

Martin Römer · Lebenszeichen

Ulf Harder und Michael Herbst (Hg.)

Lebens- zeichen

Martin Römer



neukirchener
aussaat



Dieses Buch wurde auf FSC®-zertifiziertem Papier gedruckt.
FSC® (Forest Stewardship Council®) ist eine nichtstaatliche, gemeinnützige Organisation, die sich für eine ökologische und sozialverantwortliche Nutzung der Wälder unserer Erde einsetzt.

Das Material der Reihe: „EMMAUS: Handbuch für Kleingruppen“ entstand aus einer Bearbeitung der EMMAUS-Kursbücher 2-5. Die jeweiligen Autoren haben das Material für Haus- und Bibelkreise teilweise neu formuliert und ergänzt.

Die englischen Originalausgaben der Kursbücher sind unter folgenden Titeln erschienen: Growth. Knowing God; Growth. Growing as a Christian; Growth. Christian Lifestyle; Growth. Your Kingdom come.

© Stephen Cottrell, Steven Croft, John Finney, Felicity Lawson and Robert Warren 1996-1998. First published 1996 by The National Society Church House Publishing and The Bible Society.

Soweit nicht anders angegeben, sind alle verwendeten Bibelstellen der Lutherbibel, revidierter Text 1984, durchgesehene Ausgabe in neuer Rechtschreibung, © 1999 Deutsche Bibelgesellschaft, Stuttgart, entnommen.

Weiter wurden verwendet: Bibeltext der Neuen Genfer Übersetzung – Neues Testament und Psalmen, © 2011 Genfer Bibelgesellschaft.

Wiedergegeben mit freundlicher Genehmigung. Alle Rechte vorbehalten.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

© 2015 Neukirchener Verlagsgesellschaft mbH, Neukirchen-Vluyn

Alle Rechte vorbehalten

Umschlaggestaltung: Andreas Sonnhüter, www.sonnhueter.com, unter Verwendung eines Bildes von © file404 (shutterstock.com)

Lektorat: Stephanie Schwenkenbecher, Greifswald

DTP: Breklumer-Print-Service, Breklum

Verwendete Schriften: Optima

Gesamtherstellung: CPI books – Ebner & Siegel, Ulm

Printed in Germany

ISBN 978-3-7615-6252-9

www.neukirchener-verlage.de

Inhalt

Vorwort	9
Auf den Spuren des Meisters. Wachstumsimpulse für den Glauben	11
Wachstum ermöglichen – Das Konzept des weiterführenden EMMAUS-Materials	18
Gruppen auf dem Weg – Methodische Hinweise	25
Lebenszeichen – Einführung	33
Erste Einheit	39
Jesus als betendes Vorbild in Kontakt mit Gott	
Liturgisches Ankommen	40
Ausblick und Kennenlernen	41
Biblischer Impuls: „Herr, lehre uns beten!“	42
Austausch: Erste Erfahrungen mit Beten	44
Übung: Erstes gemeinsames Beten	45
Schritte auf dem Weg	47
Liturgischer Abschluss	48
Zweite Einheit	49
„Vater unser im Himmel“ Mit Gott in Beziehung sein	
Liturgisches Ankommen	50
Rückblick	50
Austausch: Beziehungsweise	51
Biblischer Impuls: „Unser Vater!“	
Jesus und seine Beziehung zu Gott als „Abba“	51
Gruppenarbeit: „Unser Vater“	53
Impuls und Wahrnehmung: „Im Himmel“	56

Austausch: Himmlisch	56
Schritte auf dem Weg	57
Liturgischer Abschluss	57
Dritte Einheit	59
„Geheiligt werde dein Name“	
In Jesu Namen Gott loben	
Liturgisches Ankommen	60
Rückblick	60
Persönlicher Einstieg: Dein Name	61
Impuls: „Geheiligt werde dein Name“	61
Gebet: „Geheiligt werde dein Name“	62
Bibelarbeit: Beten im Namen Jesu	64
Schritte auf dem Weg	66
Liturgischer Abschluss	66
Vierte Einheit	68
„Dein Reich komme“	
Beten für andere	
Liturgisches Ankommen	69
Rückblick	69
Impuls: „Dein Reich komme!“	70
Bibelarbeit: „Das Himmelreich ist wie ...“	71
Gruppenarbeit: Beten für andere	72
Schritte auf dem Weg	73
Liturgischer Abschluss	74
Fünfte Einheit	76
„Dein Wille geschehe im Himmel wie auf Erden“	
In Gottes Handeln einwilligen	
Liturgisches Ankommen	77
Rückblick	77
Einzelarbeit:	
„Was willst du, dass ich für dich tun soll?“	78
Bibelarbeit: Gottes Wille	79

Gruppengespräch: In Gottes Willen einwilligen	79
Impuls zum Willen Gottes	80
Fortsetzung des Gruppengesprächs	81
Schritte auf dem Weg	82
Liturgischer Abschluss	82
Sechste Einheit	85
„Unser tägliches Brot gib uns heute“	
Himmlisch essen und irdisch beten	
Liturgisches Ankommen	86
Tischlesung und Tischgespräch: Manna und Wachteln	86
Plenumsdiskussion mit Input	87
Rückblick und Schritte auf dem Weg	89
Liturgischer Abschluss	89
Siebte Einheit	91
„Und vergib uns unsere Schuld,	
wie auch wir vergeben unsern Schuldigern.	
Und führe uns nicht in Versuchung,	
sondern erlöse uns von dem Bösen.“	
Vergebung leben und gesunden	
Liturgisches Ankommen	92
Rückblick	93
Gruppengespräch: Brot und Schuld	93
Bibelarbeit: „Unsere Schuld“	94
Diskussion:	
„... wie wir vergeben unseren Schuldigern.“	95
Impuls: „Und führe uns nicht in Versuchung ...“	96
Bibelarbeit: „... erlöse uns von dem Bösen.“	97
Schritte auf dem Weg	99
Liturgischer Abschluss	99

Achte Einheit	103
„Dein ist das Reich und die Kraft und die Herrlichkeit in Ewigkeit“ Gottes Gegenwart im Alltag wahrnehmen	
Einführung in die geistliche Übung	104
Liturgische Sendung	105
Austausch	106
Schritte auf dem Weg	108
Liturgischer Abschluss	108
Neunte Einheit	110
„Amen! So sei es!“	
Liturgisches Ankommen	111
Rückblick	111
Kleingruppenarbeit: „Was ich schätze!“	111
Bibelarbeit: Jeder betet anders	112
Einzelarbeit und Austausch: „Wie bete ich?“	113
Impuls: Lebenszeichen – Mit Gott in Kontakt bleiben .	114
Schritte auf dem Weg	115
Liturgischer Abschluss	115
Verzeichnis der Internetdokumente	118

Vorwort

*„Und es geschah, als sie so redeten und sich
miteinander besprachen,
da nahte sich Jesus selbst und ging mit ihnen.“
Lukas 24,15*

Sie halten einen Band aus der Reihe der weiterführenden Materialien für den EMMAUS-Kurs in der Hand. Wir möchten Sie damit anregen, mit anderen Christen über wichtige Themen des christlichen Glaubens ins Gespräch zu kommen. Dabei sollen Ihre Erfahrungen und Fragen vorkommen; zugleich sollen biblische Texte Sie zu einem Wachstum im Glauben ermutigen.

EMMAUS ist als Konzept des beziehungsorientierten Gemeindeaufbaus weit mehr als ein Glaubensgrundkurs. Die Materialien wollen Christen und Glaubenssucher gemeinsam auf dem Glaubensweg begleiten. Drei Phasen dieser Weggemeinschaft sind dabei im Blick: begegnen, begleiten und bestärken. Meist beginnt es damit, dass jemand Christen trifft und so auf ein Leben mit Gott neugierig wird (begegnen). Miteinander entdecken sie Grundlagen des christlichen Glaubens (begleiten). Fällt eine Entscheidung für ein Leben als Christ, benötigen wir dann eine stärkende Gemeinschaft (bestärken). Es hatte einen guten Grund, dass Jesus sagte: „Wo zwei oder drei in meinem Namen versammelt sind, da bin ich mitten unter ihnen.“ (Mt 18,20)

Ob Sie nun in dieser dritten Phase die Materialien nach einem Glaubenskurs für einen Gesprächskreis nutzen oder für ganz andere „Weggemeinschaften“, ist völlig unerheblich. Die englischen Begründer von EMMAUS würden sagen: Machen Sie damit, was Sie wollen, aber nutzen Sie es, um Ihren Glauben zu teilen und sich in der täglichen Nachfolge zu stärken. Dazu möchten wir Sie ermuntern, denn wir sind überzeugt, dass Menschen verändert werden, wenn sie Jesus begegnen. Sie entdecken ein Leben in Fülle (Joh 10,10).

