uns anredet. In der Ruhe und im Schweigen können wir dann sein Wort tiefer wirken lassen und in unserem Herzen eine Antwort darauf geben.

Hinweis:

- „Evensong“ bezeichnet streng genommen eine feste, anglikanische Gottesdienstform (vgl. http://de.wikipedia.org/wiki/Evensong), so dass man mit der Verwendung dieses Namens vorsichtig umgehen sollte. I.d.R. kann man davon ausgehen, dass Jugendliche im deutschsprachigen Raum noch keine Assoziationen mit „Evensong“ verbinden.
- Vor dem Chillout-Evensong kann ggf. darauf hingewiesen werden, dass es vor allem darum geht, sich zu entspannen und dass die Sitz- oder Liegeposition entsprechend gewählt werden soll.
- Die gezeigten Bilder sollen lediglich eine Unterstützung für diejenigen sein, die visuelle Fixpunkte im Raum brauchen, aber sie sollen nur im Ausnahmefall für die Dramaturgie wichtig sein.

Der flexible Do-it-yourself-Tagesimpuls

Kurzbeschreibung: Die einzelnen Impulse (z.B. Morgeneinstieg, Mittagsimpuls, Abendausstieg) sind nicht mehr zeitlich und räumlich gebunden, sondern können individuell über den Tag verteilt durchgeführt werden.

Einsatzmöglichkeit: ganz- oder mehrtätige Leitungsklausur, Konferenzen

Teilnehmendenzahl: ab 1 Person durchführbar

Dauer: flexibel

Material:

- ausreichende Kopien der Anleitung und der Texte
- ggf. CD- oder mp3-Player; ggf. ein Computerarbeitsplatz

Voraussetzungen/Raum:

ruhige Ecken am Tagungsort, an dem Stationen eingerichtet werden

Durchführung

1. **Einführung:** Zu einem geeigneten Zeitpunkt am Morgen (z.B. beim Frühstück oder kurz vor Tagungsbeginn, wenn bereits möglichst alle anwesend sind) begrüßt die Leitung die TN und erklärt, dass der Impuls für den heutigen Tag in Eigenverantwortung durchgeführt werden kann. Dazu werden Anleitungen mit den Angaben der einzelnen Stationen für den Impuls ausgeteilt und die TN werden eingeladen, sich im Laufe des Tages Zeit dafür zu nehmen.
2. **Stationen:** Beim Entwerfen von Stationen sind – wie beim Gestalten von spirituellen Impulsen im Allgemeinen – kaum Grenzen gesetzt. Hier sollen nur einige beispielhaft präsentiert werden:
   - Bestimmte Texte (z.B. Bibellesung, Gedichte, Meditationen) können entweder gleich zu Beginn im Rahmen der Hinführung ausgeteilt werden oder an einer bestimmten Station, die auch räumlich zum Lesen und zum ruhig werden einlädt, bereit liegen.
   - Ein CD- oder mp3-Player kann bereitgestellt werden, auf dem dann ein bestimmtes Lied angehört werden kann. Ggf. ist hier eine kleine (technische) Beschreibung beizulegen, vor allem, wenn beispielsweise eine bestimmte Nummer einer CD abgespielt werden soll.
   - An einem Computerarbeitsplatz (ggf. reicht bereits ein Laptop mit Kopfhörern) kann entweder eine bestimmte Internetseite voreingestellt sein (hierzu kann beispielsweise ein Lesezeichen auf dem Desktop angelegt werden) oder ein Videoclip kann angesehen werden.
   - Es wird ein großes Plakat bereitgelegt, dass zu einem Schreibgespräch zu einem bestimmten Thema einlädt.
   - ...
3. **Abschluss:** Diese äußerst freie Form eines Impulses, der in hohem Maße die Eigenverantwortung der TN einfordert, kann für manche durchaus eine Herausforderung darstellen. Daher sollte auf jeden Fall auch eine geeignete Möglichkeit gegeben sein, den Impuls zu evaluieren. Hierfür kann beispielsweise auch eine Station eingerichtet werden, an der die TN ihre Meinung rückmelden können.

   Wenn beispielsweise am Abend ein Gottesdienst vorgesehen ist, können darüber hinaus Elemente aus den Stationen hier wieder aufgegriffen werden und die TN können aufgefordert werden, sich zu ihren Erfahrungen mit diesem freien Impuls zu äußern.

Variationsmöglichkeiten:

Bei einer sehr technik-affinen Gruppe, in der vielen entweder ein Laptop oder ein Smartphone zur Verfügung steht, können die einzelnen Materialien des Impulses ausschließlich online zur Verfügung gestellt werden. So können sich die TN die Dateien auf ihre Geräte herunterladen oder direkt im Internet ansehen bzw. anhören.

Was mir im Leben wichtig ist

Kurzbeschreibung: Durch verschiedene Methoden wie Schreibgespräch und dem Austausch in der Gruppen sollen „heilige Orte“ im eigenen Leben entdeckt werden.

Einsatzmöglichkeit: Gruppenstunde, Workshop, Konferenz, thematische Leitungsrunde/-klausur, o. Ä.

Teilnehmendenzahl: 12 bis 30 TN

Dauer: ca. 70 Minuten

Material:

- sechs Plakate
- Schreibpapier
- Eddings, Stifte
- Klebepunkte

Voraussetzungen/Raum:

ein größerer Raum, in dem die sechs Plakate so verteilt werden können, dass sich die Gruppen, die daran arbeiten, nicht gegenseitig stören

Durchführung

Teil I Strukturiertes Brainstorming: „Was ist uns im Leben wichtig?“

1. Bedeutsame Lebensäußerungen und -elemente ermitteln

Auf je ein Plakat werden folgende sechs Überschriften geschrieben und erklärt:

- Intensive Ereignisse im Leben / Alltag / Jahresablauf
- Besonders erlebniserfüllte, heilige Orte
- Lebensziele, -träume
- Bedeutsame Rituale
- Fundamente des Lebens / Sinn / Glaube
- Wo und wann ich mir Gedanken mache / bete.

Die TN werden gleichmäßig auf maximal sechs Gruppen aufgeteilt.

Die Plakate werden in Kreisform ausgelegt; es sollte so viel Platz zwischen den einzelnen Plakaten sein, dass sich die einzelnen Gruppen nicht stören.

Jede Gruppe beginnt mit einem beliebigen Plakat. Jede/r TN kann die Plakate dann mit eigenen Begriffen beschriften. Beim Beschreiben sollte man darauf achten, dass die Begriffe jeweils untereinander geschrieben werden *(wegen Schritt 2)*.

Jede Gruppe darf drei Minuten lang ein Plakat beschriften. Nach drei Minuten gibt die Leitung ein Signal; man wechselt zum nächsten Plakat durch usw.

2. Bewertung, Mehrheitsfindung

Zunächst wird gezählt, wie viele Begriffe auf jedem Plakat stehen. Circa ein Drittel der Anzahl der Begriffe pro Plakat stehen jedem/jeder TN als **Punkte** zu (also z.B.: 21 Begriffe → 7 Punkte; 16 Begriffe → 5 Punkte).

Einzelarbeit: Jede/r TN geht von Plakat zu Plakat und verteilt dort die ihm/ihr pro Plakat zur Verfügung stehenden Punkte auf die einzelnen Begriffe. Dabei dürfen pro TN maximal drei Punkte auf einen Begriff gehäufelt werden.

Aufgabe der Leitung ist in dieser Phase, darauf zu achten, dass die Regeln eingehalten werden (dass also nicht zu viele Punkte vergeben werden oder besonders lustige Antworten in kollektiven Lachanfällen spontan hoch bepunktet werden).

Am Ende wird das **Gesamtergebnis** ermittelt und pro Plakat eine „Hitliste“ erstellt.

3. Auswertungsgespräch

Alle TN können sich zuerst zur Methode (also z.B. Vergewisserung über die Ernsthaftigkeit der Antworten) und dann zu den Ergebnissen (Nachfragen, Auffälligkeiten, individuelle Abweichungen, Tragweite von Einzelantworten und übergreifenden Tendenzen für ein gelingendes Leben) äußern.

4. Vergleichende Analyse

Falls aus vorangegangenen Treffen die Plakate anderer Gruppen noch vorliegen, bietet sich an zu vergleichen, zu welchen Bewertungsergebnissen andere gekommen sind.

Teil II Kreatives Schreiben

5. **Hinführung:** Die Leitung gibt Begriffe vor, mit denen sich die TN in Einzelarbeit beschäftigen sollen. Hier ist zu entscheiden, ob man eine Variationsbreite anbietet oder sich auf einen Begriff festlegt.
   Bsp: Heilig ist …, Glaube bedeutet für mich …, Mein Leben …
6. **Einzelarbeit:** Der Begriff wird in die Mitte eines leeren Blattes geschrieben. Zum Begriff soll circa zehn Minuten lang ein differenziertes Cluster bzw. eine Begriffesammlung erstellt werden.
7. **Verfassen:** Vom Cluster ausgehend soll ein kreativer Text zum Thema verfasst werden *(Arbeitszeit: ca. 10 Minuten)*
8. **Austausch:** Die Ergebnisse können einander vorgelesen werden:
   Nachfragen, Unterschiede, Gemeinsamkeiten, ins Gespräch kommen …

Quelle:

unveröffentlichtes Manuskript von Prof. Dr. Hans Mendl, Passau

Stiller Morgenimpuls

Kurzbeschreibung: Wahrnehmungsübungen
Einsatzmöglichkeit: Morgenimpuls
Teilnehmendenzahl: unbegrenzt
Dauer: ca. 10 Minuten

Material:

-

Voraussetzungen/Raum:

nach Möglichkeit im Freien, alternativ in einem Raum im Stuhlkreis

Durchführung

1. **Hinführung:** „Man kann in der christlichen Spiritualität, also bei den Weisen, wie Menschen nach Gott suchen, zwei große Richtungen unterscheiden: Die eine Richtung versucht, über die Auseinandersetzung mit Gedanken, Bildern, Texten usw. offen und aufmerksam für Gott zu werden. Die andere Richtung versucht genau das Umgekehrte, nämlich Gedanken, Bilder, Texte usw. wegzulassen, leer zu werden, um dadurch offen und aufmerksam für Gott zu werden.

   In unseren Morgen- und Abendimpulsen wählen wir oft den ersten Weg. Wir singen Lieder, lesen Bibelstellen oder andere Texte, gebrauchen Symbole usw. Heute morgen wollen wir all das bewusst weglassen und stattdessen versuchen, einmal nur wahrzunehmen, was ist.

2. **Übung:** Setzt Euch jetzt mal so hin, dass Ihr gut zur Ruhe kommen und einige Minuten so sitzen könnt. Es kann helfen, die Augen zu schließen. Achtet auf Euren Atem, das Ausatmen und Einatmen … das Ausatmen und Einatmen …

   Achtet mal darauf, wie Ihr dasitzt, wie Eure Füße den Boden berühren, wo Euer Körper den Stuhl berührt, wie sich das anfühlt. Vielleicht spürt Ihr auch Eure Kleidung. Im Gesicht und an den Händen kann man vielleicht den Wind fühlen …

   Achtet jetzt mal darauf, was Ihr hört ... und riecht … und schmeckt ...

3. **Stille:** Wir können jetzt einige Minuten in Stille so sitzen bleiben und einfach nur wahrnehmen, nichts tun wollen, einfach nur da sein, ohne sich anzustrengen ...

   (ca. 5 Minuten Stille)

   Unsere stille Zeit geht jetzt langsam zu Ende. Versucht noch einmal bewusst wahrzunehmen, wie Ihr jetzt da seid. Öffnet langsam Eure Augen, bewegt Euch wieder und steht dann bitte auf.

4. **Ausblick:** Nehmt wieder wahr, wie Ihr jetzt hier steht, und nehmt dann eine Körperhaltung ein oder macht eine Geste, die ausdrückt, wie Ihr dem heutigen Tag begegnen wollt. Ihr könnt ruhig verschiedene Haltungen ausprobieren, welche für Euch jetzt in diesem Moment am besten passt.

   Nehmt jetzt die für Euch passende Haltung noch einmal bewusst wahr.

   So stehe ich jetzt vor diesem Tag, heute, an diesem Morgen, hier in XY. So stehe ich hier vor Gott.

5. **Segen:** Ihn bitten wir um Seinen Segen: Guter Gott, vor Dir stehen wir am Beginn dieses Tages. Du hast uns geschaffen und Du liebst uns so, wie wir sind. Begleite Du uns durch diesen Tag mit Deinem Schutz und Segen. Amen.“

Kreatives Schreiben – Mein heiliger Ort

Kurzbeschreibung: Ich entdecke, welche Assoziationen „Mein heiliger Ort“ in mir weckt.

Einsatzmöglichkeit: Gruppenstunde, Workshop, im Rahmen einer liturgischen Feier

Teilnehmendenzahl: ab 1 Person durchführbar

Dauer: in Einzelarbeit etwa 15 Minuten; wenn sich daran ein Austausch anbietet, entsprechend länger

Material:

- pro TN zwei leere DIN-A4-Blätter
- Stifte
- evtl. Schreibunterlagen

Voraussetzungen/Raum:

Optimal ist ein Raum, der mehrere Möglichkeiten bietet, sich mit Blatt und Stift zurückzuziehen, und gute Bedingungen zum Schreiben zu haben (Stühle mit Tischen, Couch-Tisch mit Sesseln, „Lümmelecken“ mit Schreibunterlagen o.Ä.). Hilfreich ist darüber hinaus alles, was eine entspannte Atmosphäre herstellt.

Durchführung

1. **Erklärung des Vorgehens:**
   „Jede Person wird einen Stift und zwei leere Blätter bekommen und sucht sich eine bequeme Sitz- und Schreibposition. Dann wird die Leitung die Überschrift des zu Schreibenden nennen, die die TN sofort notieren. Sofort im Anschluss soll 10 Minuten lang durchgehend geschrieben werden, ungefiltert, unzensiert, alles, was der jeweiligen Person assoziativ in den Sinn (und damit sofort aufs Blatt) kommt, egal was. Hauptsache ist, dass der Stift nicht still steht und alles notiert wird: Das Geschriebene seht nur Ihr selbst, es wird nicht öffentlich.“
2. **Nennung der „Überschrift:**
   „Mein heiliger Ort“ oder „Wo ich bin, ist heiliger Boden.“ o.Ä.
3. **Schreiben:**
   Siehe oben „Erklärung des Vorgehens“. Die Leitung achtet darauf, dass immer geschrieben wird und die 10 Minuten exakt eingehalten werden.
4. **Nachwirken lassen:**
   Alle haben nach dem Schreiben 5 bis 10 Minuten Zeit, sich das Geschriebene nochmal durchzulesen und es auf sich wirken zu lassen bzw. darüber nachzudenken.

Variationsmöglichkeiten:

Über die Einzelarbeit hinaus ist es möglich, einen Austausch in Zweiergruppen oder in der gesamten Gruppe anzuregen. Impulsfragen können sein: Wie ging es mir mit dem Schreiben? Was ist mir aufgefallen? Was hat mich überrascht? Was freut mich, was stimmt mich nachdenklich/traurig? Was von dem, was ich geschrieben habe, will ich gerne im Wortlaut mitteilen? Gibt es Ideen, Lust, mit dem eigenen entstandenen Text weiter etwas zu tun? Was? Was würde ich – allgemein gesprochen – jetzt im Anschluss gerne tun, d.h.: Wonach ist es mir jetzt?

Hinweise:

Es muss immer die Freiheit geben, sich nicht zu beteiligen, ob am Schreiben oder am Austausch. Niemand darf gezwungen werden, sich zu äußern!
Für einen Austausch ist eine hohe Vertrautheit der TN untereinander bzw. eine große Offenheit notwendig.

Impuls – Fokus der Aufmerksamkeit

Kurzbeschreibung: Ich fokussiere meine Aufmerksamkeit auf einen bestimmten Aspekt und vertiefe damit mein Wahrnehmen, Fühlen und Handeln, mein Leben und Glauben im Alltag.

Einsatzmöglichkeit: Spirituelle Einheit am Beginn eines Tages oder einer beliebig wählbaren Zeit oder zu Beginn einer Arbeitseinheit

Teilnehmendenzahl: ab 1 Person durchführbar

Dauer: für den Impuls an sich wenige Minuten,
mit spiritueller Einbettung ca. 15 Minuten

Material:

- richtet sich nach der Art des Fokus, d.h. ohne jegliches Material denkbar oder mit einer Fokussierungshilfe, beispielsweise in Form eines Erinnerungszettelchens bzw. -symbols für die Hosentasche oder mit Stiften, um etwas in die Handinnenfläche zu schreiben

Voraussetzungen/Raum:

ein ruhiger Raum mit Sitzmöglichkeiten für alle TN

Durchführung

1. **Hinführung:** Lied zum Beginn
   passender Bibeltext
   kurze Erläuterung zum Bibeltext
   evtl. eine Vertiefungsübung
2. **Impuls:** Der Fokus für den Tag, evtl. mit „Fokussierungshilfe“
   Beispiele:
   (a) **Fokus**: Ich achte darauf, welche Menschen mir in meiner Wohnumgebung begegnen und was in mir vorgeht, wenn ich sie sehe.
   Fokussierungshilfe dazu: Den Fokus-Satz als Zettelchen zum Einstecken für jede(n) TN mitgeben
   (b) **Fokus**: Ich versuche, möglichst viel von dem, was ich heute erlebe, mit Gott in Verbindung zu bringen.
   Fokussierungshilfe dazu: Jede(r) TN schreibt sich das Wort „Gott“ in die Handinnenfläche
3. **Abschluss:** z.B. Lied vom Beginn nochmals singen

Hinweise:

Für diese Art des Einstiegs wurde bewusst eine schlichte Form gewählt, die nach diesem Schema öfters praktiziert sowie durch ihre Schlichtheit gut eingeübt und als unaufwändige Standard-Form übernommen werden kann.

