

Anregungen für GRUPPEN-ABENDE

Gestaltet von den TeilnehmerInnen des dritten Impulsabends, 7.2.2012 in Dornbirn Hatlerdorf

Die ersten vier bis fünf Wegimpulse eignen sich für den Exerzitienweg.
Hierfür haben TeilnehmerInnen des dritten Impulsabends in Gruppen assoziativ Elemente für die Impulsabende vor Ort aufgeschrieben. Sie wollen zur Eigeninitiative anregen und auf die Sprünge helfen:

Ich bin der Weg, die Wahrheit und das Leben (Joh 14,1-6a)

Es hat sich gezeigt, dass dieser Wegimpuls herausfordert, weil „die Wahrheit“ nicht so griffig zu sein scheint.

Was ist Wahrheit? Wie würde ich Wahrheit umschreiben? Hat es mit authentisch – echt sein zu tun? Ebenbild Gottes sein? Wer hat die Wahrheit?

Wahrheit ereignet sich im Dialog. Sie wird gefunden im Suchen, im Ringen um Wahrheit und Echtheit.

Übung zu Wahrheit: Der „Wahrheit“ des Lebens ins Auge schauen – Spiegel

- Wegbild:**
- Wege bewusst gehen – im Raum abschreiten oder im Freien
 - Den eigenen Weg darstellen mit Tüchern, malen oder legen
 - Besondere Wege, wie z.B. Labyrinth oder Irrgarten
 - Bilder von verschiedenen Wegen auflegen
 - Wegbild in der Broschüre meditieren

Leben: Was erinnert mich an Leben?
Bild von Pflanzen, Kindern, Jugendlichen, eines älteren Menschen ...
Alltagsgeschichten erzählen – was hat für mich heute „Leben“ bedeutet?
Text von Petra Steinmair-Pösel

Ich bin das lebendige Wasser (Joh 4,7-14b):

Mitte gestalten:

Blaues Tuch – Wasserkrug oder Schale, Schwimmkerzen

Gläser: voll – leer

Bilder auslegen

Rituale:

Hände waschen - einander Wasser reichen

Elemente:

- Meditation mit Musik zum Thema Wasser
- Wassergeräusche selbst darstellen oder erzeugen (Regenrohr)
- Texte zum Thema Wasser (Rilke...)
- Bibelstelle
- Lieder, Tänze
- Austausch eigener Erfahrungen mit Wasser
- Wo sind meine Quellen?
- Wonach habe ich Durst? Was wird mir zur Quelle?

Abschluss:

Segenslied – Weihwasser

Wandlung von Wasser in Wein

Sich gegenseitig segnen

Pilgern:

Am Bach entlang zur Quelle gehen

Einen Stein ins Wasser werfen, der Kreise zieht

Ich bin der gute Hirte (Joh 10,11-16):

Bild:

Schafherde ohne Hirten

Gedankenreise:

- Vertrauen, da ist jemand, der für die Schafe sorgt, alles Nötige gibt (Wasser, Hütte, Schutz, Nahrung...)
- Dazu Text von Walter Buder (Gott meint es gut)

Bild von Waage:

Verantwortung und Sorge tragen für andere

Mich anvertrauen und Verantwortung tragen (wie beim Vater unser)

Hirtenstab:

- Was gibt mir Halt?
- Worauf stütze ich mich?

Rückblick auf zwei Wochen und Einstieg ins Thema

Begleitet im

Ab und Auf? im Auf und Ab?

Bewusste Umkehrung ...

Ich bin die Auferstehung und das Leben (Joh11, 17-25)

Körperübung:

z. B. aus einer engen und geschlossenen Körperhaltung durch einen Impuls...
sich wieder aufrichten können

Tanz:

Dem eigenen Lebendig sein nachspüren

Übung:

Mit einer Decke sich einwickeln – kuschelig, fein ...

Aber auch ... eingeschränkt, eng, starr...

Bibliolog

Lied

Atemübung

Lachen

Ich bin der Weinstock (Joh 15,1-17)

Körperübung:

Verwurzelt sein - Nach dem Öffnen – Zweige –
Kraft von oben durch Sonne, von unten durch Wasser und Nahrung
Gottvertrauen – Verwurzelung

Rolle des Winzers:

Zuwendung, Pflege, Schneiden

Vernetzung heute:

Verbindung von Rebe und Weinstock – Mensch und Gott, Mensch und Mensch

Wein verkosten – stiftet Gemeinschaft