Viele Erfahrungen aus der Weitergabe des Glaubens sind in diesen Bänden vereint. Viele Autoren wurden beteiligt. Nun möchten wir auch Sie einladen, in diese Gespräche einzusteigen, die vom altkirchlichen Katechumenat über den Austausch von Glaubenserfahrungen in englischen Kohleminen bis hin zu überraschenden Entdeckungen von mehr oder minder entkirchlichten Menschen im Westen und Osten Deutschlands reichen.

Ulf Harder und Michael Herbst

Auf den Spuren des Meisters. Wachstumsimpulse für den Glauben

Michael Herbst

Einen der ältesten Weltrekorde in der Leichtathletik hat der Brite Jonathan Edwards am 7. August 1995 in Göteborg aufgestellt: Er sprang damals 18,29 m weit – im sogenannten Dreisprung, einer der ältesten Disziplinen unter den olympischen Sportarten. Der Dreisprung besteht aus drei nacheinander ausgeführten Sprüngen („Hop“, „Step“ und „Jump“). Erst mit dem dritten Sprung ist die Übung vollendet: Der Springer landet in der Sandgrube, die Weite wird gemessen. Sehr seltsam sähe es aus, wenn ein Athlet nach dem „Hop“ oder dem „Step“ abbräche und nicht auch den „Jump“ vollführte. Erst der dritte Sprung macht aus der Übung etwas Ganzes. Wäre es anders, so würden die Kampfrichter die rote Fahne heben; der Versuch wäre ungültig.

Das ist im Sport völlig klar, in der Welt des Glaubens aber nicht. In der Welt des Glaubens gibt es – unabhängig von den verschiedenen kirchlichen Beheimatungen – Defizite beim „Step“ und „Jump“. Ohne Bild:

- Wir sind in der Kirche oft zufrieden, wenn Menschen getauft sind, treu zu ihrer Kirchenmitgliedschaft stehen und gelegentlich den Kontakt zum Gemeindeleben suchen, z. B. wenn eine Lebenswende zu bewältigen ist, ein hoher Feiertag ansteht oder ein guter Kindergartenplatz gesucht wird. Ob unsere getauften Gemeindeglieder Anreize und Möglichkeiten bekommen, den christlichen Glauben als Erwachsene tiefer kennenzulernen und seine formende Kraft für das ganze Leben zu erproben, ist nicht immer im Sinn.
- Aber ebenso: Missionarische Gemeinden mühen sich gerade um Menschen, die zwar getauft sind und Glieder der Kirche wurden, aber dem Leben der Gemeinde weitgehend fernstehen, obwohl doch der Glaube davon lebt, regelmäßig von Wort und Sakrament gespeist zu werden. Sie lassen sich einiges einfallen, u. a. auch Kurse zum Glauben (wie z. B.

„EMMAUS“), aber auch hier kann man beobachten, dass „Step“ und „Jump“ nicht recht funktionieren. Anders gesagt: In die *Wegbereitung zur Welt des Glaubens* wird viel investiert, in die *Einführung in das Leben in der Welt des Glaubens* hingegen zu wenig. Es wird in Grundkursen der Grund gelegt, aber dann zu wenig getan, um Wachstum im Glauben anzubahnen (mehr als das könnten wir ja sowieso nicht, denn Wachstum selbst ist ja eine Gabe des Heiligen Geistes).

Im Neuen Testament ist das hingegen ein zentrales Thema. Schauen wir beispielsweise in den Brief an die Epheser. Der Apostel Paulus versorgt uns hier mit inspirierenden Bildern, worum es bei unserem Thema eigentlich geht.

- Er spricht zu Menschen, die den ersten Schritt schon getan haben: „Auch ihr gehört jetzt zu Christus.“ Warum? „Ihr habt die Botschaft der Wahrheit gehört, das Evangelium, das euch Rettung bringt.“ Und was geschah, als sie das hörten? „Und weil ihr diese Botschaft im Glauben angenommen habt, hat Gott euch (...) durch Christus den Heiligen Geist gegeben.“ (Eph 1,13 NGÜ)
- Ist es damit getan? In einer Hinsicht „ja“: Jetzt sind sie Menschen, die zu Christus gehören. Das ist nicht mehr steigerbar und im Blick auf das Heil nicht steigerungsbedürftig. In anderer Hinsicht aber „nein“, denn jetzt darf sich ja das Neue im ganzen Leben heilsam entfalten. Es geht nicht mehr um das Heil, aber um die Heiligung. Die ist sicher ein Zickzackkurs mit stetem Auf und Ab, und immer wieder werden die Christen allzu deutlich merken, dass sie nur durch Christus vor Gott recht dastehen können – und nicht etwa durch ihre beachtlichen Fortschritte im Glauben und Leben. Und doch werden sie gerne, dankbar, neugierig, manchmal sehnsüchtig, manchmal durch inneren Widerstand und äußere Krisen hindurch, wachsen wollen.
- Das wird im Epheserbrief für nötig und möglich gehalten. Und das formuliert Paulus eben mit einem inspirierenden Bild. An einer persönlich gehaltenen Stelle in seinem Schreiben schildert er den Ephesern, wie und worum er für sie betet. „Es ist mein Gebet, dass Christus aufgrund des

Glaubens in euren Herzen wohnt und dass euer Leben in der Liebe verwurzelt und auf das Fundament der Liebe gegründet ist“ (Eph 3,17 NGÜ). Das geschieht offenbar nicht automatisch, wenn Menschen „die Botschaft im Glauben“ annehmen.

- Später in seinem Brief wird der Apostel praktischer. Er schildert, wie Christus seine Gemeinde leitet. Dazu gehören begabte Führungspersonen wie Hirten, Evangelisten und Lehrer. Sie haben eine vornehme Aufgabe: „... diejenigen, die zu Gottes heiligem Volk gehören, für ihren Dienst auszurüsten, damit die Gemeinde, der Leib von Christus, aufgebaut wird.“ (Eph 4,12 NGÜ) Das bedeutet, dass den verschiedenen Führungskräften in der Gemeinde eine Aufgabe besonders ans Herz gelegt wird: für den Dienst auszurüsten.
- Es ist schließlich hilfreich zu sehen, wie sich das große Ziel übersetzen lässt in kleinere Zielvorstellungen. Das große Ziel redet von Christus, der im Herzen wohnt (also dauerhaft residiert und regiert), und von der Verwurzelung in der Liebe zu Gott, zur Gemeinde und zu anderen Menschen. Die kleineren Zielvorstellungen werden präziser: im Glauben und in der Erkenntnis „Reife erreichen“ (Eph 4,13 NGÜ), negativ gesprochen: „keine unmündigen Kinder mehr sein“, sich „nicht mehr durch jede beliebige Lehre vom Kurs abbringen lassen“ (Eph 4,14 NGÜ). Es gibt also eine zunehmende Klärung der Gedanken über den Glauben und ein festeres Wissen über den Glauben. Weiter geht es um eine neue Verlässlichkeit und Dienstbereitschaft untereinander im Geist der Liebe: „... jeder einzelne Körperteil leistet seinen Beitrag entsprechend der ihm zugewiesenen Aufgabe.“ (Eph 4,16 NGÜ) Menschen, die im Glauben wachsen, erkennen ihre Begabung und damit auch ihre Berufung in Gemeinde und Gesellschaft. Darüber hinaus treten alte Verhaltensweisen zurück, es gibt auch eine Bildung von Charakter und Verhalten, etwa hinsichtlich des Umgangs mit Zorn und anderen starken Emotionen, hinsichtlich persönlicher Integrität, einer gesunden Schlichtheit des Lebenswandels, einer Konfliktfestigkeit, die auch zu vergeben vermag, einer Verlässlichkeit und Selbstbeherrschung

beim Reden und Schweigen oder auch einem geklärten und vor Gott verantworteten Umgang mit Ehe und Familie (so etwa in Eph 4 und 5). Schließlich wird auch eine einfache Form geistlicher Disziplinen einzuüben sein, wenn Paulus den Ephesern z. B. erklärt, wie wichtig Gebet und Fürbitte sind (vgl. Eph 6,18f).