Gebet der liebenden Aufmerksamkeit

Kurzbeschreibung: Ich nehme mir – einer Empfehlung von Ignatius von Loyola folgend – abends eine Viertelstunde Zeit, um den vergangenen Tag mit der liebenden Aufmerksamkeit, die Gott für mich hat, zu betrachten und mein Leben für den nächsten Tag auszurichten.

Einsatzmöglichkeit: Spirituelle Einheit am Ende eines Tages oder einer beliebig wählbaren Zeit oder am Ende einer Arbeitseinheit

Teilnehmendenzahl: ab 1 Person durchführbar

Dauer: ca. 15 Minuten

Material:

- -

Voraussetzungen/Raum:

ein ruhiger Raum mit Sitzmöglichkeiten für alle TN

Durchführung

Gute Sitz- oder Liegeposition einnehmen und zur Ruhe kommen (z.B. Augen schließen und auf das Kommen und Gehen des eigenen Atems achten)

Dann empfiehlt der heilige Ignatius das Vorgehen nach den folgenden fünf Punkten (hier sprachlich etwas aktualisiert):

1. Gott danken für alles Gute und Schöne, das ich heute erlebt habe.
2. Darum bitten, dass ich mich selbst ehrlich wahrnehme und mir nichts vormache.
3. Anschauen, was ich heute gelebt und erlebt habe – vom Aufstehen Schritt für Schritt bis jetzt.
   - Ich schließe die Augen und schaue den vergangenen Tag wie einen inneren Film an. Abschnitt für Abschnitt, Morgen, Vormittag, Mittag, Nachmittag, Abend. Ich urteile nicht, sondern schaue liebevoll mich und mein Leben an.
   - Was habe ich heute gedacht, gesagt und getan? Was ist heute alles geschehen vom Aufstehen bis jetzt, welche Situationen und Stimmungen fallen mir ein? Welchen Menschen bin ich heute begegnet?
   - Besonders wichtig: Welche Gefühle waren heute bedeutsam? Ich lasse diese Gefühle noch in mir nachklingen. Wo bleibt ein gutes Gefühl, wo ein weniger gutes? Was bewegt mich jetzt noch? In welche Richtung geht diese innere Bewegung?
4. Gott um Verzeihung für meine Fehler bitten.
5. Mit Gottes Hilfe herausfinden, welche Schritte aus der inneren Bewegung dieses Tages für mich weiter folgen könnten/sollten.

   Zum Schluss: ein Vaterunser.

Variationsmöglichkeiten:

Damit Jugendliche sich intensiver auf den Tagesrückblick einlassen können und dazu „verleitet“ werden, ihn auch im „ganz normalen Alltag“ weiter zu praktizieren, empfiehlt sich das kreative Gestalten und Benutzen eines je individuellen Tagesrückblick-Buches.
Der Rückblick nach diesem Schema ist nicht nur abends möglich, sondern auch am Ende einer gemeinsamen Sitzung, mittags im Blick auf den Vormittag, am Jahresende im Blick auf das vergangene Jahr usw., d.h. im Grunde nach jedem beliebigen, selbstbestimmten Zeitabschnitt.

Hinweise:

Nicht das scharfe Analysieren und Zerpflücken ist das Ziel, sondern das liebevolle Anschauen der eigenen Person und des eigenen Lebens! Mit den Augen eines wohlwollenden bzw. liebevollen Menschen, der will, dass mein Leben gelingt.

Quelle:

Ignatius von Loyola, Geistliche Übungen, übers. von Peter Knauer, Würzburg 1998, Nr. 43.

Fotocollage – Unsere J-GCL-Spiritualität

Kurzbeschreibung: Verbunden mit einer Fotoaktion soll ein buntes Bild entstehen, welches die Vielseitigkeit der spirituellen Formen innerhalb einer Gruppe abbildet.

Einsatzmöglichkeit: Besinnungswochenende, (Gemeinschafts-)Exerzitien, o. Ä.

Teilnehmendenzahl: min. 3 und max. 10 Personen

Dauer: 1 Tag

Material:

- eine Digitalkamera oder ein Fotohandy je TN
- einen Computerarbeitsplatz mit Bildbearbeitungssoftware (z.B. die kostenlose Anwendung GIMP → www.gimp.org) und ggf. einen Beamer

Voraussetzungen/Raum:

gute Voraussetzungen für vielfältige Fotomotive (Natur, Stadt, große und kleine Symbole etc.)

Durchführung

1. **Hinführung** *(ca. 30 bis 45 Minuten)*
   In einer ersten Gesprächsrunde wird auf den Begriff „Heilige Orte“ näher eingegangen. Hierzu kann sich beispielsweise an der IWH-Methode „Was mir im Leben wichtig ist“ (ICH, Nr. 7) orientiert und Teile davon durchgeführt werden.
   Am Ende der Hinführung wird den TN die Idee der MISEREOR-Hungertücher vorgestellt (vgl. http://www.misereor.de/aktionen/hungertuch.html), auf denen meist das vielfältige Leben von Menschen in einem Land als Collage abgebildet ist. Ziel dieses Tages ist es, eine ähnliche Collage zu erstellen, an der dann die Vielfältigkeit der Spiritualität in der Gruppe sichtbar wird.
2. **Fotosafari** *(min. 1,5 Stunden)*
   Die TN machen sich alleine auf die Suche nach Fotomotiven, in denen sich ihr eigener Glaube ausdrückt bzw. in denen sich Formen ihrer Spiritualität widerspiegeln.
   Ggf. kann sich an eine erste Phase, in der die TN alleine unterwegs sind, eine zweite Phase anschließen, in der die TN in Zweier-Gruppen versuchen, für sie passende Motive zu finden.
3. **Übertragen der Daten und erste Sichtung** *(ca. 10 Minuten je TN)*
   Sobald die TN zurück sind, beginnen sie, ihre Bilder von der Kamera auf die Festplatte des Computers zu übertragen. Dabei können bereits beschreibende Namen für die einzelnen Dateien vergeben werden, um später die Orientierung zu erleichtern. Außerdem sollten die Bilder bereits vorsortiert werden, so dass von jedem/jeder TN maximal zehn Bilder vorhanden sind.
4. **Gemeinsame Sichtung der Bilder und Auswahl** *(ca. 1 Stunde)*
   Die einzelnen TN stellen ihre Fotos vor und erläutern, inwiefern sich darin ihre Spiritualität ausdrückt. Die übrigen TN können Rückfragen stellen, wobei selbstverständlich auf einen respektvollen Umgang untereinander zu achten ist.
5. **Zusammenbauen der Fotocollage** *(ca. 2 Stunden)*
   Mit dem Bildbearbeitungsprogramm (z.B. GIMP) werden die einzelnen Bilder bearbeitet (z.B. zugeschnitten oder farblich verfremdet) und dann Bild für Bild zu einer Collage zusammengesetzt. Auch wenn es sicherlich nicht jeder Schnappschuss in das endgültige Bild schafft, ist dennoch darauf zu achten, dass sich alle TN im fertigen Bild wiederfinden und wiedererkennen. Daher darf und soll das Zusammenbauen, welches i.d.R. von nur einer Person am Computer gesteuert wird, durchaus von Diskussionen begleitet werden.
   Ggf. wird das Bild am Ende noch durch weitere grafische Elemente ergänzt, die dazu beitragen, dass die Einzelfotos tatsächlich eine Einheit bilden.
6. **Abschlussreflexion** *(ca. 20 bis 30 Minuten)*
   In einer gemeinsamen Abschlussreflexion schildern die TN ihre Erfahrungen und ihre (Un-)Zufriedenheit mit dem gemeinsamen Ergebnis. Außerdem sollen die TN vereinbaren, was mit dem Bild weiter geschieht (z.B. Hochladen ins Internet, als Poster drucken lassen).

Variationsmöglichkeiten:

Zum Zusammenbauen einer Collage eignet sich im begrenzten Umfang auch die Cloud-Anwendung Prezi (→ http://prezi.com), da hier mehrere Benutzer/innen gleichzeitig und ortsunabhängig zusammenarbeiten können. Allerdings ist es dann nur schwer möglich, dass gemeinsame Ergebnis in guter Qualität zu exportieren, um es beispielsweise auszudrucken.

J-GCLer/in sein

Kurzbeschreibung: Über das eigene Selbstverständnis als Jugendverbände und als Mitglied dieser Verbände nachdenken.

Einsatzmöglichkeit: Morgen- oder Abendimpuls auf Konferenzen, Leitungssitzung o. Ä.

Teilnehmendenzahl: unbegrenzt

Dauer: ca. 15 Minuten

Material:

- Pro TN je eine Kopie des Aufnahmegebets und des Gebets „Mache uns unruhig, o Herr“ *(→ Anlage 1)*

Voraussetzungen/Raum:

-

Durchführung

1. **Eröffnung:** Begrüßung der TN durch die Leitung. Evtl. singt man gemeinsam ein Lied.
2. **Vorlesen:** Die Leitung liest ein Versprechen von Gruppenleiterinnen/-leitern der J-GCL vor. *(→ Anlage 1)*
3. **Hinführung:** Anschließend erzählt die Leitung von Erfahrungen ähnlich der folgenden:
   „Ich war vor einigen Wochen in einer unserer Ortsgemeinschaften zu Besuch, als dort feierlich neue Gruppenleiterinnen aufgenommen wurden. Die Aufnahme findet in einem Gottesdienst statt. Die neuen Gruppenleiterinnen sprechen gemeinsam vor den anderen J-GCLerinnen, Gruppenkindern und Gästen diesen Text, den ich Euch gerade vorgelesen habe.
   Es hat sich in diesem Aufnahmeversprechen – wie in manchen anderen unserer Ortsgemeinschaften auch – eine Tradition aufrechterhalten, die schon ganz weit zurückreicht in die Geschichte der Marianischen Kongregationen (MC), aus denen unsere Verbände hervorgegangen sind. Damals gab es die sogenannte „Sodalenweihe“, mit der die Mitglieder ein Versprechen ablegten, ihr Leben an Christus und Maria auszurichten. Heute versprechen die Gruppenleiterinnen, wie sie ihre Aufgabe als J-GCLerin sehen.
   Damals wie heute ging es darum auszudrücken, dass es nicht einfach egal ist, ob man Mitglied (damals der MC, heute der J-GCL) wird. Es steckt eine Entscheidung dahinter. Ich habe das Aufnahmegebet aus Landau mitgebracht. Wie es bei solchen großen Versprechen so ist, sind es ziemlich große Worte. Ich weiß nicht, wie es bei Euch war, ob es bei Euch auch so ein Aufnahmeritual gegeben hat. Aber auch wenn es vielleicht kein solches Ritual gab, was es doch bestimmt bei jedem und jeder gibt, sind Ziele, Ideale, Vorsätze… Was will ich denn als J-GCLerin / als J-GCLer sein? Wofür will ich eintreten?
   Ich lade Euch ein, dieser Frage entlang dem Landauer Versprechen wieder einmal nachzugehen. Würde ich das für mich selbst auch so sagen?“
4. **Stille:** Das Versprechen *(→ Anlage 1)* wird gemeinsam gelesen, anschließend kann jede/r in die Stille hinein ein Wort oder eine Zeile wiederholen oder etwas Neues ergänzen.
5. **Impuls:** „Große Ziele und Ideale. Und die Realität? In unserem kleinen Verbandsalltag scheint für so große Worte manchmal nicht viel Platz zu sein. Ich frage mich aber: Müssten wir nicht uns selbst, unseren Verbänden und ihren Mitgliedern eigentlich viel mehr zutrauen, wenn dort Menschen verbunden sind, die so viele große gemeinsame Anliegen teilen?
   Beten wir abschließend miteinander das Gebet: *Mache uns unruhig, o Herr*.“
6. **Gebet:** Alle beten zusammen das Gebet „Mache uns unruhig, o Herr“ *(→ Anlage 1)*

Anlage: Versprechen von Gruppenleiterinnen/-leitern der J-GCL und
Gebet „Mach uns unruhig, o Herr“ (Kopiervorlage)

Versprechen von Gruppenleiterinnen/-leitern der J-GCL

Wir verstehen uns als Kinder Gottes.
Deshalb wollen wir uns einsetzen:
Für christliche Werte,
Gottes Schöpfung
und für einen mitmenschlichen Umgang,
der geprägt ist von
Verständnis und Umsicht.
Wir wenden uns gegen Gewalt,
Konkurrenzdenken,
Ausgrenzung und radikale Extreme.
Wir wollen uns aktiv für die J-GCL einsetzen
und für unsere Gruppenkinder
Freundinnen und Wegweiser sein.
Um dies zu verwirklichen, leben wir
in der Gemeinschaft Christlichen Lebens.

Gebet „Mach uns unruhig, o Herr“

von Bischof Bienvenido Tudtud, Philippinen

Mach uns unruhig, o Herr,
wenn wir allzu selbstzufrieden sind;
wenn unsere Träume sich erfüllt haben,
weil sie allzu klein und eng beschränkt waren;
wenn wir uns im sicheren Hafen bereits am Ziel
wähnen, weil wir allzu dicht am Ufer entlang
segelten.

Mach uns unruhig, o Herr,
wenn wir über die Fülle der Dinge, die wir
besitzen, den Durst nach den Wassern des
Lebens verloren haben;
wenn wir, verliebt in diese Erdenzeit,
aufgehört haben, von der Ewigkeit zu träumen;
wenn wir über all den Anstrengungen,
die wir in den Aufbau der neuen Erde investieren,
unsere Vision des neuen Himmels verlassen
ließen.

Rüttle uns auf, o Herr, damit wir kühner werden
und uns hinauswagen auf das weite Meer,
wo uns die Stürme deine Allmacht offenbaren,
wo wir mit schwindender Sicht auf das Ufer
die Sterne aufleuchten sehen.
Im Namen dessen, der die Horizonte
unserer Hoffnungen weit hinausgeschoben
und die Beherzten aufgefordert hat, ihm zu folgen.

Dazu segne uns Gott, der Vater, der Sohn und
der heilige Geist. Amen.

Quelle: http://www.erzbistum-muenchen.de/Page006401.aspx, abgerufen am 27.12.2011.

Gemeinsam entscheiden in der Gruppe

Kurzbeschreibung: Wir machen uns bewusst, wie wir normalerweise Entscheidungen treffen, und lernen eine Methode kennen, mit der wir als Gruppe eventuell besser gemeinsam entscheiden können.

Einsatzmöglichkeit: Studienteil auf DK/RK, zwei Gruppenstunden, themat. Leitungsrunde/-klausur, o. Ä.

Teilnehmendenzahl: ab 2 Personen durchführbar

Dauer: ca. 3 Stunden

Material:

- Papier, Stifte
- für jede Person eine Kopie der „Liste der Gegenstände“ *(Anlage 2)* für das „Seenot-Spiel“
- Flipchart/Eddings oder Kärtchen/Stellwand/Pins zum Vorstellen der „Schritte der Entscheidungsfindung“ *(Anlage 3)*
- für jede Person eine Kopie des Ablaufs „Gemeinsam entscheiden in der Gruppe“ *(Anlage 4)*

Voraussetzungen/Raum:

-

Durchführung

1. **Begrüßung:** ggf. Kennenlernen, kurzes kooperatives Warm-up
2. **Übung zur Entscheidungsfindung in Gruppen**
   „Seenot-Spiel“ *(siehe Anlage 1; alternativ das ganz ähnliche „NASA-Spiel“, „Flugzeugabsturz in der Wüste“ o. Ä.)* → Eine Anzahl von Gegenständen muss nach Wichtigkeit sortiert und immer weiter reduziert werden.
3. **Überleitung zum „Gemeinsamen Entscheiden in der Gruppe“**
   Diskussion im Plenum zur Auswertung des „Seenot-Spiels“:
   a) Wie kamen die Entscheidungen zustande?
   b) Wie kommen Entscheidungen in unserer Gruppe sonst zustande?
   c) Was fördert gute Entscheidungen, also gerechte Entscheidungen, bei denen tatsächlich die besten Argumente und nicht andere Faktoren ausschlaggebend sind? Was be- oder verhindert gute Entscheidungen?
   → Sammeln von Faktoren auf Flipchart oder Kärtchen (Hindernisse für gute Entscheidungen sind z.B. „Lautstarke Personen bestimmen“, „Gute Argumente von Stilleren werden überhört“, Grüppchenbildung, Zeitdruck usw.)
4. **Input: Methode „Gemeinsam entscheiden in der Gruppe“** *(siehe Anlage 3)*
   Es handelt sich um einen Vorschlag, wie man Entscheidungen treffen kann. Die Methode hat schon Ignatius von Loyola mit seinen Gefährten angewandt.
   Schritte der Entscheidungsfindung vorstellen
   → Flipchart oder Kärtchen an Stellwand
   → anschließend Kopien der *Anlage 4* an TN austeilen
5. **Ausprobieren von „Gemeinsam entscheiden in der Gruppe“**
   Die Gruppe sucht sich eine anstehende Entscheidung aus (Nicht zu schwer! Es muss um eine Entscheidung zwischen zwei klaren Alternativen gehen, also z.B. „Sollen wir ein zweites Zeltlager durchführen oder nicht?“ oder „Soll die nächste DK ein ganzes Wochenende dauern oder nur einen Tag?“)
   a) Kurze Zeit in Einzelarbeit: Welcher Meinung bin ich?
      → Jede/r notiert seine/ihre Meinung und behält den Zettel für sich.
   b) „Schritte des Entscheidungsprozesses“ *(Anlage 3/4)* durchführen
6. **Reflexion und Weiterarbeit**
   Welche Erfahrungen haben wir gemacht?
   Ist das eine Methode, die uns helfen könnte?
   Gibt es schon eine konkrete Frage, die demnächst ansteht?
7. **Abschluss:** Blitzlicht-Runde

Anlage:
1. Anleitung „Seenot-Spiel“
2. Kopiervorlage für „Liste der Gegenstände“ zum „Seenot-Spiel“
3. Anleitung „Gemeinsam entscheiden in der Gruppe“
4. Kurzfassung/Kopiervorlage „Gemeinsam entscheiden in der Gruppe“

SEENOTspiel

Art:	Diskussionsspiel, Denkspiel
Spieleranzahl:	beliebig
Ort:	überall
Material:	Papier, Stifte
Dauer:	30-60 Minuten
Vorbereitung:	keine

Das **Seenotspiel** ist ein Diskussionsspiel für beliebig große Gruppen. Es wird meist in mehreren Etappen gespielt, zuerst jeder für sich, dann in Kleingruppen und anschließend alle gemeinsam. Pädagogisches Spielziel sind die Erfahrungen in den Diskussionen (Gesprächsregeln, Argumentieren lernen, andere Meinungen bewerten, ...). Außerdem dient es als Übung zur Teambildung und soll aufzeigen, dass ein Team mehr leisten kann als die Summe der Einzelleistungen.