Dieses Beispiel aus dem Epheserbrief mag hier genügen. Es ist die Übersetzung dessen, was Jesus selbst in den kurzen Jahren seines gemeinsamen Lebens mit den Jüngern tat und einübte. Er unterrichtete sie durch Lehre, Übung und lebendiges Vorbild. Er war der große Mentor, der den Jüngern zeigte, wie man „auf den Spuren des Meisters“ geht und im Alltag als Jünger lebt. Dazu spornte er sie immer wieder an – und darauf verwandte Jesus nach dem Bericht seiner Biografen einen erstaunlichen und erheblichen Anteil seiner Zeit.

Hier haben wir als Gemeinden in der Regel erheblichen Nachholbedarf. Wir sollen begreifen: Es geht im Glauben nicht nur um gute Anfänge, es geht darum, Christen jedes Alters zu ermuntern und anzuleiten, wie sie lebenslang wachsen können. Man kann, wenn man sich jetzt sorgt, es gehe um geistlichen „Leistungssport“ (der Vergleich zu Beginn könnte das ja nahelegen), sich klarmachen, was die Alternative wäre: ein ungeformter Glaube, der beim kleinen Einmaleins stehen bliebe, verwirrt über alles, was an religiösen Impulsen publik würde, unsicher in allem, was zu glauben oder zu bezweifeln wäre, unverändert in der gesamten Lebenspraxis, sprachlos gegenüber dem Nächsten und wortkarg im Gespräch mit Gott, unaufgeklärt über die eigene Begabung und die persönliche geistliche Platzanweisung. Nicht dass es immer so sein müsste, nicht dass es immer durch gemeindliche Bemühung verhindert werden könnte! Aber im Großen und Ganzen ist das die Alternative.

Wer hier zu schnell argwöhnt, es ginge um eine „geistliche Elite“, müsste sich mindestens fragen, ob das zurzeit die größte Gefährdung unserer Gemeinden darstellt – und nicht doch eher eine Unterversorgung der Christenmenschen im Blick auf normales, gesundes geistliches Wachstum.

Schaut man sich etwas um, so kann man sehen, dass die Probleme und entsprechende Lösungen an vielen Stellen bedacht werden. Die Willow-Creek-Gemeinde hat durch die „Reveal-Studien“ herausgefunden, dass es viele Christen in der Gemeinde auf Dauer hemmt und unzufrieden stimmt, wenn sie keine Wachstumsimpulse bekommen. In der französischen Diözese Poitou-Charente wurde das kirchliche Leben durch kleine lokale Teams ehrenamtlicher Führungskräfte belebt, aber das funktionierte nur, weil diese Ehrenamtlichen gezielte Angebote zum geistlichen Wachstum, zu theologischer und praktischer Bildung bekamen. Die neuen Ausdrucksformen gemeindlichen Lebens in der Church of England („fresh expressions of church“) zogen bald ein einjähriges Trainingsprogramm für zukünftige ehrenamtliche Führungskräfte nach sich: „mission-shaped ministry“.

Der bekannte amerikanische Pastor Gordon MacDonald schildert in seinem Buch „Tiefgänger“ (Asslar 2012) ein einjähriges Programm, das persönliches Mentoring mit einem gezielten „Wachstumsimpuls“ verknüpft: 40 Wochen lang treffen sich 12–15 Menschen verbindlich etwa drei Stunden. Sie lernen viel über die eigene Persönlichkeit, sie lernen, ihre Lebensgeschichte aufzuschreiben, zu erzählen und zu reflektieren. Sie üben sich im Lesen und im Dialogisieren. Sie lernen etwas über biblische Leitungsvorbilder wie Josef oder Timotheus und erforschen das Handwerk guter Leitung. Sie tauschen sich über Merkmale eines christlich geformten Charakters und über geistliche Übungen im Alltag aus. Sie reflektieren ihre persönliche Begabung und fragen nach einer persönlichen Berufung für Gemeinde oder Gesellschaft. Die Zielvorstellung von MacDonald passt vorzüglich zu den weiterführenden Materialien des EMMAUS-Kurses: Menschen sollen wachsen können. Dazu brauchen sie ein anregendes Klima, Mentoren, Impulse und Herausforderungen. Es gibt kaum Referate; vieles wird im Gespräch entdeckt und jeder weiß, dass seine Beteiligung erwünscht und notwendig ist. Eine reine Vortrags-Diskussions-Veranstaltung, ein purer Gemeinde-Hörsaal würde kaum Erwachsenen in ihren Bildungsprozessen gerecht werden.

Leitend war ein Satz des amerikanischen spirituellen Lehrers Richard Foster: „Was wir heute am nötigsten brauchen, sind nicht mehr intelligente und begabte Leute, sondern mehr Menschen, die aus der Tiefe heraus leben.“ Richard Foster: Nachfolge feiern. Wuppertal ²1997, S. 9.

Vielleicht war es früher einmal so, dass sich solches Wachstum im gemeindlichen Leben eher „unter der Hand“ ereignete. Das konnte daran liegen, dass bestimmte Mechanismen einfach noch selbstverständlicher funktionierten: Christliche Familien sorgten für einen höheren „Grundwasserspiegel“ in der Erziehung getaufter Kinder. Die eigene Lebensgeschichte verband sich immer wieder mit intensiven Lernerfahrungen im Glauben, auch durch Religions- und Konfirmandenunterricht. Die regelmäßige Teilnahme an christlichen Gottesdiensten legte für manches den Grund. Wer zum Glauben fand, fand auch rasch den Weg in eine Kleingruppe, einen Hauskreis oder ein Mitarbeiterteam. Das alles gibt es natürlich noch. Aber es ist für viele Menschen brüchiger und unregelmäßiger geworden. Immer mehr Menschen haben solche grundlegenden Erfahrungen gar nicht oder nur kaum gemacht. Die Wege zum Glauben, aber eben auch die Wege im Glauben werden länger.

Darum hat man das Konzept des EMMAUS-Kurses auch erst verstanden, wenn alle drei Phasen im gemeindlichen Leben verwurzelt sind: die Einübung der guten, authentischen Kontakte, der Basiskurs und eben auch die Arbeit mit den weiterführenden Materialien, die wir hier neu und in hoffentlich besser zugänglicher Form vorlegen. Im gemeindlichen Leben gehört es zu den Führungsaufgaben, die Zurüstung im Glauben zu fördern. Das ist nun der Ansatz: Es bedarf einer Prioritätendiskussion in der Gemeindeleitung, wenn mit dem EMMAUS-Kurs gearbeitet werden soll. Es muss auch Raum für die beschriebenen Wachstumsimpulse geben. Führungskräfte sind dafür freizustellen, evtl. auch noch weiter zu schulen. In der Gemeinde sollen Vorfriede und Neugier geweckt werden: Es geht nicht um „noch ein Programm“, sondern um die Aussicht, in jeder Lebensphase und an jedem denkbaren Punkt der ei-

genen Glaubensbiografie, als Anfänger, Neueinsteiger, gerade Getaufte, langjähriges Gemeindeglied oder „alter Hase“ den eigenen Glauben vertieft kennenzulernen und im eigenen Leben vermehrt zur Wirkung kommen zu lassen. Es geht eben darum, auf den Spuren des Meisters zu leben und Nachfolge im Alltag einzuüben.

Wachstum ermöglichen – das Konzept des weiterführenden EMMAUS-Materials

John Finney

Wurzeln entwickeln

Jesus erzählte das Gleichnis von einem Sämann (Mt 13,1-23; Mk 4,1-20; Lk 8,4-15). Darin erscheint eine Kategorie von Menschen, die – wie eine schnell aufgehende Saat – die frohe Kunde von Gott mit großem Interesse annahm, bei denen sie aber gewissermaßen „auf felsigen Grund“ fiel. Eine Zeit lang sah es sehr gut bei ihnen aus. Ja, es sah sogar bei ihnen besser aus als bei den anderen, denn der felsige Grund erwärmte sich im Frühling schnell und der Same konnte gut keimen. Aber die Pflanzen verwelkten rasch in der Hitze, weil ihre Wurzeln nicht weit in die Tiefe reichen konnten.

Pastorinnen und Pastoren sehen allzu oft, wie so etwas passiert – Menschen, die begeistert sind und Freude am Lernen haben, die ihr Leben sichtbar ändern – aber sechs Monate später tauchen sie in der Gemeinde nicht mehr auf.

Der EMMAUS-Kurs wurde entwickelt, um bei neuen (und lang-jährigen) Christen das Wurzelwachstum zu befördern. Das geschieht einerseits, indem man ihnen die Erfahrung ermöglicht, den christlichen Glauben in Gemeinschaft zu leben. Dann aber auch dadurch, dass die Grundlagen des christlichen Glaubens argumentativ und erfahrungsbezogen durchdrungen werden. Ursprünglich wurde er in einem ehemals industriell geprägten Gebiet genutzt, in dem es hauptsächlich stillgelegte Zechen und leere Textilfabriken gab: Diese Menschen trennten ganze Generationen vom christlichen Glauben und der Gottesdienstbesuch war einer der niedrigsten im ganzen Land. Die, die in diesen Gegenden zum Glauben kamen, brauchten tiefe Wurzeln, sonst hätte die säkulare Umgebung mit den „Winden“ des Unglaubens und der „Hitze der Auseinandersetzung“ ihren Glauben bald verwelken lassen.

Der gesamte EMMAUS-Kurs wurde entwickelt, um sozusagen der Stickstoff zu sein, der den Wurzeln hilft, sich zu entwickeln. Der Basiskurs beschreibt die Grundlagen des Glaubens und führt zum Bekenntnis zu Jesus Christus und der Gemeinschaft der Gläubigen. Der weiterführende Kurs behandelt im Wesentlichen die gleichen Inhalte wie der Basiskurs, aber in sehr viel größerer Tiefe und mit mehr Möglichkeiten zum Gespräch. Es ist ein gutes pädagogisches Prinzip, Gelerntes zu verstärken und dieser Kurs praktiziert das ganz bewusst. Die Absicht dahinter ist, dass jeder Mensch den Glauben für sich selbst entdecken soll, sowohl in seinem Herzen als auch mit seinem Verstand.

Insofern ist es sehr passend, das EMMAUS-Material auch für Haus- und Bibelkreise zu benutzen. Auch hier gilt es, den Glauben der Teilnehmenden zu stärken und zu vertiefen – und dabei schon einmal Gelerntes oder Gehörtes zu wiederholen.

Drei Punkte sind besonders wichtig. Sie ergeben sich aus den Rückmeldungen derer, die als Erwachsene eine (erneute) Entscheidung für den christlichen Glauben getroffen haben. In empirischen Studien wurden ihre Wünsche nach Vertiefungswissen gezielt erfragt. Demnach wollen erwachsene „neue“ Christen insbesondere mehr wissen:

- ... über Gott,
- ... über ihre neue Glaubensgemeinschaft,
- ... wie sie ihren neu gewonnenen Glauben in Beziehung zu ihrer Umwelt setzen können.

Nähere Informationen finden Sie in: John Finney, Finding Faith Today. How does it happen? British and Foreign Bible Society, 1992; Johannes Zimmermann/ Anna-Konstanze Schröder (Hg.), Wie finden Erwachsene zum Glauben? Einführung und Ergebnisse der Greifswalder Studie, Neukirchen-Vluyn 2010.

Die EMMAUS-Kurse widmen sich all diesen Themen.

Es ist auch interessant, was sie zunächst nicht lernen wollten: die Geschichte der Konfessionen, akademische Theorien und theologischen Jargon.

Die Teilnehmer der Befragung sagten auch, dass sie Lehre mit Gelegenheiten zum Gespräch verknüpft haben wollen und nicht an langen Vorträgen interessiert sind. Das bestätigen auch neue Theorien der Erwachsenenbildung. Erwachsene lernen am besten, wenn sie an etwas teilhaben können, das zielgerichtet ist – und das Spaß macht.

In den Glauben hineinwachsen

Die Untersuchungen zeigen, dass viele Menschen, die zum Glauben fanden, es so erlebten, als würden sie sich verlieben. Sie hatten das Wunder Gottes entdeckt und die unendliche Güte Jesu und hatten den Wind des Heiligen Geistes selbst gespürt. Nun ist es wie im Leben sonst auch: Jemand, der verliebt ist, möchte alles über das Objekt seiner Liebe herausfinden – wo ging sie zur Schule? Was prägte ihn? Alles, was den geliebten Menschen bewegt, angefangen bei der Lieblingsmusik bis hin zur politischen Ansicht, wird interessant. Mit vielen neuen Christen ist das genauso: Sie wollen so viel wie möglich über diesen Gott herausfinden, dem sie nun vertrauen. Der erste EMMAUS-Band behandelt daher den Vater, den Sohn und den Heiligen Geist.

Aber genau so, wie man etwas über Gott lernen muss, muss man auch *von* ihm lernen. Gebet, Offenheit für den Heiligen Geist, die Gaben des Geistes zu gebrauchen – all das hilft, Menschen näher an die Wirklichkeit der Trinität zu führen. Das geschieht fast immer in einer EMMAUS-Gruppe und die Leiter müssen sehr aufmerksam für diejenigen um sie herum sein, die Gott erfahren. Ich erlebte das selbst einmal sehr deutlich in einer Gruppe von acht Leuten in einem Kohlerevier, von denen nur einer sagte, dass er Christ sei. Am Ende der zweiten Einheit fragte ich, welche Erfahrungen sie denn bisher mit Gott gemacht hätten. Fast alle von ihnen antworteten: „Ich schreie die Kinder nicht mehr so an.“ „Ich fluche nicht mehr so viel, wenn ich in der Zeche bin.“ Einer sagte sogar: „Meine Frau hat letzte Woche zu mir gesagt, dass ich mich verändert hätte.“ Das ist faszinierend! Schon eine einzige Erfahrung mit einer Gruppe, die mehr über Gott

lernte, veränderte ihr Leben. Und sie erkannten noch mehr. Sie begegneten Gott und erfuhren, dass er Leben verändert – nicht, weil ich es ihnen gesagt hätte, sondern weil sie voneinander gelernt haben. Und sie lernten es viel intensiver dadurch, dass es eine Erfahrung war, die sie teilen konnten.

Über Gott zu sprechen fällt vielen Menschen schwer – für manche ist es wie eine neue Sprache, die sie erst noch erlernen müssen, und es kann sein, dass sie Fehler machen. Sie müssen daher ganz sicher sein, dass alles, was sie sagen, in der Gruppe bleibt. Deshalb ist es eine der Grundregeln, die gleich zu Beginn mit einer Gruppe abgestimmt werden muss, dass alles vertraulich behandelt wird. Das ist ungemein wichtig, denn Vertrauen untereinander ist durch nichts zu ersetzen. Häufig ist eine weiterführende Gruppe seit langer Zeit der erste Ort, an dem jemand ehrlich und offen zu anderen Menschen sein kann. Ein Geschäftsmann sagte einmal zu mir: „Das ist die einzige Gruppe, bei der ich nicht ständig auf der Hut sein muss.“ Im Geschäftsleben musste er immer aufpassen, dass ihm nicht ein anderer „einen Dolch in den Rücken stach“. Menschen wollen sicher gehen, dass nichts, was in der Gruppe gesagt wird, weitergetragen wird – und das bezieht sich auch auf die Leiterinnen: Manchmal reden die Leiter allzu leichtfertig über die Mitglieder ihrer Gruppe.