Material

- Jede/r Spieler/in und danach jede Gruppe benötigt Papier und Stifte

Ablauf

Vorgeschichte

Du fährst mit einem Schiff über den Atlantischen Ozean. Derzeit bist du tausend Meilen vom Festland entfernt. Plötzlich tritt ein Notfall ein, das Schiff geht unter. Du kannst dich mit einigen anderen auf ein Rettungsboot retten. Dieses ist ein Ruderboot, ohne Motor. In deiner Jackentasche hast du nur einige persönliche Gegenstände (Geld, Feuerzeug, etc.). Ihr konntet aber noch weitere fünfzehn Gegenstände auf das Rettungsboot transportieren.
Bewerte nun die Wichtigkeit der fünfzehn Gegenstände für euer Überleben, von 1 (am wichtigsten) bis 15 (am unwichtigsten).

Gegenstände

- Angel samt Zubehör
- 10 Liter Dieseltreibstoff
- Harpune
- 4m² Kunststofffolie
- Moskitonetz
- Notrationen (Nahrung)
- 5 m Nylonseil
- 2 Liter hochprozentiger Rum (80 %)
- 2 Kartons Schokolade
- Schwimmweste
- Seekarte
- Sextant
- kleiner Spiegel
- Transistorradio (inkl. Batterien)
- 20 Liter Trinkwasser

Ablauf

Jede/r Einzelne muss nun innerhalb weniger Minuten überlegen, wie wichtig ihm/ihr die einzelnen Gegenstände erscheinen. Dabei werden sie von 1 bis 15 gereiht.

Anschließend finden sich die Spieler/innen in Gruppen zusammen und diskutieren ihre Lösungen. Jede Gruppe soll sich dabei auf eine gemeinsame Reihung einigen.

Die Gruppenreihungen werden anschließend vorgestellt. Eventuell kann eine „Gesamtlösung“ diskutiert werden.

Die Gruppenreihungen und auch die Einzelreihungen werden danach mit der vorgeschlagenen Lösung verglichen. Dafür bildet man die absolute Differenz (also ohne negatives Vorzeichen) der Wertungen jedes Gegenstandes abweichend von der Lösung. (Beispiel: hat man den Sextanten auf 1 gesetzt, der aber an der 15. Stelle steht, ergibt das eine Differenz von 14, usw.).

Anschließend bildet man die Summe der Differenzen – diese Summe ergibt die Punktezahl. Die beste Lösung ist die mit den wenigsten Punkten.

Besonderes Augenmerk soll weniger auf die Punktezahl an sich gelegt werden (es wird wohl niemand ein Profi-Seefahrer sein), sondern darauf, wie sich die Einzelreihungen und Gruppenreihungen im Vergleich mit der Lösung verhalten. Hierbei zeigt sich bei fast allen Spielversuchen, dass die Gruppenreihung eine bessere Punktezahl ergibt als der Durchschnitt der Einzelreihungen der Gruppenmitglieder. Dadurch zeigt sich, dass das Team mehr ist als die Summe der Einzelleistungen.

Vorgeschlagene Lösung

Die folgende Lösung wurde angeblich von erfahrenen US-amerikanischen Seeleuten entwickelt.
Generell wurden Gegenstände höher bewertet, mit denen man die Aufmerksamkeit auf sich lenken kann. Bei einer derart hohen Entfernung von der Küste könnte das Rettungsboot nie aus eigener Kraft Land erreichen.

1. **Spiegel**
   zum Signalisieren an Rettungsschiffe- und Flugzeuge
2. **10 Liter Dieseltreibstoff**
   erlaubt das Signalisieren (kann mittels Papier (Geldscheine!) und Feuerzeug angezündet werden)
3. **20 Liter Trinkwasser**
   Unbedingt notwendig zum Überleben. Wasser ist viel wichtiger als Nahrung!
4. **Notrationen (Nahrung)**
   ebenfalls sehr wichtig zum Überleben
5. **4m² Kunststofffolie**
   eignet sich zum Auffangen von Regenwasser (Salzwasser aus dem Meer kann nicht getrunken werden)
6. **2 Kartons Schokolade**
   eignet sich als Nahrungsmittel
7. **Angel samt Zubehör**
   man kann versuchen zu angeln
8. **5 m Nylonseil**
   dient zum Befestigen der Gegenstände am Boot
9. **Schwimmweste**
   hilfreich bei stürmischer See, damit niemand ertrinkt
10. **Harpune**
    Hilfsmittel beim Fischen, Abwehr von Haien
11. **2 Liter hochprozentiger Rum (80 %)**
    Dient zur Wunddesinfektion. Nicht zum Verzehr, da der Wasserbedarf dadurch steigt.
12. **Transistorradio**
    eher nutzlos, dient nur zum Empfang, kann möglicherweise keinen Sender in Reichweite erreichen
13. **Seekarte**
    relativ nutzlos, da die eigene Position nicht genau genug bekannt ist und das Erreichen der Küste auch bei korrekter Navigation zu lange dauern würde
14. **Moskitonetz**
    unnütz, mitten am Ozean gibt es keine Mücken
15. **Sextant**
    kann nur mit Uhr korrekt eingesetzt werden, Navigation ohnehin irrelevant

Quelle: http://www.spielewiki.org/wiki/Seenotspiel
Stand: 21. September 2011 (Adaption durch J-GCL)

SEENOTspiel

Vorgeschichte

Du fährst mit einem Schiff über den Atlantischen Ozean. Derzeit bist du tausende Meilen vom Festland entfernt. Plötzlich tritt ein Notfall ein und das Schiff geht unter. Doch du kannst dich mit einigen anderen Personen auf ein Rettungsboot retten. Dieses ist ein Ruderboot (ohne Motor), aber ihr konntet immerhin noch folgende fünfzehn Gegenstände in das Rettungsboot mitnehmen.

Aufgabe

Bewerte nun die Wichtigkeit der fünfzehn Gegenstände für Euer Überleben, von 1 (am wichtigsten) bis 15 (am unwichtigsten).

Gegenstände Gegenstände

Wichtigkeit (von 1 bis 15)	**Gegenstand**		
	Angel samt Zubehör		
	10 Liter Dieseltreibstoff		
	Harpune		
	4 m² Kunststofffolie		
	Moskitonetz		
	Notrationen (Nahrung)		
	5 m Nylonseil		
	2 Liter hochprozentiger Rum (80 %)		
	2 Kartons Schokolade		
	Schwimmweste		
	Seekarte		
	Sextant		
	Kleiner Spiegel		
	Transistorradio (inkl. Batterien)		
	20 Liter Trinkwasser		

GEMEINSAM ENTSCHEIDEN IN DER GRUPPE

Dreischritt ignatianischer Spiritualität:
WAHRNEHMEN – UNTERSCHEIDEN – ENTSCHEIDEN

WAHRNEHMEN

1. Voraussetzung: Offenheit

Suchen wir tatsächlich miteinander nach der besten Lösung oder will hier jede/r seine/ihre Meinung und Interessen durchdrücken? Alle müssen bereit sein, sich tatsächlich mit den Argumenten auseinanderzusetzen und u.U. die eigene Meinung zu ändern, wenn bessere Argumente für eine andere Lösung sprechen.
Das bedeutet nicht, dass ihm/ihr die angebotenen Alternativen egal sind, vielmehr heißt es, offen zu sein für verschiedene Lösungsmöglichkeiten und sich nicht vorschnell an einer bevorzugten Lösung festzubeißen.

2. Klären, was zur Entscheidung ansteht → Formulieren der Alternativen

Um Klarheit herzustellen, ist es nötig, zu Beginn folgende Punkte möglichst gut zu klären:

- Welche Frage steht genau zur Entscheidung an? Was sind die beiden Alternativen (Lösung A, Lösung B), zwischen denen entschieden werden soll?
- Wer darf an diesem Entscheidungsprozess teilnehmen mit welcher Entscheidungskompetenz?
- Hat jede/r alle nötigen Sachinformationen?
  → Gemeinsam die Frage formulieren (möglichst präzise)
  → Sicherstellen, dass jede/r alle für die Entscheidung relevanten Sachinformationen hat

UNTERSCHEIDEN

Wenn es gelungen ist, eine klare Frage zur Entscheidung herauszuarbeiten, kann der eigentliche Prozess der Unterscheidung beginnen. Schnelle Fraktionsbildungen können vermieden werden, wenn zunächst gar nicht die Frage gestellt wird „Wer ist für diese Lösung? Wer ist für die andere?“, sondern wenn Gründe für und gegen jede der Wahlalternativen vorgetragen werden.

3. Im Blick auf EINE Möglichkeit sammeln, was dafür spricht und was dagegen

→ Gründe sammeln, die *für* Lösung A sprechen.

- Zeit, in der jede/r für sich über die Gründe nachdenken kann
- Anhörkreis: Jede/r trägt seine/ihre Gründe vor, ohne dabei von anderen unterbrochen oder kritisiert zu werden. Das gibt jedem/jeder die gleiche Chance, seine/ihre Meinung zum Ausdruck zu bringen.

→ Gründe sammeln, die *gegen* Lösung A sprechen.

- Zeit, in der jede/r für sich über die Gründe nachdenken kann
- Anhörkreis: s. o.

4. Im Blick auf die ANDERE Möglichkeit sammeln, was dafür spricht und was dagegen

→ Gründe sammeln, die *für* Lösung B sprechen.

- Zeit, in der jede/r für sich über die Gründe nachdenken kann
- Anhörkreis: Jede/r trägt seine/ihre Gründe vor, ohne dabei von anderen unterbrochen oder kritisiert zu werden. Das gibt jedem/jeder die gleiche Chance, seine/ihre Meinung zum Ausdruck zu bringen.

→ Gründe sammeln, die *gegen* Lösung B sprechen.

- Zeit, in der jede/r für sich über die Gründe nachdenken kann
- Anhörkreis: s. o.

Schließlich hat jede/r Gründe für und gegen jede der Lösungsmöglichkeiten vorgetragen.

ENTSCHEIDEN

5. Entscheiden

- Wenn alle Argumente gehört wurden, soll jede/r für sich klären, für welche Lösung er/sie sich entscheidet.
- Dann trägt jede/r seine/ihre Entscheidung vor.
- Geht es um eine Mehrheitsentscheidung, kann jetzt abgestimmt werden.
- Soll Einstimmigkeit erreicht werden, so lange wiederholen, bis alle einer Lösung zustimmen können.

Kontrollfragen: Wie geht es mir mit der Entscheidung?
Kann jede/r die Entscheidung mittragen?

6. Vereinbarungen für die Umsetzung treffen

- Wem muss die Entscheidung mitgeteilt werden?
- Wie wird sie umgesetzt?
- Wer macht wann was?

Zusammengestellt von Dorothea Gnau,
nach: GCL (Hg.): Das Salz in der Gruppe, Augsburg 2008, S. 76-86;
Franz Meures: Entscheidungen – einsam oder gemeinsam? Die Chancen einer geistlichen Entscheidungsfindung in Gemeinschaft, in: entschluss 52 (1997), Heft 12, S. 23-25.

GEMEINSAM ENTSCHEIDEN IN DER GRUPPE

KURZFASSUNG
Dreischritt ignatianischer Spiritualität:
WAHRNEHMEN – UNTERSCHEIDEN – ENTSCHEIDEN

WAHRNEHMEN

1. Voraussetzung: Offenheit

2. Klären, was zur Entscheidung ansteht
→ Formulieren der Alternativen

UNTERSCHEIDEN

3. Im Blick auf EINE Möglichkeit sammeln, was dafür spricht und was dagegen

1. Gründe *für* Lösung A:
   a) Einzeln: Jede/r sammelt für sich.
   b) Anhörkreis: Jede/r trägt seine/ihre Gründe vor.
2. Gründe *gegen* Lösung A:
   a) Einzeln: Jede/r sammelt für sich.
   b) Anhörkreis: Jede/r trägt seine/ihre Gründe vor.

4. Im Blick auf die ANDERE Möglichkeit sammeln, was dafür spricht und was dagegen

1. Gründe *für* Lösung B:
   a) Einzeln: Jede/r sammelt für sich.
   b) Anhörkreis: Jede/r trägt seine/ihre Gründe vor.
2. Gründe *gegen* Lösung B:
   a) Einzeln: Jede/r sammelt für sich.
   b) Anhörkreis: Jede/r trägt seine/ihre Gründe vor.

ENTSCHEIDEN

5. Gemeinsam entscheiden

a) Einzeln: Jede/r entscheidet für sich.
b) Anhörkreis: Jede/r trägt seine/ihre Entscheidung vor.

➔ Wenn es um eine Mehrheitsentscheidung geht: Abstimmung
➔ Wenn es um eine Konsensentscheidung geht: Verfahren wiederholen

6. Vereinbarungen für die Umsetzung treffen

Zusammengestellt von Dorothea Gnau,
nach: GCL (Hg.): Das Salz in der Gruppe, Augsburg 2008, S. 86.

Spirituelle Rituale in den J-GCL

Kurzbeschreibung: Ausgehend von Anlässen, die „profan“ im Rahmen des Jugendverbandes bzw. der Gemeinde o.Ä. gefeiert werden, suchen wir nach Möglichkeiten, diese oder andere Anlässe auch spirituell zu begehen.

Einsatzmöglichkeit: Leitungsrunde/-klausur, o. Ä.

Teilnehmendenzahl: min. 3 Personen

Dauer: min. 2 Stunden, aber beliebig ausdehnbar

Material:

- Stifte, Plakate, Papier
- Liederbücher mit Neuem Geistlichen Lied
- Musik
- Bücher mit spirituellen Texten und Gebeten

Voraussetzungen/Raum:

gemütliche Sitz- und Schreibmöglichkeit

Durchführung

1. **Bestandsaufnahme:**
   Wo hat Spiritualität bei uns einen expliziten Ort? Wo kommt sie explizit vor?
2. **Beispiel „Aufnahme-Versprechen“**
   (siehe Anlage zur IWH-Methode WIR Nr. 2; dieses Versprechen wird von Gruppenleitungen selbst verfasst und im Rahmen einer liturgischen Feier gebetet, in deren Rahmen neue Gruppenleitungen als solche in die J-GCL-Gemeinschaft aufgenommen werden.)
3. **Sammlung von möglichen spirituellen Orten im Gruppenalltag**
   - Ausgehend von profanen Festen (Verabschiedung von Leitungspersonen, Aufnahme von neuen Leiterinnen bzw. Leitern …),
   - was sind darüber hinaus besondere Augenblicke oder Schritte, die wir mit Gott in Verbindung bringen, spirituell anreichern könnten?
4. **Entscheidung für einen Anlass**, für den eine spirituelle Anreicherung überlegt werden soll.
5. **Gemeinsames Sammeln und In-eine-Abfolge-Bringen** von Elementen der spirituellen Einheit für diesen Anlass
6. **Detailarbeit in Einzel- oder Kleingruppenarbeit**, d.h. Lieder oder Musik suchen, Texte suchen oder schreiben usw.
7. **Zusammentragen** der „Einzelteile“ und Korrekturen
8. **Ausprobieren** des Konzipierten bei nächster Möglichkeit
9. **ggf. Nachbesserung**
10. **Dokumentation in digitaler Form**

Hinweis:

Natürlich ist diese Einheit je nach spiritueller Kompetenz der TN anders zu gestalten. Der oben genannte Vorschlag setzt relativ viel voraus. Mit jüngeren bzw. weniger versierten TN muss erheblich kleinschrittiger gearbeitet werden.

magis-Runde[1]

Kurzbeschreibung: Wir teilen Lebens- und Glaubenserfahrungen in einer Gruppe miteinander, um aus einem Tag und um aus unserem Leben „Mehr“ *(lat. magis)* zu machen.

Einsatzmöglichkeit: Leitungsrunde/-klausur, o. Ä.

Teilnehmendenzahl: min. 2 Personen

Dauer: je nach Gruppengröße min. 5 Minuten pro TN

Material:

- evtl. Papier und Stifte o. Ä.