Aus Fremden werden Freunde

Normalerweise kennen die Mitglieder einer neuen EMMAUS-Gruppe sich nicht. Sie sind unsicher, wissen nicht, was sie voneinander halten sollen, wollen sich nicht festlegen. Viele sind vielleicht noch nie in einer solchen Gruppe gewesen. Lehrer, Ärzte, Pfarrer und viele andere sind so sehr an Gruppentreffen gewöhnt, dass sie manchmal vergessen, dass es viele andere gibt, die noch nie Teil einer Gruppe gewesen sind: Für sie ist das eine völlig neue Erfahrung. Sie sind sehr nervös, unsicher beim Klang ihrer eigenen Stimme, und sie denken, dass alle um sie herum Experten sind. Sie sind häufig still und beobachten vom Rand aus. Es ist am besten, sie erst einmal beobachten zu las-

sen. Nach ein oder zwei Abenden kann man versuchen, sie in eine Diskussion einzubeziehen. Nach den ersten vorsichtigen Schritten kann es sein, dass sie reden und reden. Zum ersten Mal gibt es eine Gelegenheit, alles sagen zu können, was lange Zeit in ihnen verschlossen war. Schon lange haben sie sich danach gesehnt, sich zu öffnen, aber es gab nie einen sicheren Ort dafür.

Es gibt auch andere, die nicht schnell denken, aber weise Gedanken haben. Manchmal stehen sie im Schatten derer, die viel reden. Sie brauchen Ermutigung zum Gespräch, denn sie sind das Gold in einer Gruppe: Sie sagen vielleicht nicht viel, aber was sie sagen, ist gewichtig und wertvoll. Und selbst für manche, die schon viele Gruppen erlebt haben, kann die Vorstellung einer „religiösen“ Gruppe entmutigend sein. Leiter müssen einer Gruppe helfen, Gestalt anzunehmen, damit sie eine Gemeinschaft wird – anstelle einer Ansammlung von Individuen. Es ist immer schön zu erleben, wie Menschen, die zwei Stunden vorher noch Fremde gewesen sind, einander einladen, bevor sie gehen: „Lass uns noch was trinken gehen!“ Von Zeit zu Zeit kann eine gemeinschaftliche Aktion organisiert werden – ein Fest, ein Kino- oder Theaterbesuch, ein gemeinsames Projekt. Es wird dringend empfohlen, jedes EMMAUS-Modul mit einem gemeinsamen Essen zu beenden.

Leiter sollten alles vermeiden, was eine Gruppe spalten könnte. Fragen Sie niemals: „Wie viele von Ihnen gehen in die Kirche?“, weil diejenigen, die nicht gehen, sich als Außenseiter fühlen werden. Fragen Sie nie: „Wie viele von Ihnen lesen in der Bibel?“, denn die, die nicht in der Bibel lesen, werden sich unterlegen fühlen. Seien Sie vorsichtig beim Signalisieren sozialer Unterschiede: Über die Art von Häusern zu reden, in denen man lebt oder über die Automarke, die man fährt, kann die Gruppe aufspalten.

Versuchen Sie so weit wie möglich auf Augenhöhe zu bleiben. Und das betrifft auch den Leiter: Es ist immer besser, auf einer Ebene mit der Gruppe zu sitzen als zu stehen, denn das erinnert die Gruppe unbewusst an ihren Schulunterricht. Zeigen Sie niemals, wie qualifiziert Sie in theologischer Hinsicht sind,

denn dann werden die Menschen Angst haben, Ihre Aussagen zu hinterfragen und Fragen zu stellen. Ein Leiter hat einmal gespürt, dass die Gruppe erst mit ihm warm wurde, als er zugab, eine Frage nicht beantworten zu können. Eine andere Leiterin bekam Unterstützung, als sie zugab, Schwierigkeiten mit dem Beten zu haben.

Der Welt begegnen

Das Erste, was neu gewordene Christen wissen wollen, ist, wie sie ihr Leben so gestalten können, dass der Glaube Platz darin findet. Sie könnten entdecken, dass das Gebet eine gewisse Regelmäßigkeit braucht, dass der Gottesdienstbesuch nun eine größere Rolle in ihrem Leben spielt, dass es ihnen einiges abverlangt, anderen zu helfen. Aber wichtiger als all diese äußeren Faktoren ist die Veränderung ihrer Lebenshaltung.

Im Gespräch mit erwachsenen, noch eher „frisch gebackenen“ Christen haben sich drei Themen in der Auseinandersetzung mit der eigenen Lebenshaltung bewährt:

Das erste ist ihre Einstellung gegenüber anderen Menschen. Mir sind oft versteckte Vorurteile oder eine knauserige Art begegnet. Dadurch werden echte Großzügigkeit und Liebe ausgeschlossen. Diese Haltungen müssen ans Licht gebracht, bekannt und bearbeitet werden. Das geschieht nicht über Nacht. Die Länge des gesamten EMMAUS-Kurses ist daher eine große Hilfe, um diese Phase der Neuausrichtung zu begleiten. Dann können Menschen zu der für sie gemeinten Fülle erblühen. Für viele Leiter ist dies der Teil, der sie am meisten belohnt: Teil einer solchen Gruppe zu sein, in der die Schüchternen selbstbewusster werden, ein schwieriger Mensch anfängt, mit seiner neuen Offenheit und Großzügigkeit zu glänzen und die weniger Gebildeten neugierig werden auf wissenschaftliche Erkenntnisse.

Das zweite ist sowohl praktisch als auch intellektuell. Wie verhält sich mein Glaube zu meiner Arbeit? Jesus hat den Kaufleuten und den Steuereinziehern gesagt, sie sollten darauf achten,

wie sie ihre Arbeit tun und ggf. ihr Verhalten ändern. Auch heute müssen viele die ethischen Grundsätze ihrer Arbeit und ihre Haltung zur Arbeit generell überdenken. Das kann ein langer Prozess des Nachdenkens werden, der eine kontinuierliche Begleitung im Gebet erfordert. Eine EMMAUS-Gruppe kann dabei eine „Plattform“ sein, auf der dieser Prozess begleitet wird und auf der nötige Entscheidungen unterstützt werden.

Und drittens können sie lernen, ihren Glauben in der Welt weiterzusagen. Ein solcher Kurs sollte sie befähigen, über ihren Glauben zu sprechen, denn er gibt ihnen das Vokabular, das sie brauchen. Ein Pastor in einem Bergbaugebiet sagte: „Ich möchte, dass sie in der Gruppe über Jesus reden, damit sie über Jesus reden können, wenn sie unter Tage sind.“ Aber noch wichtiger ist das Sichtbarwerden eines veränderten Lebens. Diese Kommentare stammen von Menschen, die erst vor kurzem Christen geworden sind:

„Es gibt dem Leben einen Sinn.“

„Ich habe aufgehört, zu sehr an den falschen Dingen zu arbeiten.“

„Ich bin glücklicher mit mir selbst.“

„Es hat mir eine neue Perspektive auf soziale und politische Fragen gegeben.“

„Mein Mann sagt, ich sehe wieder wie 16 aus.“

Sie sehen: Die Leitung einer EMMAUS-Gruppe erfordert zwar viel Engagement; die Früchte der Arbeit sind aber von unendlichem Wert, sowohl in dieser Welt als auch in der nächsten.

Gruppen auf dem Weg – Methodische Hinweise

Martin Römer

Wie entstehen „EMMAUS-Gruppen“?

Die vorliegenden EMMAUS-Materialien können in verschiedenen Kleingruppen genutzt werden. Häufig entstehen in einer Gemeinde nach einem Grundkurs zu Fragen des Glaubens (wie EMMAUS 2.0 oder SPUR 8) kleine Gesprächsgruppen. Mit jedem Treffen haben sich die Gäste besser kennengelernt und füreinander geöffnet. Dadurch ist die Bereitschaft gewachsen, über den Glauben zu sprechen, und die Lust auf mehr Auseinandersetzung über Gott und die Welt. Und so folgen Menschen der Einladung, weiter gemeinsam unterwegs zu sein. Als Teilnehmerzahl haben sich fünf bis maximal vierzehn Personen bewährt. Sie treffen sich in (Gemeinde-)Häusern, teilen ihr Leben, ihre Zweifel und Fragen und überlegen gemeinsam, wie man als Christ in dieser Zeit und Gesellschaft leben kann. Jede Gründung einer neuen Kleingruppe ist dann wie ein Ableger eines Glaubenskurses und trägt nachhaltig zur Weiterentwicklung der Gemeinde oder einer Region bei.

Aber auch unabhängig von Glaubenskursen treffen sich Menschen in Haus-, Bibel- oder Gebetskreisen und teilen die gemeinsame Sehnsucht, Gott besser zu verstehen und Jesus Christus nachzufolgen. Sie kommen regelmäßig zusammen und suchen in der Auseinandersetzung mit den Gotteserfahrungen, die in der Bibel beschrieben sind, nach eigenen Wegen, ihren Glauben in Familie, Beruf und Nachbarschaft authentisch zu leben.

Unterschiedliche Gruppen gehen verschiedene Wege

So unterschiedlich die Menschen sind, die sich in solchen EMMAUS-Gruppen treffen können, so verschiedenartig wird das Format des Angebots sein. So könnten sich z. B. einige Mütter und Väter regelmäßig in der Nähe des Kindergartens verabreden.

Oder es treffen sich manche nach der Arbeit in der Pizzeria des Ortes, essen gemeinsam und bearbeiten dann miteinander ein Thema.

Je flexibler man auf die Interessen und Möglichkeiten der Interessierten eingehen kann und je mehr sie bei der Entscheidung über Ort, Zeit und Thema beteiligt sind, desto höher ist die Akzeptanz des Angebots.

Anfang und Ende des gemeinsamen Weges sollten klar benannt und akzentuiert werden. So könnte das erste Treffen ausdrücklich eine Möglichkeit zum „Schnuppern“ sein. Nach vier bis acht Etappen wird das Erreichen des Ziels gefeiert, vielleicht im Gottesdienst. Auf jeden Fall soll Raum für Rückschau und neue Planung sein. Ein strukturiertes, wertschätzendes Feedback ermutigt die, die sich in der Durchführung engagiert haben. Außerdem hilft es, auf Schwachpunkte aufmerksam zu werden und künftige Angebote zu verbessern. Eine Feier am Ende eines Projektes ermöglicht es Teilnehmern, sich ohne schlechtes Gewissen von der Gruppe verabschieden zu können oder weitere gemeinsame Themen zu planen.

Vorbereitung der gemeinsamen Unternehmung

Es ist am besten, wenn Sie Ihre Gruppe nicht allein leiten. Suchen Sie sich also *zunächst* jemanden, mit dem Sie den Kurs gemeinsam durchführen. Ist es jemand mit viel Erfahrung, können Sie sich die Arbeit gut teilen. Ist es jemand ohne Vorerfahrung, müssen Sie ihn behutsam auf den Weg mitnehmen.

Beginnen Sie *dann* vor dem ersten Gruppentreffen als kleinste Weggemeinschaft mit Beten, denn „wie unser Gebet ist, so ist unsere Arbeit, so ist unser Einfluss auf unsere Mitmenschen“ (Karl Heim). Wenn Sie dabei das ganze Projekt Gott anvertrauen, können Sie dann auch ohne inneren und äußeren Druck andere einladen.

Im *dritten* Schritt erarbeiten Sie sich zur eigenen Vorbereitung die Materialien. Je freier und persönlicher Sie die Impulse einbringen, desto mehr „kommt rüber“! Denken Sie an einen *Grundsatz des EMMAUSprojektes*, den Bischof Finney, einer der Väter des Projektes, formulierte: „Wenn Sie unser Material im

Schrank stehen lassen, die Besonderheit der Gruppe vor Augen haben und Ihre Erfahrung einsetzen, dann ist das Konzept verstanden.“ Denken Sie also von Anfang an daran, wie Sie die Materialvorschläge den Bedürfnissen der Gruppe anpassen und die Teilnehmenden einbeziehen können; schließlich bringen diese schon eine Menge an (Lebens-)Erfahrung mit. Sie selbst agieren dann weniger als Experten, sondern eher als Moderatoren der Gruppe.

Achten Sie auf folgende Punkte:

Wählen Sie aus: Das Material für die Treffen ist auf ca. 90 Minuten angelegt. Dazu kommt noch Zeit fürs Ankommen, ggf. eine Pause und Geselligkeit. Sie müssen nicht alle thematischen Vorschläge bei einem Treffen schaffen. Suchen Sie einzelne Bausteine aus und gestalten Sie damit mehrere Treffen. Weniger ist meist mehr!

Atmosphäre und Ästhetik machen viel aus: Jeder Raum löst bestimmte Gefühle aus. Manchmal wirkt schon eine Stehlampe im Gemeindehaus Wunder!

Liebvoll gestaltete Arbeitsmaterialien: Damit zeigen Sie, dass Ihnen die Teilnehmer wichtig sind! Da jeder mal etwas vergessen kann, sollten Papier, Stifte und Bibeln immer bereitliegen.

Ablauf/Spannungsbogen eines Treffens

Bewährt hat sich bei aller Unterschiedlichkeit der Gruppen folgender Ablauf eines Treffens:

- a. Austausch zum Ankommen (Der erste Schritt)
- b. Inhaltliche Impulse und Vertiefungen (Wegweiser zur Orientierung)
- c. Gruppengespräch und Kreativität fördern (Mit anderen unterwegs)
- d. Gebet oder Andacht (Mit Gott und Jesus im Heiligen Geist unterwegs)
- e. Nächste Schritte/Aktion (Entscheidungshilfen für den kommenden Weg)

Die Schritte b. und c. gehen oft ineinander über. Die Punkte d. und e. können je nach Bedarf und Verständnis getauscht werden.

a. Austausch zum Ankommen – Der erste Schritt

Es ist mindestens genauso wichtig, eine tragende Gemeinschaft aufzubauen, wie es nötig ist, das vorgesehene Material zu erarbeiten. Deshalb zahlt sich der Aufwand aus, die erste Phase der Begegnung und des Kennenlernens gut vorzubereiten.

Wenn sich Individuen aus den unterschiedlichsten Lebenswelten treffen, brauchen sie Zeit und Raum, um mit der Gruppe „warm werden“ zu können. Eine freundliche Atmosphäre mit Musik im Hintergrund und „kulinarische Köstlichkeiten“ überbrücken schwierige Momente vom Eintreffen bis zum ersten Kontaktgespräch. Am wichtigsten ist hier, dass Neuhinzugekommene besonders wahr- und in die Gruppe hineingenommen werden. Hier ist ein angemessenes Maß von Nähe und Distanz unbedingt zu beachten.

Achten Sie auf den pünktlichen Beginn und nutzen Sie zum Einstieg eine kleine und wiederkehrende geistliche Symbolhandlung wie das bewusste Anzünden einer Kerze. Nach der Begrüßung empfiehlt sich beim ersten Mal eine ausführliche Vorstellungsrunde. Wenn sich die Teilnehmerinnen schon etwas besser kennen, können Sie eine Einstiegsfrage mit dem jeweiligen Thema des Treffens verknüpfen, z. B. in der Jesus-Einheit: „Wie haben Sie zum ersten Mal etwas von Jesus erfahren?“

Damit sich die Teilnehmer für die Gruppe und das Thema öffnen können, sollten Sie dies beachten:

Zugehörigkeit: Das Verantwortungsgefühl für die gesamte Gruppe und die persönliche Beteiligung steigen, wenn ein starkes Gefühl der Zugehörigkeit aufgebaut wird. Dazu gehört auch, dass die Mitglieder der Kleingruppe an der Gestaltung, z. B. durch die Vorbereitung eines Impulses oder in der Organisation, beteiligt werden. So können sie nach und nach ihre Gaben und Fähigkeiten entfalten und zum Nutzen aller einbringen. Deshalb finden Sie zu Beginn jeder Einheit eine Tabelle, die die Rubrik „Wer macht’s?“ enthält.

Vertraulichkeit: Sie brauchen das sichere Gefühl, dass in der Gruppe Verschwiegenheit gewährleistet ist. Dieser Punkt sollte unbedingt benannt werden.