Voraussetzungen/Raum:

ein ruhiger Raum mit Sitzmöglichkeiten für alle TN

Durchführung

1. **Gebet oder Lied**
2. **Hinführung:** Anleitung bzw. Aufforderung zum ignatianischen Tagesrückblick (auch „Gebet der liebenden Aufmerksamkeit“ genannt, siehe IWH-Methode zu ICH Nr. 11)
3. **Einzelarbeit:** mindestens 15 Minuten Stille als Zeit zum Tagesrückblick und zum Notizenmachen, Einkleben, Malen o. Ä. im Exerzitien-Tagebuch
4. **Austausch:** „Anhörkreis“ als Möglichkeit für Jeden und Jede, sich zu folgenden Fragen zu äußern:
   Was hat mich heute besonders beeindruckt oder berührt, was war mir wichtig? Wo bin ich im Rückblick hängen geblieben? Welche scheinbare Kleinigkeit ist es wert, geäußert/festgehalten zu werden?
   Alle anderen hören nur zu. Keine Kommentare oder Fragen!
5. **Gebet:** Gebet bzw. Gelegenheit für alle, Bitten oder Dank auszusprechen
6. **Lied und/oder ein Vaterunser**

Hinweis:

- *„Mehr“* (lat. *magis*) klingt leicht nach mehr Leistung, Effizienz und Durchsetzungsfähigkeit.“ Genau das ist nicht gemeint. „*Mehr*“, so Ignatius, „ist das, was uns mehr zu dem Ziel hinführt, zu dem wir geschaffen sind", was also zu einem Mehr an Leben und Lebendigkeit und damit ins Handeln führt.[2]
- Natürlich können in den Ablauf der magis-Runde noch zusätzlich passende Elemente eingefügt werden.
- Falls am Beginn des Tages bzw. der ausgewählten Zeitspanne ein Fokus der Aufmerksamkeit (→ IWH-Methode zu ICH Nr. 10) stand, sollte der Rückblick in der Anleitung auf ihn fokussiert werden.

1 Im Zusammenhang mit der Vorbereitung des Weltjugendtages 2005 in Köln hat P. Ludger Joos SJ mit einem Kreis aus Mitbrüdern und anderen Mitarbeiter(inne)n den Begriff der „Magis-Runde“ geprägt, in dem es um eine Suche des „Mehr“ (lat.: *magis*) von Gottes Willen geht.

2 *magis* ist das, was dich bewegt. *magis* kann immer nur dein Mehr sein. Es gibt keine „*magis*-Messlatte“. Das *magis* zu leben bedeutet zu versuchen, sich selbst kennen zu lernen und ein Gespür zu entwickeln, was für das eigene Leben stimmig ist. *magis* heißt jedoch vor allem, sich der Führung Gottes anzuvertrauen. Das *magis* zu leben heißt: immer offener zu werden und immer mehr zu spüren, was Gott dir zeigen will. Und das kann durchaus etwas sein, was du für weniger gehalten hast. Vgl. http://www.martin-loewenstein.de/loyola2006/texte12.html, abgerufen am 10.08.2011.

Wohnen in der Fuggerei

Kurzbeschreibung: Auseinandersetzung mit dem Thema „Wohnen“ durch genaues Beschreiben von Wohnungen

Einsatzmöglichkeit: als Übung für genaues Hinschauen

Teilnehmendenzahl: min. 2 Personen

Dauer: ca. 2 Stunden

Material:

- Arbeitsblätter *(→ Kopiervorlagen in Anlage 1 und Anlage 2)*
- Stifte, ggf. Schreibunterlagen

Voraussetzungen/Raum:

Entwickelt wurde diese Übung für die Schauwohnungen der Augsburger Fuggerei. Sie lässt sich jedoch leicht abwandeln. „Beschreibungsobjekt“ können auch andere Wohnungen sein.

Durchführung

1. **Einführung:** *(ca. 20 Minuten)*
   In der Fuggerei können zwei Wohnungen als sogenannte „Schauwohnungen“ besichtigt werden. Eine ist sozusagen „originalgetreu“ eingerichtet, die andere „modern“. Nach einer kurzen allgemeinen Einführung in die Fuggerei wird die Gruppe in Kleingruppen geteilt. (Je nach TN-Zahl zwei bis max. vier Personen, es geht jedoch auch gut allein.) Die Hälfte der Kleingruppen beginnt in der alten Schauwohnung, die andere in der modernen.
2. **Erste Wohnung besichtigen:** *(ca. 20 Minuten)*
   Jede Gruppe besichtigt ihre Schauwohnung und beschreibt sie auf dem ausgeteilten Blatt möglichst präzise.
3. **Beschreiben und Zeichnen:** *(ca. 10 Minuten)*
   Alle kommen wieder zusammen: Je zwei Kleingruppen tun sich zusammen. Die eine Gruppe beschreibt die Wohnung, die sie besichtigt hat. Nach dieser Beschreibung fertigt die andere Gruppe eine Zeichnung von Lage und Ausstattung der Wohnung an. Dann werden die Rollen getauscht: Die Gruppe, die gezeichnet hat, beschreibt jetzt ihre Wohnung, die andere fertigt eine Zeichnung davon an.
4. **Zweite Wohnung besichtigen:** *(ca. 20 Minuten)*
   Anschließend besichtigt jede Gruppe die Wohnung, die sie jetzt gezeichnet hat und vergleicht, ob Vorstellung und Realität übereinstimmen.
5. **Austausch:** *(ca. 15 Minuten)*
   Alle Gruppen kommen zusammen und berichten von ihren Eindrücken und Erfahrungen. Könnte ich mir vorstellen, in dieser Wohnung zu wohnen? Warum? Warum nicht? Was fehlt? Was brauche ich zum Wohnen, damit ich mich wohlfühle?
6. **Freie Zeit zur weiteren Besichtigung** *(ca. 30 Minuten)*

Anlage:
1. Arbeitsblatt „Beschreibung der Wohnung“ (Kopiervorlage)
2. Arbeitsblatt „Zeichnung der Wohnung“ (Kopiervorlage)

Wohnen in der Fuggerei

1. **Beschreibe die Wohnung möglichst genau!**
   (Grundriss, Räume, Ausstattung, Einrichtung, ...)!

2. **Was unterscheidet diese Wohnung vermutlich von anderen Wohnungen?**
   (individuelle Einrichtungsgegenstände, Persönliches, ...)

3. **Könntest Du Dir vorstellen, in dieser Wohnung zu wohnen?**
   Wenn nein, warum nicht? Was fehlt?

Wohnen in der Fuggerei

Zeichne die Wohnung entsprechend der Beschreibung der anderen Gruppe!

„Zieh deine Schuhe aus ...!“
Experimente in der Stadt

Kurzbeschreibung: Die TN gehen einzeln in die Stadt, lassen die Stadt auf sich wirken und unternehmen verschiedene Experimente, um sich mit der Stadt, mit den Menschen in ihr und mit sich selbst auseinanderzusetzen.
Die Einheit bedient sich teilweise der Methode „City Bound“ (erlebnispädagogische Aufgaben in der Stadt).

Einsatzmöglichkeit: Einheit auf thematischen Wochenenden

Teilnehmendenzahl: ab 1 Person durchführbar

Dauer: variabel,
hier min. 1,5 Stunden für die Aufgaben 1 bis 3.
Die benötigte Zeit ist sehr abhängig von den örtlichen Gegebenheiten (z.B. Entfernung zum Gruppenraum)

Material:

- Für jede/n TN zwei Aufgabenlose *(→ Vorschläge siehe Anlage 1)*
- Arbeitsblatt *(→ Kopiervorlage in Anlage 2)*
- Stifte
- die benötigten Utensilien für Aufgabe 1 *(Koffer, Stadtplan usw.)*
- Für jede/n TN 1 Euro für Aufgabe 2

Voraussetzungen/Raum:

eine Innenstadt

Durchführung

Die TN werden zu Beginn darauf vorbereitet, dass es bei den geplanten Übungen um Experimente geht, ums Ausprobieren von Ungewohntem, darauf, sich einzulassen auf neue Erfahrungen – im Bild der Bibelstelle Ex 3,5: „die Schuhe auszuziehen“, um im direkten Kontakt, Erfahrungen machen zu können.
Aus räumlichen und zeitlichen Gründen ist es meist sinnvoll, den TN die Aufgaben 1 und 2 zusammen mit zu geben und dann zu einer gemeinsamen Auswertung zusammen zu kommen, bevor die Aufgabe 3 beginnt und diese dann am Ende separat ausgewertet wird.

Aufgabe 1: City Bound
Aus einem Körbchen zieht jede/r zwei „Aufgabenlose“ und führt die Aufgabe selbstständig aus. Die Leitung hält für die TN, die sie benötigen, die zur Durchführung der Aufgaben nötigen Requisiten bereit.

Aufgabe 2: Eine Kugel Eis spendieren
„Spendiere einer fremden Person eine Kugel Eis und beobachte die Reaktionen (bei der Person, bei anderen und bei dir selbst).“

Aufgabe 3: „Zieh deine Schuhe aus ...“
„Suche Dir einen Ort in der Stadt, setze Dich für 30 Minuten dort hin und beobachte die Menschen um Dich herum. Schreibe einfach alles auf, was Du siehst und was Dir dabei durch den Kopf geht (einfach so, ohne lange zu sortieren und an Formulierungen zu feilen ...).“

Impulse für die gemeinsame Auswertung von Aufgabe 1 und 2 und die separate Auswertung von Aufgabe 3:
Der Zeitpunkt und Ort hierfür sollte den örtlichen und zeitlichen Möglichkeiten entsprechend festgesetzt werden und der Austausch über die gemachten Erfahrungen je nach Gruppengröße in Kleingruppen oder im Plenum stattfinden.

- Was habe ich erlebt?
- Wie habe ich es erlebt?
- Wie ging es mir mit der Aufgabe?
- Was nehme ich aus der Übung mit?
  (z.B. Was will ich nochmal ausprobieren?, Worüber will ich noch nachdenken? usw.)

Variationsmöglichkeiten:

Den TN werden alle drei Aufgaben gleich zu Beginn mitgegeben. Es gibt aber bewusst keinen festen gemeinsamen Zeitplan. Jede/r entscheidet selbst, ob und wann er bzw. sie welche Aufgaben erledigt, Pause macht, in die Unterkunft zurückkehrt usw.

Hinweise:

- Wie die Übung durchgeführt werden kann, ist sehr abhängig von den örtlichen Gegebenheiten, zeitlichen Möglichkeiten und vor allem von der Gruppe. Die Aufgaben 1 und 2 müssen auf jeden Fall daraufhin überprüft werden, ob sie unter den gegebenen Bedingungen mit vertretbarem Aufwand und „Erfolgsaussicht“ machbar sind.
- Wir empfehlen zur Vorbereitung der TN am Tag der Durchführung dieser Methode auch den Morgenimpuls auf diese Thematik auszurichten (→ Vorschlag: IWH-Methode HIER Nr. 9).

Anlage:

1. Aufgabenvorschläge für City Bound
2. Beobachtungsbogen zu „Zieh deine Schuhe aus ...!“ (Kopiervorlage)

Aufgabenvorschläge für City-Bound

Nimm einen Stadtplan in die Hand, den Du – offensichtlich orientierungslos suchend – in den Händen drehst. Achte darauf, wie die Menschen um Dich herum reagieren und wie lange es dauert, bis Dich jemand anspricht und Dir Hilfe anbietet.

Versuche mit einem Koffer, der offensichtlich zu schwer für Dich ist, eine Treppe hochzukommen. Wie reagieren die Menschen um Dich herum? Wer bietet Hilfe an? Wie lange dauert es, bis Dir jemand Hilfe anbietet?

Frage Passantinnen oder Passanten, wo es in dieser Stadt eine Obdachlosenunterkunft gibt, in der Du übernachten könntest.

Sprich Leute an und sage, dass Dir Dein Portemonnaie und alle Papiere gestohlen worden sind und frage, ob sie Dir weiterhelfen können. Wie reagieren sie? Was bieten sie Dir an?

Versuche zehn Menschen zu finden, die sich gleichzeitig von Dir fotografieren lassen.

„Zieh deine Schuhe aus...!“

Suche Dir einen Ort in der Stadt, setze Dich dort hin und beobachte die Menschen um Dich herum. Schreibe auf, was Du siehst und was Dir dabei durch den Kopf geht (einfach so, ohne lange zu sortieren und an Formulierungen zu feilen...).

Blick auf die Stadt

Kurzbeschreibung: Aufmerksamkeit üben, Hinschauen lernen auf die Menschen in der Stadt

Einsatzmöglichkeit: Morgenimpuls, thematisch unabhängig einsetzbar

Teilnehmendenzahl: ab 1 Person durchführbar

Dauer: ca. 15 Minuten

Material:

-

Voraussetzungen/Raum:

Dieser Morgenimpuls wurde auf dem Perlachturm in Augsburg durchgeführt, einem Turm mitten in der Innenstadt, der Besucherinnen und Besuchern öffentlich zugänglichen ist. Von ihm aus hat man einen sehr schönen Blick über die gesamte Stadt. Die Idee lässt sich aber natürlich auch an anderen Orten durchführen. Wo es keinen Turm gibt, gibt es vielleicht eine kleine Anhöhe, zu der die Gruppe schweigend gehen kann.

Durchführung

1. Die Gruppe bekommt die Information, dass der Morgenimpuls im Freien stattfinden wird (Jacken anziehen!), erfährt aber noch nichts Näheres. Gemeinsam geht die Gruppe bis zum Treppenaufgang des Turms.
2. „Wir werden jetzt auf den Turm steigen, und zwar werden wir das schweigend tun. Ihr bekommt dazu noch eine Aufgabe: Überlegt Euch mal, welches Bild sich Euch von oben bieten wird. Was werdet Ihr sehen? Wie sieht Augsburg von oben aus? Welche Straßen, Häuser usw. werdet Ihr sehen? Versucht Euch das Bild möglichst detailliert vorzustellen. Was wisst Ihr sicher? Wo seid Ihr Euch unsicher? Dann geht schweigend und in Eurem eigenen Tempo hoch und vergleicht oben das Bild in Eurem Kopf mit dem, das Euch die Realität bietet.“
3. Oben angekommen, genießen die TN die Aussicht, weisen sich gegenseitig auf Dinge hin, fragen nach, erzählen, wie es ihnen mit der Übung ging, usw. (frei, ohne methodische Vorgaben durch die Leitung). Dann kommen alle noch einmal zusammen.
4. „Ich möchte Euch noch auf zwei Dinge hinweisen. Zum einen möchte ich Euch anregen, Euch vorzustellen, welche unterschiedlichen Menschen in welchen komplett unterschiedlichen Lebenssituationen in dieser Minute hier in Augsburg leben. Augsburg hat etwa 260.000 Einwohner/innen ...
5. So ein Blick über die Stadt hat Menschen schon immer und überall fasziniert. Auch in der Bibel ist davon immer wieder die Rede. Am bekanntesten ist natürlich Jerusalem – die Stadt schlechthin. Beim Propheten Jesaja geht es immer wieder um das Verhältnis zwischen der Stadt und ihren Bewohner(inne)n und Gott: Gott, dem das Schicksal der Menschen in der Stadt nicht egal ist, und die Stadt, die Ort der Anwesenheit Gottes sein soll. Bei Jesaja heiß es über Jerusalem „Dich nennt man die nicht mehr verlassene Stadt“ (Jes 62,13). Vielleicht können wir ja genauso auch über Augsburg sagen: „Du nicht verlassene Stadt“, und uns vorstellen, wie Er auf diese Stadt jetzt schaut, auf all das, was wir von hier oben aus sehen können, auf die alte Frau, die schon ihr ganzes Leben hier verbracht hat und jetzt gleich, wie jeden Samstag, zum Einkaufen auf den Stadtmarkt geht, auf den Verkäufer, der noch gar nicht lange in Deutschland ist und hier noch kaum jemand kennt, auf das Baby, das gestern erst auf die Welt gekommen ist, und seine überglücklichen Eltern. Wie würde Gott wohl auf die Stadt schauen? Was würde ihm auffallen ...?“
6. Noch etwas Zeit lassen, dann gemeinsamer Abstieg.

Variationsmöglichkeiten:

Der Schwerpunkt kann bei diesem Morgenimpuls sehr unterschiedlich gesetzt werden. Es kann z.B. vor allem um das genaue Wahrnehmen gehen, ebenso denkbar ist aber auch ein stärkerer biblischer Schwerpunkt (dann mit längerem Jesaja-Text).

Hinweis:

Bei größeren Gruppen empfiehlt es sich, sich vorher anzumelden bzw. abzuklären, ob nicht zur selben Zeit größere andere Gruppen angemeldet sind.