Echtes Interesse an ihnen und ihrem Leben: In der Runde braucht es Raum, um Freud und Leid aus allen Bereichen des Lebens miteinander teilen zu können. Konkrete Hilfe, ein Gebet oder ein Segenswort dienen der gegenseitigen Ermutigung.

b. Wegweiser zur Orientierung – Inhaltliche Impulse und Vertiefungen

Die vorgeschlagenen Impulse (grau hinterlegt) wollen den Teilnehmerinnen helfen, im Glauben zu wachsen, ihr Vertrauen zu Gott stärken und ihnen Mut zu praktischen Schritten in der Nachfolge von Jesus Christus machen. Auf www.emmaus-kurs.de gibt es weitere Literaturhinweise, Arbeitsblätter und alternative Ideen. (Bitte teilen Sie dort auch Ihre Erfahrungen und bewährte Praxisideen mit.)

Jesus hat in lebensnahen Gleichnissen die Vorstellungskraft seiner Zuhörer herausgefordert und ihnen durch seine angebotene Gemeinschaft zu „Aha“-Erlebnissen verholfen. Beispiele aus der Gegenwart helfen also, biblische Erfahrungen transparent werden zu lassen. Das ist meist leichter als gedacht. Je früher man die Themen im Blick hat, desto eher entdeckt man eine Fülle von Aktualisierungen in den Medien. Bilder aus Kunst und Geschichte, Zitate, Abschnitte aus der Literatur oder Lieder aus dem Radio wecken oft überraschende Assoziationen. Wählen Sie dabei etwas aus, zu dem Sie im Team selbst einen guten Zugang haben. Nur dann wirkt es überzeugend!

Verschiedene Menschen haben nicht nur unterschiedliche Zugänge zum Glauben – auch ihre bevorzugte Lernweise unterscheidet sich. Darum sollte man bei der Vermittlung der Inhalte auf Abwechslung achten und alle Sinne ansprechen.

c. Mit anderen unterwegs – Gespräche und Kreativität fördern

Tief im „Gencode“ von EMMAUS ist das Anliegen verankert, dass die Teilnehmerinnen ermutigt und befähigt werden sollen, über den Glauben ins Gespräch zu kommen. Wenn die eigene Lebenserfahrung z. B. in einem Lied von Jochen Klepper wieder-

entdeckt wird oder man seinen christlichen Glauben in die Diskussion von politischen Themen einbringt, dann spielt das Vertrauen auf Gott im Alltag plötzlich eine wesentliche Rolle. Im Laufe der Zeit verändert sich dadurch Schritt für Schritt auch die eigene Haltung zum Leben und der Glaube wird prägender. Darüber hinaus gilt: Menschen behalten am besten, was sie selbst getan und gesagt haben.

Manchmal bewirkt schon eine kleine Nuance in den Methoden eine positive Veränderung der Stimmung. Lassen Sie daher mal die gesamte Gruppe diskutieren, mal zu zweit, mal zu dritt oder zu viert oder beteiligen Sie die Teilnehmer körperlich aktiv.

d. Mit Gott und Jesus im Heiligen Geist unterwegs – Gebet oder Andacht

In den letzten Jahren wurde eine Fülle von spirituellen Formen aus der Ökumene wiederentdeckt, um sich auf die Begegnung mit Gott einzustellen. Bei dem geistlichen Impuls am Schluss des Treffens wird es auf eine behutsame Balance zwischen altbewährten, vertrauten Ritualen und dem mutigen Wagnis neuerer, kreativer Modelle ankommen: Vom Lesen eines Gebetes aus dem Gesang- oder Andachtsbuch – das kann leicht eine Person aus der Gruppe herausuchen und vortragen – über eine fünfminütige Stille bis hin zu ein paar liturgischen Tanzschritten. Seien Sie mutig und wählen Sie etwas aus, mit dem Sie eigene Erfahrungen haben. Nur das wirkt glaubwürdig. Überraschend ist, dass es Gruppen nicht schlimm finden, wenn jedes Mal dasselbe Gebet gesprochen wird. Andere mögen natürlich lieber die Abwechslung.

Es stärkt die Gruppe, wenn man füreinander betet. Vielen ist allerdings das freie Gebet vor einer Gruppe unangenehm, selbst Pastoren. Üben Sie daher keinen Druck aus und nutzen Sie fantasievolle Schritte. So könnten z. B. eigene Bitten und Fürbitten einzeln auf Zettel geschrieben, gemischt und wieder verteilt werden. Das fällt vielen erst mal leichter. Hilfreich sind auch kleine Symbole: ein schwerer Stein für eine Klage, eine Kerze für eine Person, die gerade ein dunkles Tal durchschreitet, eine Blume als Dank. Wenn wir Gott für all das Geglückte, das wir

in der vergangenen Woche aufgeschrieben hatten, loben, verändert sich mit Sicherheit auch die Perspektive auf die nächsten Tage.

e. Entscheidungshilfen für den kommenden Weg – Nächste Schritte/Aktion

Wie wird Glaube konkret im Alltag? Darum geht es bei diesem letzten Schritt. Fest umrissene Aufgaben, „handgreifliche“ Aktionen, eindeutige Vereinbarungen helfen dabei, Christsein in der Gruppe und in der Mitwelt einzuüben und gleichzeitig die eigenen Gaben und Fähigkeiten zu entdecken, auszuprobieren, einzusetzen und zu entwickeln.

So könnte man sich auf ein Bibelwort einigen, das in der Zeit bis zur nächsten Begegnung Schwerpunkt der eigenen Meditation ist. Das Miteinander wird gefördert durch eine gemeinsame Aktion, sei es durch das Mitwirken im Gottesdienst oder beim Gemeindefest. Viele neue Kontakte ergeben sich, wenn eine Gruppe ein (diakonisches) Projekt in der Nachbarschaft initiiert. Zu Beginn eines neuen Treffens kann man ruhig auch nach Ergebnissen fragen, Geduld fördern und Gescheiterten Mut zu neuen Anfängen machen.

Wenn Menschen Jesus Christus nachfolgen und auf die Menschen achten, mit denen sie leben und arbeiten, verändert sich ihr eigenes Leben. Sie trauen dem Heiligen Geist viel zu. Und sie trauen dem, was Gott ihnen zutraut. Darum wagen sie es, denen unvoreingenommen entgegenzukommen, die Gott noch nicht persönlich kennengelernt haben. In der Zuwendung zueinander spiegelt sich Gottes Liebe. So kann man eine Gruppe starten, oder?

Lebenszeichen

Mit Gott ins Gespräch kommen

Einführung

Der 11-jährige Matthias isst bei einem Freund zu Mittag. Freundlich lädt dessen Mutter ihn ein: „Matthias, heute darfst Du das Tischgebet sprechen.“ Dieser bleibt stumm. Der Vater will helfen: „Na, was sagt deine Mutter, bevor ihr mit dem Essen beginnt?“ Verschämt faltet Matthias wie die anderen die Hände und spricht: „Bekleckert euch nicht, ihr Ferkel!“ Beten: Für die einen ist es ein selbstverständliches *Lebenszeichen*, für andere ein seltsam fremder Brauch.

„Mit Gott reden? Ich weiß gar nicht, wie das geht! Was sagt man denn da so? Und wie spricht man Gott überhaupt an?“ – *Mit Gott ins Gespräch kommen* – viele nennen das Beten. Es ist oft schwieriger als erwartet – nicht nur für jene, die erst seit Kurzem Gott glauben, sondern auch für andere, die schon lange in der Kirche sind. Wie entsteht eine Beziehung zu Gott, in der es leicht fällt, sein Herz auszuschütten oder miteinander zu lachen?

Ins Gespräch kommen – dazu braucht es mindestens zwei. Und eine entgegenkommende Offenheit. Miteinander sprechen ist ein wesentlicher Teil gelungener Kommunikation. Zu einer intensiven Beziehung gehört dennoch mehr; es ist mehr als das gesprochene Wort. Die Körpersprache drückt mehr aus als der vermittelte Inhalt. Kommunikation erfordert aktives Zuhören, ein genaues Achten auf das Gemeinte; sie geschieht, wenn Menschen miteinander leben, sich austauschen und mitteilen und sich füreinander einsetzen.