„Einfach dasitzen und vor sich hin schauen.“

Kurzbeschreibung: Aufmerksamkeit und Einfühlen üben

Einsatzmöglichkeit: Morgenimpuls,
thematisch unabhängig einsetzbar

Teilnehmendenzahl: ab 1 Person durchführbar

Dauer: ca. 15 Minuten

Material:

- DIN-A6-große Karten, die jeweils mit einem der folgenden Begriffe beschriftet sind:

Gelassenheit	Zuversicht	Liebe	Freundschaft	Hoffnung
Mut	Freude	Begeisterung	Ausgelassenheit	Überraschung
Stolz	Staunen	Glaube	Zweifel	Verzweiflung
Enttäuschung	Angst	Wagemut	Selbstvertrauen	Verliebtsein
Treue	Geborgenheit	Entspannung	Lust	Vertrauen

Voraussetzungen/Raum:

bei gutem Wetter im Freien,
ansonsten ist ein Raum mit großen Fenstern günstig, aber nicht unbedingt nötig

Durchführung

1. **Lied:** „Beginne du all meine Tage“
(z.B. zu finden im Liederbuch „QuerBeet 1“, S. 8) oder ein anderes Morgenlied
2. **Hinführung:** „**'Und dann muss man ja auch noch Zeit haben, einfach dazusitzen und vor sich hin zu schauen.'** Vielleicht kennen einige von Euch dieses Zitat von **Astrid Lindgren**. Ich finde, sie hat recht. Es kann etwas ganz wertvolles sein, einfach dazusitzen und die Gedanken kreisen zu lassen. Im Rahmen eines internationalen Friedensfestes haben Künstler/innen Begriffe wie Frieden, Freundschaft, Liebe usw. in verschiedenen Sprachen auf Schilder geschrieben und diese Schilder in Bäume in der Innenstadt gehängt. Viele Leute werden einfach achtlos daran vorbeigegangen sein, andere werden stehengeblieben sein, der Begriff wird etwas ausgelöst haben, Erinnerungen vielleicht, Nachdenken oder auch nur Verwunderung oder Ärger über diese Form von Kunst.
Ich habe Euch auch Karten mit Begriffen mitgebracht. Jede/r kann jetzt eine ziehen und dann mit diesem Begriff eine Zeit lang 'einfach dasitzen und vor sich hin schauen', sich einen Menschen vorstellen, der das Gefühl, das auf der Karte benannt ist, gerade hat, und sich die Lebenssituation dieses Menschen ganz konkret ausmalen. Wie geht es der Person? Was fühlt sie, was tut sie? Was hat sie erlebt? Ihr könnt eine Person auswählen, die ihr kennt, oder auch Eure Fantasie spielen lassen und Euch eine Person komplett frei ausdenken.“
3. **Einzelarbeit:** Jede/r zieht eine Karte aus dem Stapel und sucht sich dann einen Platz im Raum. Im Raum herrscht ca. 5 Minuten Stille. Ggf. kann leise Hintergrundmusik eingespielt werden.
4. **Gebet:** Alle kommen wieder im Kreis zusammen. Die Leitung leitet zum Bitt- und Dank-Gebet über:
„Es ist jetzt Raum, die Menschen, an die wir gedacht haben, mit Bitte und Dank vor Gott zu bringen. Wer möchte, kann dazu erzählen, an wen er bzw. sie gedacht hat. Wer nicht erzählen möchte, kann auch einfach nur den Begriff auf der Karte nennen.“
Auf einen Dank oder eine Bitte antworten alle mit dem **Liedruf:**
„Du sei bei uns, in unserer Mitte, sei du bei uns Gott“.
Das Bitt- und Dank-Gebet schließt ab mit dem **Vaterunser**.
5. **Segen:** „An diesem Tag segne und begleite uns und alle Menschen hier in dieser Stadt der gute und treue Gott, der Vater, der Sohn und der Heilige Geist.“

Variationsmöglichkeiten:

Je nach Zeit und nach Größe und Zusammensetzung der Gruppe, kann dem Erzählen mehr oder weniger Raum gegeben werden. Durch entsprechende Auswahl der Begriffe auf den Karten kann dieser Morgenimpuls thematisch fokussiert werden.

Alternative „Stattführung“ selbst entwickeln und anbieten

Kurzbeschreibung: Einzelpersonen oder Mitglieder einer Gruppe beschäftigen sich mit Orten in ihrer Stadt, die in einer touristischen Führung eher versteckt als gezeigt bzw. so nicht im Rahmen einer Führung präsentiert würden. Daraus konzipieren sie eine „Stattführung“.

Einsatzmöglichkeit: im Rahmen einer Projekt- oder Lebenswoche; als Gruppenstundenreihe über mehrere Treffen hinweg

Teilnehmendenzahl: ab 1 Person durchführbar

Dauer: relativ hoher Zeitbedarf, je nach Anzahl der geplanten Stationen und nach Bekanntheitsgrad der Orte für die „Stattführung“

Material:

- Stadtplan bzw. mehrere Stadtpläne
- evtl. hilfreich bzw. interessant: offizielle Informationsbroschüren der Stadt

Voraussetzungen/Raum:

je nach Zahl der TN ausreichend Möglichkeiten, um im Internet zu recherchieren

Durchführung

1. **Festlegen des Titels bzw. des Fokus für die „Stattführung“**
   Beispiele: „XY wo's kaum jemand kennt“, „Heilige Orte in XY“, „Was XY gern versteckt“, „Sozial engagiertes XY“, „Menschen in Not in XY“, „Die anderen Seiten von XY“, „'Stattführung' für kritischen Konsum“, „Am Rande von XY“
2. oder z.B. in der Advents-/Weihnachtszeit „Wo Jesus in XY auf die Welt kommen könnte.“
3. **Bestandsaufnahme und Brainstorming**
   - Wer hat schon Orte im Sinn, die eine Station der „Stattführung“ werden könnten?
   - Wo und auf welche Weise wollen wir sonst noch Orte für die Führung ausfindig machen? (Mitbedenken auch: Gespräche mit Personen, die schon lange im Ort leben, die viele Geschichten und Hintergründe kennen, „absichtslose“ Wahrnehmungsspaziergänge im Schweigen durch verschiedenste Stadtviertel, Gespräche mit Vertretungen von Vereinen und Verbänden vor Ort bzw. Lesen ihrer Publikationen, Internet-Recherche)
4. **Orte suchen und kennenlernen**
5. **konkrete Stationen und ihre Abfolge auswählen**
6. **Vertiefte Beschäftigung mit den einzelnen Stationen**
   Die TN übernehmen die weitere Ausarbeitung von Stationen als Einzelpersonen oder in Zweiergruppen. Dies kann (s.o.) über Gespräche, Lektüre usw. und natürlich auch durch Diskussionen über Wahrnehmungen im Kreis der TN geschehen.
7. **Ausarbeitung der einzelnen Stationen für die Führung**
   Entscheiden, was an dieser Station letztendlich genau gezeigt und gesagt wird. Erarbeitung eines Skripts. Evtl. integriert: zusätzliches Material (Übersichten, Historisches).
8. **„Test-Stattführung“ nur mit den TN**
9. **gegenseitige Rückmeldungen**
10. **letzte Korrekturen am „Stattführungskonzept“**
11. **Anbieten der „Stattführung“**
    Zunächst für Familie, Freundinnen/Freunde und Bekannte;
    später kann das Konzept auch an die Tourist Information herangetragen werden mit dem Ziel, dass sie Teil des touristischen Standardprogramms wird.

Variationsmöglichkeiten:

Der spirituelle Gehalt und die Intensität kann dadurch erhöht werden, dass sich die Gruppe – auch vor Schritten, die in Kleingruppen oder einzeln erledigt werden – vor- und nachher zusammensetzt für eine mehr oder weniger kurze spirituelle Einheit (angelehnt an den „spirituellen Standardrahmen“ in IWH-Methode HIER Nr.7).
Die oben vorgeschlagene Durchführung ist eher eine Maximalbeschreibung, die nach Interesse und Möglichkeiten gestrafft werden kann.

Hinweise:

- Es muss bei der Durchführung der „Stattführung“ ein „Zoo-Effekt“ vermieden werden.
- Die Methode macht wohl nur Sinn ab einer bestimmten Ortsgröße.

Fotoaktion „Was? Heilig?!“

Kurzbeschreibung: Die Teilnehmenden fotografieren Motive in ihrer lokalen Umgebung, welche im Nachhinein mit dem Etikett „heiliger Ort“ bzw. „heilig“ versehen und so betrachtet werden.

Einsatzmöglichkeit: Gruppenstundenreihe, „Woche gemeinsamen Lebens“ (s. Veranstaltungsformate)

Teilnehmendenzahl: ab 3 Personen

Dauer: erste Gruppenphase ca. 1,5 Stunden,
eine Leitungsphase ca. 2 Stunden,
zweite Gruppenphase min. 1,5 Stunden

Material:

- Digitalkameras mit geladenem Akku und genügend Speicherplatz (eine pro TN oder pro Zweiergruppe)
- Laptop zum Sammeln und Vorführen der Fotos
- Utensilien zum Übertragen der Fotos auf den Laptop
- Software zum Versehen von Fotos mit Text
- je nach Gruppengröße ein Beamer

Voraussetzungen/Raum:

für die erste Gruppenphase: Raum mit Sitzgelegenheiten
für die zweite Gruppenphase: Raum mit entspannter Atmosphäre, bequemer Sitzmöglichkeit und einer (Lein-)Wand, auf die die Fotos gut projiziert werden können.

Durchführung

Erste Einheit mit der Gruppe *(ca. 1,5 Stunden)*

1. Die TN werden allein und/oder in Zweiergruppen mit Digitalkameras losgeschickt.
   Auftrag: Fotografiert Motive, die ihr nicht mit Gott in Verbindung bringt. (ca. 1 Stunde)
2. Die TN stellen ihre digitalen Fotos der Leitung zur Verfügung, welche sie jeweils in einzelnen digitalen Ordnern abspeichern. (ca. 30 Minuten)

Einheit der Leitung *(ca. 2 Stunden)*

3. Die Leitung sichtet die Fotomotive und sucht (je nach den zeitlichen Möglichkeiten zur Präsentation und Diskussion in der Gruppe) minimal drei, maximal zehn Motive aus, die besonders prägnant und unterschiedlich sind. Ein Kriterium der Auswahl sollte außerdem sein, dass von jeder Einzelperson bzw. Gruppe mindestens ein Foto vertreten ist.
4. Die ausgewählten Fotos werden von der Leitung mit geeigneter Software zu einer Fotoshow zusammengestellt. Ziel: Der Fotosatz soll insgesamt zweimal präsentiert werden, einmal mit den Fotos, wie sie sind und ein zweites Mal jeweils versehen mit der Bildunterschrift „Dies ist heiliger Boden.“ oder alternativ „heilig“.

Zweite Einheit mit der Gruppe *(min. 1,5 Stunden)*

5. Der „unbetitelte“ Teil der Fotoshow wird gemeinsam kommentarlos angeschaut.
6. Der „betitelte“ Teil der Fotoshow wird angeschaut, kommentiert und diskutiert.
   - Die TN werden dazu eingeladen, spontan und ungefiltert ihre Empfindungen und Gedanken zu jedem betitelten Motiv zu äußern.
   - Nach den spontanen Äußerungen kann die Leitung wo es sich anbietet durch gezielte Nachfragen eine Diskussion anregen. Dabei muss die Zeit im Auge behalten werden, damit in der zur Verfügung stehenden Zeit mindestens ein Motiv jeder Person bzw. Gruppe gezeigt, besprochen und gewürdigt wird.

   Es können auch diejenigen, die die Fotos geschossen haben, das erzählen, was sie dazu erzählen wollen: Wo ist das Bild entstanden, wie, mit welchen Hintergedanken usw.?
   Weitere Anregungen zum Austausch siehe IWH-Methode ICH Nr. 1.

Variationsmöglichkeiten:

Der Auftrag zur Motivauswahl kann nach eigener Einschätzung auch verändert werden.

Hinweise:

Die Leitung sollte deutlich machen, dass es hier an keiner Stelle um einen „Fotowettbewerb“, d.h. nicht um die Bewertung der Qualität der Fotos oder der fotografischen Kompetenzen der TN geht.

„Wo sind in XY eigentlich die ...?“

Ein Suchspiel mit spirituellem Rahmen

Kurzbeschreibung: Einzelpersonen oder Mitglieder einer Gruppe begeben sich auf die Suche nach den Aufenthaltsorten von „Randgruppen“ in ihrer Stadt/ ihrem Wohnort.

Einsatzmöglichkeit: im Rahmen einer Projektwoche oder einer „Woche gemeinsamen Lebens“

Teilnehmendenzahl: ab einer Person durchführbar

Dauer: min. 1,5 Stunden, kann aber beliebig ausgedehnt werden

Material:

- Stadtplan bzw. mehrere Stadtpläne
- evtl. hilfreich bzw. interessant: offizielle Informationsbroschüren der Stadt

Voraussetzungen/Raum:

je nach Zahl der TN ausreichend Möglichkeiten, um im Internet zu recherchieren

Durchführung

Spiritueller Standard-Rahmen:

Egal, in welcher Intensität das „Suchspiel“ durchgeführt wird, Standard sollte sein:

- *VOR den Suchaktivitäten von Einzelpersonen oder Kleingruppen:*
  Lied: „Jeder Teil dieser Erde ist meinem Volk heilig.“
  (z.B. zu finden im Liederbuch „Troubadour für Gott“;
  zum Probehören: http://www.youtube.com/watch?v=gUmdAaDJWIk),
  kurze Besinnung und selbstformuliertes Gebet (unter anderem mit der Bitte um das Bewusstsein, dass es Heiliges ist, was den TN beim Suchen begegnen wird)
- *NACH den Suchaktivitäten:*
  Zusammenkommen als Gruppe, magis-Runde (→ IWH-Methode zu WIR, Nr.5)
  mit dem Lied: „Wir haben Gottes Spuren festgestellt“
  (z.B. zu finden im Liederbuch „Ad majorem“, Nr. 204)
  Für die magis-Runde sollte sich je nach Gruppengröße min. 15 Minuten Zeit genommen werden.

1. **Bestimmung des „Suchauftrags“:**
   Nach welchen Menschen(gruppen) wollen wir in unserer Stadt suchen?
2. **„Such-Phase“**
   Je nach der Zeit, die insgesamt zur Verfügung steht, bemisst sich die Zeit für die „Such-Phase“. Sie kann je nach Zeit und Interesse in verschiedenen Intensitäten stattfinden:
   - Recherche im Internet und in Broschüren
   - Gang durch die Stadt und Aufsuchen von Treffpunkten der ausgewählten Personengruppen
   - Gespräche mit Vertreterinnen und Vertretern offizieller Anlaufstellen für die jeweiligen Personengruppen oder mit Vereinen bzw. Einzelpersonen, die sich explizit mit diesen beschäftigen
   - Begegnungen mit den Personen(gruppen) im informellen Rahmen (z.B. Café für Obdachlose) oder bei einem vorbereiteten Treffen

Variationsmöglichkeiten:

-

Hinweise:

- Es muss auf jeden Fall bei der Durchführung der Stattführung ein „Zoo-Effekt“ vermieden werden.
- Die Methode macht wohl nur Sinn ab einer bestimmten Ortsgröße.

Politisches Nachtgebet

Kurzbeschreibung: Wir bringen das, was sich direkt vor unserer Haustür ereignet mit Gott in Verbindung. Wir entdecken, dass auch politisches und gesellschaftliches Handeln ein heiliger Ort sein kann und dass Menschen wie Dorothee Sölle uns mit ihrer Theologie darauf hinweisen, dass unsere Spiritualität sich auch in unserem gesellschaftlichen und politischen Handeln niederschlagen soll.

Einsatzmöglichkeit: Tageseinstieg, Tagesaustieg

Teilnehmendenzahl: ab 1 Person durchführbar

Dauer: ca. 20 Minuten

Material:

- Pro TN ein Liedblatt oder Liederbuch mit den Liedern „Wir haben Gottes Spuren festgestellt“ und „Lasst uns den Weg der Gerechtigkeit gehn“ (oder ähnlich passenden Liedern)
- kurze Grundinformation über Dorothee Sölle und das u.a. von ihr konzipierte „Politische Nachtgebet“, z.B.:
  http://de.wikipedia.org/wiki/Dorothee_S%C3%B6lle
  http://de.wikipedia.org/wiki/Politisches_Nachtgebet
- ausgewählte kurze Passagen aus tagesaktueller Lokal- und/oder Tageszeitung (auf jeden Fall auch eine lokale Nachricht)
- pro TN eine Kopie des Glaubensbekenntnisses von Dorothee Sölle
  Dieses findet sich z.B. in einer PDF-Datei, welche unter folgendem Link heruntergeladen werden kann: http://www.antonitercitykirche.de/service/downloads.aspx?id=7121
- ggf. noch weitere Texte, Bilder und/oder Bücher von Dorothee Sölle

Voraussetzungen/Raum:

nach Möglichkeit im Freien, alternativ in einem Raum im Stuhlkreis

Durchführung

1. **Lied**
   „Wir haben Gottes Spuren festgestellt“
   (z.B. zu finden im Liederbuch „Ad majorem“, Nr. 204)
2. **Einführung zu Dorothee Sölle, ihrem Leben und dem „Politischen Nachtgebet“**
   z.B. anhand der unter „Materialen“ (s. o.) vorgeschlagenen Dokumente
3. **Überleitung**
   Wie im „Politischen Nachtgebet“ wollen wir heute im Tageseinstieg/Tagesausstieg bewusst Spiritualität, Glauben und aktuelle Politik zusammenbringen
4. **Glaubensbekenntnis von Dorothee Sölle**
   Es wird verlesen mit dem Hinweis, dass dieses Glaubensbekenntnis auch beim ersten politischen Nachtgebet vorgetragen wurde.
5. **Passagen aus Tageszeitungen**
   TN verlesen Passagen aus Tageszeitungen, welche ihnen bereits vor dem Tageseinstieg/Tagesausstieg ausgehändigt wurden.
6. **Formulierung von Bitten oder Dank an Gott**
7. **Gemeinsames Sprechen des Glaubensbekenntnisses von Dorothee Sölle**
8. **Lied**
   z.B. „Dein Reich komme (Lasst uns den Weg der Gerechtigkeit gehn)“
   (z.B. zu finden im Liederbuch „Troubadour für Gott“) oder ähnliches Friedenslied

Variationsmöglichkeiten:

Wer sich mehr Zeit nehmen kann und will, kann auch mehr vom ursprünglichen Konzept des Politischen Nachtgebets umsetzen, d.h. zum Beispiel, eine Phase des Austauschs oder der Diskussion einbauen oder einen passenden Bibeltext.

Sich einlassen

Kurzbeschreibung: Ausgehend von der Bibelstelle „Zieh deine Schuhe aus. Der Ort, wo du stehst, ist heiliger Boden“ (Ex 3,5) wird die Notwendigkeit, sich auf etwas wirklich einzulassen, als Voraussetzung zum Verstehen thematisiert.

Einsatzmöglichkeit: Morgenimpuls,
hier insbesondere als Hinführung im Rahmen von Veranstaltungen, die die Begegnung mit Fremdem bzw. Fremden ermöglichen (z.B. IWH-Methode HIER Nr. 2),
alternativ auch als Abendimpuls

Teilnehmendenzahl: unbegrenzt

Dauer: ca. 15 Minuten

Material:
- Schale mit Wasser
- ein Schüsselchen mit Salz

Voraussetzungen/Raum:
Stuhlkreis, in der Mitte eine Schale mit Wasser

Durchführung

1. **Lied:** z.B. „Beginne du all meine Tage“
(z.B. zu finden im Liederbuch „QuerBeet 1“, S. 8) oder ein anderes Morgenlied

2. **Hinführung:** Ich habe eine Geschichte mitgebracht, in der es um etwas ganz Alltägliches geht, nämlich um Salz. Jede/r von Euch kann sich etwas Salz aus dem Schüsselchen auf die Hand nehmen [Schüsselchen herumgehen lassen] und es anschauen. Was Salz kann, sieht man den kleinen weißen Körnern nicht an. Nehmt mal etwas von dem Salz in dem Mund und achtet darauf, was passiert ... [Reaktionen, Äußerungen der TN abwarten]

   Erst wenn das Salz sich auflöst, schmeckt man, dass es Salz ist, erst jetzt kann es salzen. Und so erging es dem Salzmännchen, das das Meer verstehen wollte:

3. **Erzählung:** Geschichte vom Salzmännchen lesen

4. **Impuls:** Wir müssen uns nicht gleich auflösen wie das Salz. Aber wir wollen heute in die Stadt gehen. Es soll darum gehen, offener als sonst im Alltag zu sein, zu beobachten und sich etwas zu trauen, um mehr zu verstehen von dem, was sich uns ganz persönlich dort zeigen will auf dem „heiligen Boden“, auf dem wir stehen.

   Die Aufforderung Gottes an Mose „Zieh deine Schuhe aus. Der Ort, wo du stehst, ist heiliger Boden“ (Ex 3,5) hat uns ja schon durch diese Tage begleitet. „Heiliger Boden“ kann da sein, wo man es gar nicht vermutet. Aber warum soll Mose seine Schuhe ausziehen? Das Schuheausziehen ist bis heute in vielen Religionen eine Geste der Ehrfurcht, ob in der Moschee oder im Hindu-Tempel. Warum eigentlich? Wer seine Schuhe auszieht, verzichtet auf Schutz. Er oder sie riskiert, kalte Füße zu bekommen, oder nasse, womöglich sogar, sich zu verletzen, wenn er oder sie z.B. in etwas Spitzes tritt. Schuhe schützen. Andererseits kann ich, wenn ich genau kennenlernen möchte, was da auf dem Boden unter meinen Fußsohlen ist, manches nur dann wahrnehmen, wenn keine dicken Schuhsohlen dazwischen sind.

   Etwas wirklich kennenlernen und verstehen kann ich nur, wenn ich mich darauf einlasse – ohne große Angst um mich selbst. Aber wenn ich das - neugierig wie Mose und wie das Salzmännchen in der Geschichte tue, dann kann sich mir wirklich Neues zeigen von anderen, von mir selbst und auch von Gott.

5. **Gebet:** Guter Gott, mach uns heute offen für dich, für einander und für die Menschen in dieser Stadt. Begleite du uns durch diesen Tag mit deinem Segen. Amen.

6. **Lied:** z.B. „Steh auf (Brich auf)“
(z.B. zu finden als PDF im Internet:
www.wjt2008.de/befluegelt/download/e3/m3matlied4.pdf, abg. am 27.12.2011)

Variationsmöglichkeiten:

Wurde die Bibelstelle nicht schon vorher thematisiert, kann der Bezug darauf einfach weggelassen werden. Wenn keine gemeinsame Unternehmung folgt, kann der Impuls entsprechend allgemeiner formuliert werden.

Quellen:

Idee: Abwandlung eines Impulses der Malteserjugend Freiburg
www.malteserjugend-freiburg.de → Gruppenstundenbörse → Religiöse Gruppenstunden → → Sonstiges → 9.1.4 Salzmännchen, abgerufen am 19.12.2011.

Text: Willi Hoffsümmer, Kurzgeschichten 4, Ostfildern: Grünewald-Verlag 1996, 132.

Anlage: Die Geschichte vom Salzmännchen

Die Geschichte vom Salzmännchen

Es war einmal ein Salzmännchen, das durch warme Gegenden und Wüsten gewandert und so ans Ufer des Meeres gekommen war. Plötzlich entdeckte es das Meer. Es hatte es nie vorher gesehen und verstand es deshalb nicht.

„Wer bist du?“ fragte das Männchen.

„Ich bin das Meer“, antwortete das Meer.

„Aber was ist das Meer?“ bohrte das Salzmännchen weiter.

„Ich“, entgegnete das Meer.

„Ich verstehe es nicht“, murmelte das Männchen traurig vor sich hin. „Aber wie nur könnte ich dich verstehen? Ich wünsche es so sehnlich!“

„Berühr mich“, sagte das Meer.

Und scheu berührte das Salzmännchen mit seinen Zehenspitzen das Meer. Und es begann das Meer zu verstehen! Aber sehr schnell merkte es, dass seine Zehenspitzen verschwunden waren.

„Was hast du gemacht, Meer?“

„Du hast etwas gegeben, um mich verstehen zu können“, sagte das Meer.

Und das Salzmännchen begann, sich langsam und sanft im Meer aufzulösen, wie jemand, der den wichtigsten Akt seines Pilgerlebens verwirklicht. In dem Maß, wie es im Meer eintauchte, wurde es Stück um Stück dünner und fragte sich weiter: „Was ist das Meer?“ Bis eine letzte Welle es ganz aufzehrte.

Aber in diesem Augenblick konnte es noch die Antwort des Meeres zu seiner eigenen machen und sagen: „Ich bin das Meer.“

(Verfasser/in unbekannt)

Der Ort, wo du stehst, ist heiliger Boden

Gottesdienst zu Ex 3,1-14

Kurzbeschreibung: Wortgottesfeier

Einsatzmöglichkeit: Nach Veranstaltungen, Einheiten usw. im Kontext der Thematik ICH-WIR-HIER.

Teilnehmendenzahl: ab 1 Person durchführbar

Dauer: ca. 45 Minuten

Material:

- kleines Lagerfeuer, Reisig
  (als Schlecht-Wetter-Variante: Wunderkerzen, Teelichter, Schale mit Sand)
- Textblätter
- „Nicht ausblasbare“, sich wieder entzündende Kerzen für alle TN
  (gibt es z.B. als Scherz-Geburtstagskuchenkerzen im Drogeriemarkt)

Voraussetzungen/Raum:

Spätabends bei Dunkelheit draußen im Stuhlkreis um ein Feuer, um das Feuer herum liegt trockenes Reisig.
Weg vom Haus zum Gottesdienstort markiert mit Teelichtern
(bei schlechtem Wetter: In der Mitte steht eine Schale mit Sand, in der Kerzen stecken, am Rand der Schale liegen Wunderkerzen)

Durchführung

1. **Lied:** „Du bist da, wo Menschen leben“
   (z.B. zu finden im Liederbuch „Ad majorem“, Nr. 57)
2. **Hinführung:** „Du bist da, wo Menschen leben ...“, haben wir gerade gesungen und die Bibelstelle „Der Ort, wo du stehst, ist heiliger Boden“ hat uns schon durch den Tag (durch das Wochenende) begleitet. Auch jetzt und hier heute Abend an unserem Feuer will uns Gott begegnen.
   Beginnen wir in Seinem Namen: Im Namen des Vaters ...
3. **Lesung:** Ex 3,1-5 (nur ersten Teil bis „Der Ort, wo du stehst, ist heiliger Boden.“)
4. **Impuls:** „Brennender, nicht verbrennender Dornbusch. Mose ist neugierig, schaut nach. Da, wo er es nicht erwartet, zeigt sich Gott, dort, wo er steht, ist *heiliger Boden*“ ⇨
   1. Es müssen keine spektakulären Orte sein, an denen sich mir überraschend etwas Besonderes zeigt bzw. an denen sich auch mir Gott zeigen kann.
   2. Neugier = Sehen *wollen* ist notwendige Voraussetzung. Wer keine offenen Augen hat, sieht auch nichts.
   3. Jeder Ort kann heiliger Boden sein (Hinweis: nicht nur räumliche „Orte“), auch unser Jugendverband, unser Wochenende, …

   Schaut nochmal auf die Orte, an denen wir uns aufgehalten haben, und auf das, was wir an diesem Tag (an diesem Wochenende) erlebt haben. [einige Programmpunkte/Erlebnisse des Tages nennen] Wo war dort „heiliger Boden“?
5. **Austausch:** Jede/r TN nimmt Reisig, wirft es ins Feuer in der Mitte und erzählt dazu von Orten, Tätigkeiten, Erlebnissen, Begegnungen, …, die sich ihm/ihr während des Wochenendes besonders eingeprägt haben, die zum „brennenden Dornbusch“, zum „heiligen Boden“ werden konnten.
   (Schlechtwettervariante: Jede TN bekommt eine – bei Bedarf auch eine zweite – Wunderkerze, entzündet sie an der Kerze in der Mitte und erzählt dazu.)
   Dazwischen jeweils der Liedruf: „Jeder Teil dieser Erde ist meinem Volk heilig.“
   (z.B. zu finden im Liederbuch „Troubadour für Gott“;
   zum Probehören: http://www.youtube.com/watch?v=gUmdAaDJWIk)

6. **Überleitung:** „Der Ort, wo du stehst, ist heiliger Boden. Hören wir, wie es in der Bibel mit dieser Geschichte weitergeht.“

7. **Lesung:** Fortsetzung von Ex 3,6-14 (Zweiter Teil ab „Dann fuhr er fort: Ich bin …“)

8. **Impuls:** „Was hier weiter erzählt wird, ist im Grunde die Erklärung, warum der Ort, an dem Mose steht, zum Ort der Gottesbegegnung werden kann.“ (Falls Zeit ist, Text in Kontext einordnen und Hintergrund des Gottesnamens IHWH erläutern.)
„Bleibende Zusage Gottes – auch an uns. Was heißt das konkret?“
→ Beispiele aus dem Alltag

9. **Evangelium:** Joh 15,11-15

10. **Gebet:** Dank und Bitten (frei von den TN formuliert), dazwischen Fürbittruf:
„Du sei bei uns in unserer Mitte“
(z.B. zu finden im Liederbuch „Ad majorem“, Nr. 57)
Anschließend beten alle zusammen das „Vater unser“

11. **Abschluss:** Die Leitung zündet eine „nicht ausblasbare“ (d.h. sich nach kurzer Zeit wieder von selbst entzündende) Kerze an.
„Gottes ICH-BIN-DA ist nicht immer spürbar/erfahrbar.“
Die Leitung pustet die Kerze aus und wartet, bis sie sich nach wenigen Sekunden wieder selbst entzündet. Alle TN können mögliche Hindernisse oder Beispiele für Durststrecken nennen. Dabei wird die Kerze immer wieder erneut ausgepustet.
„Aber Gottes Zusage steht. Er hat mehr Ideen, als wir uns vorstellen können, sich uns an Orten, an denen wir es nicht erwarten, zu zeigen.“
Am Ende bekommt jede/r TN eine „nicht ausblasbare“ Kerze als Erinnerung.

12. **Segen:** „Es segne und begleite uns und alle Menschen, an die wir in diesem Gottesdienst gedacht haben, der Gott, der sich uns immer wieder neu als der *Ich-bin-da* zeigen will: der Vater, der Sohn und Heilige Geist. Amen.“

13. **Lied:** „In deinem Namen wollen wir den Weg gemeinsam gehen mit Dir“
(z.B. zu finden im Liederbuch „Ad majorem“, Nr. 142)

Variationsmöglichkeiten:

Der Gottesdienst kann natürlich auch in eine Eucharistiefeier integriert werden.

Anlage: Textblatt zu Ex 3,1-14

„Der Ort, wo du stehst, ist heiliger Boden“ (Ex 3,1-14)

Mose weidete die Schafe und Ziegen seines Schwiegervaters Jitro, des Priesters von Midian. Eines Tages trieb er das Vieh über die Steppe hinaus und kam zum Gottesberg Horeb. Dort erschien ihm der Engel des Herrn in einer Flamme, die aus einem Dornbusch emporschlug.

Er schaute hin: Da brannte der Dornbusch und verbrannte doch nicht.

Mose sagte: „Ich will dorthin gehen und mir die außergewöhnliche Erscheinung ansehen. Warum verbrennt denn der Dornbusch nicht?“

Als der Herr sah, dass Mose näher kam, um sich das anzusehen, rief Gott ihm aus dem Dornbusch zu: „Mose, Mose! Er antwortete: Hier bin ich.“

Der Herr sagte: „Komm nicht näher heran! Leg deine Schuhe ab; **denn der Ort, wo du stehst, ist heiliger Boden.**“

Dann fuhr er fort: „Ich bin der Gott deines Vaters, der Gott Abrahams, der Gott Isaaks und der Gott Jakobs.“

Da verhüllte Mose sein Gesicht; denn er fürchtete sich, Gott anzuschauen.

Der Herr sprach: „Ich habe das Elend meines Volkes in Ägypten gesehen und ihre laute Klage über ihre Antreiber habe ich gehört. Ich kenne ihr Leid. Ich bin herabgestiegen, um sie der Hand der Ägypter zu entreißen und aus jenem Land hinaufzuführen in ein schönes, weites Land, in ein Land, in dem Milch und Honig fließen, in das Gebiet der Kanaaniter, Hetiter, Amoriter, Perisiter, Hiwiter und Jebusiter. Jetzt ist die laute Klage der Israeliten zu mir gedrungen und ich habe auch gesehen, wie die Ägypter sie unterdrücken. Und jetzt geh! Ich sende dich zum Pharao. Führe mein Volk, die Israeliten, aus Ägypten heraus!“

Mose antwortete Gott: „Wer bin ich, dass ich zum Pharao gehen und die Israeliten aus Ägypten herausführen könnte?“

Gott aber sagte: „Ich bin mit dir; ich habe dich gesandt und als Zeichen dafür soll dir dienen: Wenn du das Volk aus Ägypten herausgeführt hast, werdet ihr Gott an diesem Berg verehren.“

Da sagte Mose zu Gott: „Gut, ich werde also zu den Israeliten kommen und ihnen sagen: Der Gott eurer Väter hat mich zu euch gesandt. Da werden sie mich fragen: Wie heißt er? Was soll ich ihnen darauf sagen?“

Da antwortete Gott dem Mose: „Ich bin der *Ich-bin-da*.“

Und er fuhr fort: „So sollst du zu den Israeliten sagen: Der *Ich-bin-da* hat mich zu euch gesandt.“

ICH-WIR-HIER-Kaleidozyklus

Kurzbeschreibung: Kreative Methode zur Auseinandersetzung mit dem Themenkreis „ICH-WIR-HIER“:
Gestalten eines „Kaleidozyklus“ aus Papier (ein Ring aus sechs Tetraedern, der nach innen oder nach außen umgestülpt werden kann, so dass nach jedem Drehen oben ein anderes Bild sichtbar wird.)

Einsatzmöglichkeit: zur Erwartungsklärung am Beginn einer Veranstaltung (hier im Beispiel zu Beginn einer „Woche des gemeinsamen Lebens“), intensiveres Kennenlernen, kreatives Gestalten

Teilnehmendenzahl: ab 1 Person durchführbar

Dauer: ca. 1,5 Stunden

Material:

- Bastelbogen *(Kopiervorlage → Anlage 1)* auf DIN-A3 ausdrucken oder kopieren
  (wenn möglich auf etwas stärkeres Papier, z.B. 120g/m²)
- Bastelmaterialien:
  Stifte, Scheren, doppelseitiges Klebeband, Farben, Klebstoff, Stoffreste, buntes Papier, Wolle, ...

Voraussetzungen/Raum:

ein ausreichend großer Raum, damit sich jede/r TN für sich mit den Fragen auseinandersetzen kann, sowie Tische mit ausreichend Platz zum Basteln

Durchführung

1. **Einzelarbeit:** *(ca. 15 Minuten)*
   Jede/r TN bekommt einen Bastelbogen *(Kopiervorlage → Anlage 1)*, in dem die Felder am Rand mit ICH, WIR, HIER und ICH-WIR-HIER beschriftet sind. Die TN bekommen nun Zeit, sich in Einzelarbeit mit folgenden Fragen auseinanderzusetzen und sich dazu Notizen in den entsprechenden Feldern des Bastelbogens zu machen (Fragestellungen je nach Anlass anpassen):
   - ICH: Wie geht es mir ganz persönlich jetzt in diesem Moment?
   - WIR: Wie wünsche ich mir das Miteinander in unserer Gruppe während der „Woche gemeinsamen Lebens“?
   - HIER: Was ist in den nächsten Tagen bei mir in der Schule, in der Familie, im Freundeskreis los? Was beschäftigt mich noch? Worum muss ich mich kümmern?
   - ICH-WIR-HIER: Einen Wunsch und eine Befürchtung in Bezug auf die kommende Veranstaltung (Woche gemeinsamen Lebens, Wochenende o. Ä.)
2. **Austausch:** *(je nach Gruppengröße in Kleingruppen von max. 8 Personen; ca. 30 Minuten)*
   Die TN tauschen sich in den Kleingruppen zu den vier Fragen aus. Wer möchte, kann die eigenen Stichwörter, Notizen usw. später vorlesen.

   anschließend Pause
3. **Kreatives Gestalten:** *(ca. 30 Minuten)*
   (Es empfiehlt sich, ein fertiges Exemplar dabei zu haben, an dem ausprobiert werden kann, welche Flächen später wo zu sehen sind.)
   Die Kaleidozyklen werden entlang der Markierung ausgeschnitten und sauber entlang aller Falzkanten in jede Richtung geknickt, so dass eine Kette von Tetraedern entsteht (mehrmals knicken). Die schon beschriftete Seite wird jetzt die Innenseite. Den Bogen mit der weißen Seite nach oben wieder hinlegen und kreativ farbig gestalten, d.h. Bemalen, Bekleben, Beschriften ...
   (Anm.: Viele TN greifen von sich aus hier die Aspekte ICH, WIR, HIER, ICH-WIR-HIER auf.)
4. **Zusammenbasteln:** *(ca. 10 Minuten)*
   Die schraffierten Flächen werden mit Klebeband beklebt (oder mit Klebstoff bestrichen) und der Bogen entlang der Kanten zu sechs Tetraedern gefaltet. Anschließend die kurzen Klebeflächen am einen Ende der „Tetraederkette“ in den Schlitz am anderen Ende stecken und festkleben. Der so entstehende Tetraederkreis („Kaleidozyklus“) lässt sich jetzt immer wieder nach innen oder außen umstülpen, so dass jeweils andere Flächen auf der Oberfläche zu sehen sind.

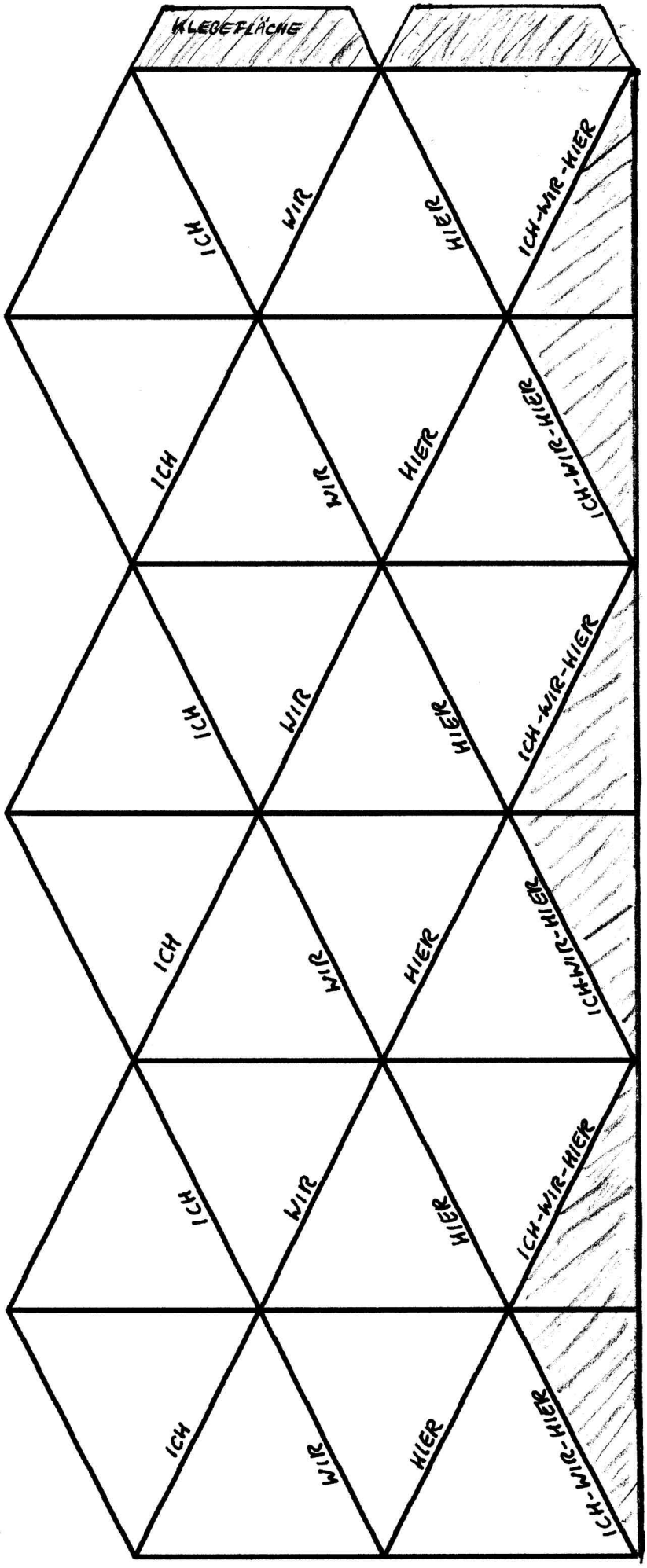
Variationsmöglichkeiten:

Methode kann auch ohne den ersten Teil (Schritte 1-2) „einfach nur zum Basteln“ eingesetzt werden.

Hinweise:

- Eine detaillierte Beschreibung zu Kaleidozyklen findet sich im Internet: http://www.mathematische-basteleien.de/kaleidozyklen.htm#Geschlossener%20Ring%20aus%20sechs%20Dreieckspyramiden
- Eine Bastelanleitung findet sich unter: http://www.korthalsaltes.com/model.php?name_en=hexagonal%20kaleidocycle
- Doppelseitiges Klebeband erleichtert das (beim ersten Versuch nicht ganz einfache) Zusammenbasteln.

Anlage: Bastelbogen für Kaleidozyklen (Kopiervorlage)


KLEBEFLÄCHE
ICH
WIR
HIER
ICH-WIR-HIER
ICH
WIR
HIER
ICH-WIR-HIER
ICH
WIR
HIER
ICH-WIR-HIER
ICH
WIR
HIER
ICH-WIR-HIER
ICH
WIR
HIER
ICH-WIR-HIER
ICH
WIR
HIER
ICH-WIR-HIER

Denkzettel
„Der Ort, wo du stehst, ist heiliger Boden“

Kurzbeschreibung: Passanten und Passantinnen im Orts- oder Stadtkern werden mit dem IWH-Leitzitat konfrontiert und nach ihren Assoziationen gefragt.

Einsatzmöglichkeit: Gruppenstunde, Workshop, Leitungsrunde, Leitungsklausur

Teilnehmendenzahl: min. 3 Personen

Dauer: min. 1,5 Stunden

Material:

- bunte „Denkzettel“ im DIN-A5-Format,
  auf der Vorderseite beschriftet mit: „Der Ort, wo du stehst, ist heiliger Boden.“ (Ex 3,5),
  auf der Rückseite beschriftet mit einer Kurzvorstellung der Gruppe, die die Aktion durchführt (bei verbandlichen Gruppen auch Kurzvorstellung des Verbandes und entsprechendes Logo)
- pro TN ein bis zwei leere Blätter und ein Stift

Voraussetzungen/Raum:

Mut, an mehreren Plätze im Stadt-/Ortskern Zettelchen auszulegen und fremde Menschen anzusprechen

Durchführung

1. Die Gruppe wählt konkrete Orte und – falls verschiedene Möglichkeiten denkbar sind – einen geeigneten Zeitraum für die Aktion aus.
2. Die Teilnehmenden verteilen sich am besten einzeln auf die ausgewählten Plätze.
3. Die Denkzettel werden ausgelegt, nicht mehr als drei pro Platz.
4. Verschiedene Phasen können sich abwechseln:
   - Nur mal Leute beobachten, ob sie die Zettel wahrnehmen und wie sie darauf reagieren.
   - Leute ansprechen und fragen, was sie denken oder fühlen, wenn sie den Text auf dem Zettel lesen, sowie, ob sie den Zettel mitnehmen wollen.
5. Ein Treffen aller TN sollte die Aktion abschließen.
   Dies kann in Form einer magis-Runde (→ IWH-Methode zu WIR, Nr. 5) stattfinden mit dem Fokus auf die Fragen:
   - Was habe ich beobachtet und gehört?
   - Wo hänge ich noch am meisten?
   - Was hat mich beeindruckt, verstört, angeregt?

Variationsmöglichkeiten:

Es ist natürlich möglich, die Denkzettelchen erst mit der Gruppe herzustellen und dies pädagogisch einzubetten. Das könnte als Anlass für Gespräche dienen, die die TN auf die Aktion anwärmen.
Die Aktion kann auch an verschiedenen Tagen an unterschiedlichen Tageszeiten durchgeführt werden.

Hinweise:

- Nicht geeignet für die Aktion sind Regentage, da Regen die Bereitschaft der Passantinnen und Passanten, für ein Gespräch stehenzubleiben voraussichtlich erheblich senkt.
- Wenn es Möglichkeiten gibt, sich z.B. durch einschlägige T-Shirts, Buttons o. Ä. als die veranstaltende Gruppierung auszuweisen, so wäre es gut, diese „Identifikationsmarker“ zu tragen.

Poetische (bzw. kreative) Lichterspur

Kurzbeschreibung: Wir setzen uns vertieft mit einem Thema oder mit (Teil-)Sätzen aus der Bibel auseinander, indem wir dazu einzelne Begriffe assoziieren, poetische Texte verfassen und diese auf uns wirken lassen.

Einsatzmöglichkeit: Gruppenstunde/n, Besinnungswochenenden, spirituelle Einheit auf Konferenzen und Leitungsklausuren

Teilnehmendenzahl: min. drei Personen

Dauer: gut 1,5 Stunden

Material:

- Plakat mit dem Satz(teil) aus der Bibel
- DIN-A6-Zettelchen (pro TN 10 Stück)
- Eddings, pro TN 1 Stift und 2 bis 3 leere Papierbögen
- Zündhölzer bzw. Feuerzeug
- für die Außenvariante: je TN eine Fackel
  für die Innenvariante: größere Teelicher oder kleine Stumpenkerzen (pro TN eine/s)
- evtl. Hintergrundmusik für das Abgehen der Lichterspur

Voraussetzungen/Raum:

Ideal ist entweder bei trockenem Wetter ein abgegrenztes Außengelände oder ein Haus mit mehreren zugänglichen Räumen oder zur Not ein großer Raum mit mehreren Ecken

Durchführung

1. **Nennung des Themas bzw. des biblischen Zitats:**
   Das Thema bzw. der (Teil-)Satz aus der Bibel (z.B. aus der IWH-Projekt-Bibelstelle Ex 3,1-14) wird auf ein Plakat geschrieben und in die Mitte des Raumes bzw. des Tisches gelegt.
2. **Assoziieren und Einzelarbeit:** *(ca. 45 Minuten)*
   Jede/r TN assoziiert zehn Begriffe zum ausgewählten Thema bzw. Satz und schreibt sie getrennt auf kleine Zettelchen, welche nach der Einzelarbeit für alle zum Lesen ausgelegt werden.
   Jede/r TN sucht sich aus dem Begriffe-Pool bis zu fünf Begriffe aus, die er/sie auf einem DIN-A4-Blatt notieren (nicht den Zettel mitnehmen, damit der Begriff auch anderen noch zur Verfügung steht!). Die TN ziehen sich zurück und schreiben unter Verwendung dieser Begriffe einen mehr oder weniger poetischen Text. Die fertigen Texte werden bei der Leitung abgegeben.
3. **Vorbereitung der Lichterspur:** *(je nach Gruppengröße; ca. 20 Minuten)*
   Die Leitung bereitet – möglichst dann, wenn es draußen dunkel ist – die poetische Lichterspur vor, indem sie die Texte in eine Reihenfolge bringt. Dazu gestaltet sie aus den zur Verfügung stehenden Lichtquellen einen „Lichterparcours“ mit verschiedenen Stationen im Garten, im Haus oder im Raum. An jeder Station ist jeweils einer der Texte zu finden.
4. **Meditatives Gehen der Lichterspur:** *(je nach Gruppengröße; ca. 30 Minuten)*
   Die TN laufen diese poetische Lichterspur schweigend nacheinander ab, lesen die aus der Gruppe entstandenen Texte und lassen sie auf sich wirken.
5. **Gemeinsames Lied:**
   je nach Bibelstelle oder Thema auszuwählen

Variationsmöglichkeiten:

- Nach dem meditativen Gehen kann ein kurzer Austausch oder eine Runde mit der Möglichkeit, unkommentiert Eindrücke zu äußern, angeschlossen werden. Auch eine Runde mit Bitten oder Dank ist möglich.
- Um den TN mehrere kreative Gestaltungsvariationen anzubieten, kann die Auseinandersetzung auch im Rahmen einer „kreativen Lichterspur“ erfolgen. Es könnten zu den gewählten Einzelbegriffen Bilder gemalt, Tonskulpturen geformt, Lieder erdacht, ... werden. Dazu muss natürlich entsprechendes Material bereitgestellt werden.

Hinweise:

Die Stationen der Lichterspur sind auf jeden Fall so anzuordnen, dass die TN sich eingeladen fühlen, dort jeweils ungestört und ohne Hetze zu verweilen.

Quelle:

Gemeinschaftsexerzitien der J-GCL-Diözesanverbände Augsburg

Impuls im öffentlichen Raum: Käsefüße und Denkzettelchen

Kurzbeschreibung: Die Gruppe backt „Käsefüße“[1] und verteilt sie mit „Denkzettelchen“, auf denen das IWH-Leitzitat steht, in der Fußgängerzone.

Einsatzmöglichkeit: Gruppenstundenreihe

Teilnehmendenzahl: min. 2 Personen

Dauer: für das Verteilen der „Käsefüße“ ca. 1 Stunde; je nachdem, in welchem Rahmen das Backen stattfindet, ist noch entsprechend Vorlauf einzuplanen

Material:

- bunte „Denkzettel“ im DIN-A6-Format,
  auf der Vorderseite beschriftet mit: „Der Ort, wo du stehst, ist heiliger Boden.“ (Ex 3,5),
  auf der Rückseite beschriftet mit einer Kurzvorstellung der Gruppe, die die Aktion durchführt (bei verbandlichen Gruppen auch Kurzvorstellung des Verbandes und entsprechendes Logo)
- kleine Plastiktütchen, in die jeweils das Denkzettelchen und zwei Käsefüße passen
- bunte Bänder o.Ä. zum Verschließen der Tütchen
- ggf. schon im Vorfeld von jemandem gebackene „Käsefüße“

Voraussetzungen/Raum:

Öffentliche Plätze im Ort, die relativ viel frequentiert werden, und Mut.

Durchführung

(Schritt 1 und 2 können von der Gesamtgruppe oder aber auch im Vorfeld von Einzelpersonen oder Kleingruppen übernommen werden.)

1. Backen der Käsefüße
2. Herstellen der Denkzettelchen
3. Abpacken der Tütchen (je 2 Käsefüße und 1 Denkzettelchen)
4. Verteilen der Tütchen an Passantinnen und Passanten
5. Notizen machen zu den Reaktionen der Passantinnen und Passanten
6. Austausch in der Gruppe über die Erlebnisse, Äußerungen und Gespräche

Variationsmöglichkeiten:

- Nach Absprache mit den Verantwortlichen der Pfarrgemeinde können die Tütchen nach einem Gottesdienst verteilt werden.
- Auf die Vorderseite des Denkzettelchens nach dem Bibelzitat schreiben: „Was denken oder fühlen Sie, was denkst oder fühlst du, wenn du diesen Satz liest und ein wenig über ihn nachdenkst? Wir freuen uns, wenn Sie uns das, was Ihnen zu dieser Frage kommt, mailen oder schreiben würden: (keine persönliche, sondern eine institutionelle) Post- und/oder Mailadresse“.
- Die Passantinnen und Passanten nach dem Überreichen direkt ansprechen und fragen: „Wollen Sie/Willst du noch ein Tütchen haben, um es jemandem mitzubringen?“
- Die Passantinnen und Passanten nach dem Überreichen direkt ansprechen und fragen: „Was denken Sie, wenn Sie hören/Was denkst du, wenn du hörst: 'Der Ort, wo du stehst ist heiliger Boden.'?“

Hinweise:

- Die Aktion erfordert Gespür für ein gutes Verhältnis von Mut und Zurückhaltung, um Reaktionen zu bekommen, aber die Passantinnen und Passanten nicht zu überfordern.

1 Blätterteiggebäck, ausgestochen mit fußförmigem Ausstecher, mit Käse bestreut und gebacken; diverse Rezepte sind leicht im Internet zu finden.

Dreifaches Morgengebet

Kurzbeschreibung: Am Beginn eines Tages schaue ich bewusst mit Gottes Augen in den Spiegel, in die Tageszeitung und aus dem Fenster, nehme wahr, was das in mir bewirkt und teile ggf. (evtl. auch in Gebetsform) meine Eindrücke mit den anderen aus der Gruppe.

Einsatzmöglichkeit: Tageseinstieg

Teilnehmendenzahl: ab 1 Person durchführbar

Dauer: ca. 30 Minuten, kann aber ggf. beliebig ausgedehnt werden

Material:

- je einen kleinen Handspiegel für alle TN (oder entsprechend viele frei zugängliche Wandspiegel im Haus, die für die TN einzeln ungestört zugänglich sind)
- je nach Zahl der TN eine oder mehrere aktuelle Tageszeitungen
- frei zugängliche Fenster, am besten entsprechend der Anzahl der TN
- ein Teelicht pro TN und Leitungsperson
- Zündhölzer oder Feuerzeug
- ggf. die Impulse zu Spiegel, Zeitung und Fenster kopiert auf Zettelchen

Voraussetzungen/Raum:

Ein Raum in einem Gebäude mit Sitzkreis (ob auf Stühlen oder auf dem Boden) und andere Räume, die es ermöglichen, dass sich jede/r TN zurückziehen kann.

Durchführung

1. **Lied:** „Und ein neuer Morgen“ von Gregor Linßen
(z.B. zu finden im Liederbuch „Ad majorem“, Nr. 91; außerdem können Text und Noten auf der Homepage von Gregor Linßen unter folgendem Link als PDF heruntergeladen werden:
http://www.edition-gl.de/Lieder-zum-freien-Download.222.0.html)

2. **Einführung:** Jede/r TN macht gleich im Schweigen und möglichst ungestört von anderen das sogenannte „Dreifache Morgengebet“. Was wir dafür brauchen, ist nur die eigene Bereitschaft und drei Dinge: einen Spiegel, einen Teil einer Tageszeitung und ein Fenster. Mit folgenden Impulsen kann sich jede/r beschäftigen:
   - **SPIEGEL**: Mit ihm ist der Auftrag verbunden, mich selbst anzuschauen mit der liebenden Aufmerksamkeit, die Gott für mich hat.
   - **TAGESZEITUNG**: Hier ist die Aufgabe, das, was ich lese mit Gott in Verbindung zu bringen. Was löst das in mir aus?
   - **FENSTER**: Wir schauen hinaus in die Welt mit dem Gedanken: Ich will die Welt heute ein bisschen besser machen.

   Es gibt dafür 15 Minuten, d.h. genügend Zeit. Niemand muss von einem zum anderen hetzen. Jede/r beginnt beim Spiegel und schaut, was in ihm/ihr vorgeht und wann sie/er weitergehen will. Insgesamt geht es weniger darum, sich sklavisch an den Ablauf zu halten, sondern mit den Impulsen zu schauen, wo sie mich hinführen, wo ich hängenbleibe, was mich berührt, was gerade nicht und was sehr wohl „dran ist“.

3. **Einzelbesinnung mit Spiegel, Zeitungsteil, Fenster**

4. **Austausch:** Erzähl-/Bitte-/Dank-Runde
Die Leitung lädt dazu ein, zu erzählen, wie es den einzelnen mit dem dreifachen Morgengebet ergangen ist und/oder eine Bitte auszusprechen und/oder einen Dank. Im Falle von Bitte oder Dank sollte die Person jeweils abschließen mit „Gott, ich bitte dich.“ bzw. „Gott, ich danke dir.“ Die Gruppe antwortet dann darauf entsprechend mit „Gott, wir bitten dich.“ bzw. „Gott, wir danken dir.“ Jede Person entzündet nach ihrer Äußerung ein Teelicht. Diejenigen, die nichts sagen wollen, entzünden einfach schweigend ein Teelicht.

5. **Lied**: „Und ein neuer Morgen“,
nur die 2. Strophe mit „... brenne in mir“ (im Blick auf die entzündeten Kerzen)

Hinweise:

Je mehr Raum oder sogar Einzelräume zur Verfügung stehen, desto besser. Es ist sehr wichtig, sich in der Einzelbesinnung nicht gegenseitig abzulenken. Wie dies im konkreten Fall am besten zu realisieren ist, muss die Leitung nach den örtlichen Gegebenheiten entscheiden.

Quelle:

Die Grundidee des Gebets mit Spiegel, Zeitung und Fenster entstammt einer Predigt von P. Dieter Putzer SAC im Rahmen eines Jugendgottesdienstes der Pfarrei St. Wolfgang in Augsburg im Jahr 2011, wurde aber für ICH-WIR-HIER leicht abgewandelt.

ICH-WIR-HIER
Veranstaltungsformate

Auf den folgenden Seiten werden beispielhaft Ablaufpläne für ein Wochenende oder für „Wochen gemeinsamen Lebens“ vorgestellt. So soll gezeigt werden, wie die Einzelmethoden im Kontext einer mehrtägigen Veranstaltung eingesetzt werden können.

ICH – WIR – HIER
„Mittendrin in Augsburg“
(Veranstaltungsformat)

Kurzbeschreibung: Das Sightseeing der etwas anderen Art:
Augsburg anschauen, aber eben nicht nur so wie im üblichen Touristinnen- bzw. Touristen-programm.
Stattdessen mit offeneren Augen durch die Stadt gehen und dabei Dinge sehen, die ich sonst vielleicht noch nie bemerkt habe, wahrnehmen, was dadurch in mir selber passiert, und überlegen, was das mit meinem Leben und Glauben zu tun hat.

Teilnehmendenzahl: max. ca. 12 TN

Dauer: Freitagabend bis Sonntagnachmittag

Ort:

- J-GCL-Bundesstelle Augsburg
  (mitten in der Innenstadt, einfache Unterbringung in Mehrbettzimmern, Selbstversorgung)

Hinweise:

- Ein solches Wochenende lässt sich natürlich auch in jeder anderen Stadt durchführen.
- Die J-GCL-Bundesstelle bietet Interessierten, die ein ähnliches Wochenende anbieten möchten, gern ihre Unterstützung an.

Durchführung

siehe Ablaufplan

J-GCL | IWH-Veranstaltungsformat: „ICH – WIR – HIER“-Wochenende – „Mittendrin in Augsburg“

	Freitag	**Samstag**	**Sonntag**
Vormittag		Frühstück	Frühstück
		Morgenimpuls: **Blick auf die Stadt** (Perlachturm) (→ HIER Nr. 3)	Morgenimpuls: **Sich einlassen** (→ HIER Nr. 9)
		Wohnen in der Fuggerei (→ HIER Nr. 1)	**„Zieh deine Schuhe aus ...!“** **– Experimente in der Stadt** (→ HIER Nr. 2)
Nachmittag		Mittagessen	Mittagessen
	Anreise, Ankunft der TN, Zimmer beziehen	**Besuch in Gemeinschaftsunter-künften für Asylsuchende** (organisiert mit Tür an Tür e.V., Augsburg, → vgl. Projektbericht 3.1.3)	Reflexion, Aufräumen, Abschied
Abend	Abendessen	Pause, Abendessen vorbereiten	
	„Der Ort, wo Du stehst, ist heiliger Boden ...“ (Ex 3,5) Einstieg, Kennenlernen, Organisatorische Absprachen Kreatives Gestalten: **Heiliger Ortsplan** (→ ICH Nr. 2) **Gebet der liebenden Aufmerksamkeit** in der Kapelle mit den in der ersten Einheit entstandenen Plakaten (→ ICH Nr. 11)	Gottesdienst: **„Der Ort, wo du stehst, ist heiliger Boden“ (Ex 3,5)** (→ ICH-WIR-HIER Nr. 1) Abendessen / Grillen	

„Woche gemeinsamen Lebens“ (WGL)
(Veranstaltungsformat)

Kurzbeschreibung: Während einer Schulwoche leben Schülerinnen und Schüler in einem Haus bzw. einer Wohnung in lokaler Nähe zu den von ihnen besuchten Schulen als Gruppe zusammen. Jede WGL[1] steht unter einem meist von den ehrenamtlichen Teamerinnen bzw. Teamern selbst gewählten Thema. Spirituelle Tageseinund -ausstiege sowie thematische Einheiten abends (teils auch nachmittags) bilden den groben Rahmen.

Einsatzmöglichkeit: eine Woche in der Schulzeit, in der vom Schuljahresverlauf her wenig Klausuren bzw. Schulaufgaben anstehen

Teilnehmendenzahl: 6 bis 15 Schülerinnen und Schüler (ab 14 Jahren)

Dauer: in der Regel eine Woche
Beginn:
Sonntagabend oder Montag nach der Schule
Ende:
Freitagnachmittag, nach gemeinsamem Putzen und Reflexionsrunde

Material:

- siehe entsprechende Angaben in den Beschreibungen der Einzelmethoden

Voraussetzungen/Raum:

- Selbstverpflegungshaus/-wohnung (mit mindestens einem Gruppen-/Aufenthaltsraum und Übernachtungsmöglichkeit), von wo aus es den Teilnehmenden möglich ist, morgens rechtzeitig in ihre Schule(n) zu kommen.
- Schön ist es, wenn die Örtlichkeit die Gestaltung verschiedener Räume bzw. Raumecken für Erledigung von Hausaufgaben, für spirituelle und thematische Einheiten sowie zum gemeinsamen „Chillen“ und Spielen erlaubt.

Durchführung

Alltag mit Schule, Musikunterricht, Sport usw. eingebettet in gemeinsames Leben, Kochen, Beten, Besinnung und vielfältiges Auseinandersetzen mit dem WGL-Thema;

Näheres siehe auf den nachfolgenden Ablaufplänen für die WGLs „Zieh deine Schuhe aus …“ und „ICH – WIR – HIER“.

Variationsmöglichkeiten:

Die WGL kann mit geschlechtsgemischten oder auch mit geschlechtshomogenen Gruppen durchgeführt werden.

Hinweise:

Aus unserer Sicht ist es sinnvoll, die Leitung bezogen auf die Geschlechtszugehörigkeit entsprechend der Zielgruppe zu besetzen, d.h. z.B. für Jungen als Zielgruppe männliche Leitungspersonen, für koedukatives Setting eine geschlechtsgemischte Leitung.

1 Näheres zum Konzept und zu möglichen Elementen der WGL (mancherorts auch „LeWo“, d.h. Lebenswoche genannt) vgl. Birgit Springer, Lebenswoche – Leben und Glauben im Schulalltag verbinden, in: Joachim Kittel, Werkbuch Schulpastoral. Methoden, Modelle und Ideen für die Praxis, Freiburg 2011, 127-137 und Birgit Springer, „… Scolae et vitae …“: (Schul-)Leben und Glauben unter einen gemeinsamen Nenner bringen. Die Lebenswoche (LeWo) als Konzept ignatianischer Schulpastoral, in: Martina Jung, Joachim Kittel (Hg.), Schulpastoral konkret. Eine jugendverbandliche Perspektive, Düsseldorf 2004, 150-167.

J-GCL | IWH-Veranstaltungsformat: Woche gemeinsamen Lebens (WGL) – „ICH – WIR – HIER“

	Sonntag	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
VORMITTAG		Tageseinstieg mit Fokus der Aufmerksamkeit (→ ICH Nr. 10) Fokus: Aufmerksam werden	Tageseinstieg mit Fokus der Aufmerksamkeit (→ ICH Nr. 10) Fokus: Heilige Orte an unserer Schule?	Tageseinstieg mit Fokus der Aufmerksamkeit (→ ICH Nr. 10) Fokus: „Was tut jedem Menschen gut?	Tageseinstieg mit Fokus der Aufmerksamkeit (→ ICH Nr. 10) Fokus: Unser Miteinander	Tageseinstieg
		Frühstück SCHULE	Frühstück SCHULE	Frühstück SCHULE	Frühstück SCHULE	Frühstück SCHULE
NACHMITTAG		Ggf. gem. Mittagessen SCHULE, HAUSAUFG., CHILLEN	Ggf. gem. Mittagessen SCHULE, HAUSAUFG., CHILLEN	Ggf. gem. Mittagessen SCHULE, HAUSAUFG., CHILLEN	Ggf. gem. Mittagessen SCHULE, HAUSAUFG., CHILLEN	Ggf. gem. Mittagessen SCHULE, PUTZEN
	Anreise	**ICH-WIR-HIER** ICH-WIR-HIER-Kaleidozyklus (→ ICH-WIR-HIER Nr. 2) Näheres Kennenlernen und kreativer Einstieg ins Thema	**ICH**-WIR-HIER „Orte, die ich mit Gott in Verbindung bringe“ (Fotoaktion) (→ ICH Nr. 1)	ICH-WIR-**HIER** Besuch einer Einrichtung für Menschen mit Behinderung	ICH-**WIR**-HIER Foto-Feedback Erstellen von Gruppencollagen	Reflexion, gemeinsamer Abschluss
ABEND	Abendessen „Wohnung einrichten“ Erstes Kennenlernen Gebet der liebenden Aufmerksamkeit (→ ICH Nr. 11)	Abendessen Organisator. Absprachen, Aufgabenverteilung (Koch- und Putzplan) „magis-Runde“ (→ WIR Nr. 5)	Abendessen Fortsetzung: „Orte, die ich mit Gott in Verbindung bringe“ (Fotoaktion) (→ ICH Nr. 1) Gebet der liebenden Aufmerksamkeit (→ ICH Nr. 11)	Abendessen Gespräch mit Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der Behinderteneinrichtung „magis-Runde“ (→ WIR Nr. 5)	**ICH-WIR-HIER** Gottesdienst: „Der Ort, wo du stehst, ist heiliger Boden“ (Ex 3,5) (→ ICH-WIR-HIER Nr. 1) Grillen Abschlussfest	J-GCL ICHWIRHIER

J-GCL | IWH-Veranstaltungsformat: Woche gemeinsamen Lebens (WGL) – „Zieh deine Schuhe aus ...“

	Sonntag Einstieg	**Montag** ICH	**Dienstag** WIR	**Mittwoch** HIER	**Donnerstag** ICH-WIR-HIER	**Freitag** Abschluss
VORMITTAG		Tageseinstieg mit Fokus der Aufmerksamkeit (→ ICH Nr. 10) Fokus: Alle bekommen einen kleinen Handspiegel mit dem Auftrag, sich mehrmals am Tag liebevoll anzuschauen.	Tageseinstieg mit Fokus der Aufmerksamkeit (→ ICH Nr. 10) Fokus: Alle losen sich gegenseitig und versuchen, das geloste Gruppenmitglied den Tag über unerkannt mit etwas Schönem zu überraschen und es besonders intensiv wahrzunehmen.	Tageseinstieg mit Fokus der Aufmerksamkeit (→ ICH Nr. 10) Fokus: Alle suchen sich einen Artikel oder Teil aus der aktuellen Lokalzeitung aus, schneiden ihn aus, versuchen, ihn mit Gottes Augen anzuschauen und tragen ihn den Tag über bei sich.	Tageseinstieg mit Fokus der Aufmerksamkeit (→ ICH Nr. 10) Fokus: Beliebig selbstgewählt.	Tageseinstieg mit Fokus der Aufmerksamkeit (→ ICH Nr. 10) Fokus: Beliebig selbstgewählt.
		Frühstück SCHULE	Frühstück SCHULE	Frühstück SCHULE	Frühstück SCHULE	Frühstück SCHULE
NACHMITTAG		Ggf. gem. Mittagessen SCHULE, HAUSAUFG., CHILLEN	Ggf. gem. Mittagessen SCHULE, HAUSAUFG., CHILLEN	Ggf. gem. Mittagessen SCHULE, HAUSAUFG., CHILLEN	Ggf. gem. Mittagessen SCHULE, HAUSAUFG., CHILLEN Denkzettelchen verteilen (→ ICH-WIR-HIER Nr. 3)	Ggf. gem. Mittagessen SCHULE, PUTZEN Fotoshow „Dieser Ort ist heiliger Boden“ und Austausch (→ HIER Nr. 6)
	Anreise	17-18 Uhr „die Stunde“ zur Stärkung des ICH-Bewusstseins: Eine Ausstellung über mich und was mir wichtig ist – was würde sie zeigen?	17-18 Uhr „die Stunde“ zur Stärkung des WIR-Bewusstseins: Gruppe malt gemeinsam im Schweigen ein Bild; oder: Teambildungsspiel(e)	17-18 Uhr „die Stunde“ zur Stärkung des HIER-Bewusstseins: Wahrnehmungsspaziergang einzeln im Schweigen durch den Ort und Austausch	17-18 Uhr „die Stunde“: (restliche) Vorbereitung Gottesdienst, Raum, Essen; Abgabeschluss für Fotos	„magis-Runde“ (→ WIR Nr. 5) bezogen auf die gesamte Woche 18 Uhr Ende
ABEND	Abendessen * inhaltliche Einführung * Absprachen (bzgl. Einkauf, Kochen, Spülen) * Einführung in die Fotoaktion (→ HIER Nr. 6; fotografiert wird nebenbei die ganze Woche über) * Spiele zum Kennenlernen Gebet der liebenden Aufmerksamkeit (→ ICH Nr. 11)	Abendessen Heiliger Ortsplan (→ ICH Nr. 2) informell: Fußmassage „magis-Runde“ (→ WIR Nr. 5)	Abendessen Entscheiden in Gemeinschaft (→ WIR Nr. 3) „magis-Runde“ (→ WIR Nr. 5)	Abendessen Beginn des Projekts Stattführung (→ HIER Nr. 5; wird nach der WGL weitergeführt) „magis-Runde“ (→ WIR Nr. 5)	Gottesdienst (→ IWH Nr. 1) Abschlussfest mit Essen	J-GCL ICHWIRHIER

Kontakt:

Jugendverbände der
Gemeinschaft Christlichen Lebens

Sterngasse 3
86150 Augsburg

Tel.: 0821 3199-804
Fax: 0821 3199-805

mail@j-gcl.org · www.j-gcl.org