In-Beziehung-mit-Gott-Sein ist deshalb eher eine Lebenshaltung, in der man sich für die Präsenz Gottes öffnet und offen hält. Aus dieser Haltung entwickeln sich Zeichen eines intensiven Zusammenlebens: In Gottes Nähe bin ich einerseits kreativ und aktiv und darf andererseits einfach nur sein, loslassen und empfangen; indem ich Jesus nachfolge, erlebe ich die Spannung von Heilung und Heil und von Leid und Unfertigkeit; das Wir-

ken des Heiligen Geistes zeigt sich in Inspiration und Dynamik wie in Besonnenheit und Weisheit. Diese Lebenszeichen werden auch erkennbar in Ritualen im Alltag, in Gesten des Umgangs mit anderen, eben darin, wie der Glaube gestaltet wird. Wie jede Beziehung, wie die meisten Kontakte unter Menschen lebt auch der Kontakt mit Gott von Spannung, Kontaktflächen und Reibung. So sind auch Nähe und Auseinandersetzung, etwas spüren und aneinander leiden Lebenszeichen einer intensiven Beziehung mit Gott. Wie das aussehen kann, zeigt Jesus selbst. Seine Geistesgegenwart öffnet uns Zugänge dafür, mit Gott ins Gespräch zu kommen.

Auf diesem Weg entstehen neue Fragen und Themen, die im Kurs auch Beachtung finden sollen. Zum Beispiel dieses:

„Lasst uns doch jetzt mal dafür beten.“ Auf diese Ansage im Hauskreis folgt gelegentlich eine peinliche Stille. Laut mit anderen zu beten, ist manchen unangenehm. Andere haben überhaupt kein Problem damit. Sich nicht gegenseitig zu überfordern oder infrage zu stellen, ist dann nicht leicht. Wie kann Vertrauen wachsen, damit Christen miteinander frei beten?

Ziel des Kurses

Bei der Vorbereitung eines alternativen Gottesdienstes kommt es zu folgendem Dialog: „... aber das Vaterunser beten wir da nicht. Das wird doch nur heruntergeleiert!“ „Nein, das können wir nicht machen. Das Vaterunser ist das einzige Gebet, was die Leute noch kennen.“ Ist das Vaterunser, das weltweit bekannte Gebet, kraftlos?

Auf die Bitte der Jünger an Jesus, sie das Beten zu lehren, bringt dieser ihnen kein Gebet bei, das sie immer genau so sprechen sollen. Das Vaterunser, das er Ihnen beibringt, ist als ein Beispiel gedacht. Daran können Jesu Nachfolger beten lernen.

Darum ist das Vaterunser auch in diesem Kurs der Leitfaden zum Beten. Im Laufe der Einheiten zeigt sich seine ganze Vielfalt und Kraft. Folgende Themen werden besprochen:

1. Einheit: Jesus als betendes Vorbild in Kontakt mit Gott
2. Einheit: „Vater unser im Himmel“ – Mit Gott in Beziehung sein

3. Einheit: „Geheiligt werde dein Name“ – Im Namen Jesu Gott loben
4. Einheit: „Dein Reich komme“ – Beten für andere
5. Einheit: „Dein Wille geschehe im Himmel wie auf Erden“ – In Gottes Handeln einwilligen
6. Einheit: „Unser tägliches Brot gib uns heute“ – Himmlisch essen und irdisch beten
7. Einheit: „Vergib uns unsere Schuld, wie auch wir vergeben unsern Schuldigern. Und führe uns nicht in Versuchung, sondern erlöse uns von dem Bösen.“ – Vergebung leben und gesunden
8. Einheit: „Dein ist das Reich und die Kraft und die Herrlichkeit“ – Gottes Gegenwart im Alltag wahrnehmen
9. Einheit: „Amen! So sei es!“

Die Teilnehmenden werden ermutigt, verschiedene – vor allem gemeinschaftliche Formen und Methoden des Betens auszuprobieren und zu üben. Durch regelmäßige Praxis und den Austausch über die eigenen Erfahrungen können sie miteinander und mit Gott ins Gespräch kommen. Beten wird hier, wie oben schon angedeutet, sowohl als Reden, vor allem aber als Beziehung verstanden. Wie kann diese Beziehung gestaltet werden? Beziehungen werden sehr unterschiedlich gelebt und entsprechend werden in diesem Kurs verschiedene Arten des Betens reflektiert. Während die einen Stille und Einsamkeit für den Kontakt mit Gott suchen, brauchen andere aktive Formen wie das Pilgern. Wieder andere lassen sich anregen durch Worte, Musik oder Kunst. Es kann auch sein, dass die Art zu beten sich im Laufe des Lebens verändert. So kann der Kurs auch dazu dienen, bei geübten Betenden die eigene Gebetspraxis zu bereichern und eventuell zu verändern, weil man Neues kennenlernen.

Jesus macht beim Vaterunser schon durch die Anrede „unser Vater“ deutlich, dass die Beziehung zu Gott und damit das Beten Sache einer Gemeinschaft ist. Daraus ergibt sich das Besondere dieses Kurses. Die Methoden und Übungen sollen in Gemeinschaft möglich sein, beziehungsweise in ein gemeinsames Beten und Handeln führen. Zugleich wird versucht, sich dem per-

sönlichen Beten und vor allem dem öffentlichen Beten in einer Gruppe zu nähern.

Beten kann man lernen, wie man eine Sprache lernen kann. Am einfachsten ist es, wenn man diese Sprache wie die Muttersprache von klein auf lernt. Lernt man eine neue Sprache als Erwachsener, geht es leichter mit Menschen, die sie schon kennen. So ist es auch mit dem Beten.

Im Beten erlebt man das Reden und das Schweigen Gottes, Geborgenheit und Wüste, Veränderung und Stillstand. Beten kennt wie das Leben verschiedene Phasen. In Gemeinschaft begleitet man sich gegenseitig in diesem Erleben.

Dieser Kurs ist für verschiedene Zielgruppen geeignet:

- Hauskreise und andere Kleingruppen, die sich mit dem Thema Beten beschäftigen oder das gemeinsame Beten in der Gruppe einüben möchten;
- Gebetskreise, die neue Formen des Betens kennenlernen möchten oder ihre Gebetspraxis anhand des Vaterunsers vertiefen wollen;
- Gruppen, die den Basiskurs von EMMAUS durchgeführt haben und daraus die 8. Einheit „Gott begegnet uns im Gebet“ aufgreifen und entfalten möchten;
- einzelne Christen, die vielleicht gerade anfangen zu glauben oder schon lange dabei sind und ihre Beziehung zu Gott beleben möchten.

Zum Vaterunser

Jesus hat eine enge Beziehung zu Gott vorgelebt. Durch ihn können wir viel für unsere je eigene Verbindung zu Gott lernen. Das Vaterunser ist einzigartig. Es fordert unser Beten heraus, indem es immer über das Individuum hinausweist, keine Stereotype zulässt, den Alltag und die ganze Geschichte im Blick hat. Gerade darum ist es ein vorbildliches Gebet und wird nicht ohne Grund, weil es kaum Tiefgründigeres gibt, einfach nachgebetet.

Im Vaterunser vermisst man eine Reihe von Stichworten und Themen, die man bei einem Gebet, das Jesus selbst vorschlägt,

erwarten würde. So fehlen z.B. die Stichworte Heiliger Geist, Nächstenliebe, Arm und Reich und Fremde oder Israel. Auch die Vergebung der Sünden wird hier ganz anders als sonst eingeführt. Aus diesem Grund beschränkt sich dieser Band auf die im Vaterunser angesprochenen Themen. Eine Fülle anderer Themen, aber auch anderer Rituale bleibt unerwähnt. Auch die aufschlussreiche und faszinierende Einbettung des Vaterunsers beim Evangelisten Matthäus in den Kontext der Bergpredigt wäre eine eigene Betrachtung wert.

Hinweise für die Durchführung

Der Kurs ist konzipiert für die Durchführung im Team, kann aber auch von einer einzelnen Person geleitet werden. Die Mitarbeitenden sind selbst Teil des Kurses und nehmen an allen Übungen selbst teil. Zur Vorbereitung kann das Team sich über die eigenen Erfahrungen mit dem Beten austauschen und auf das unterschiedliche Erleben der Teilnehmenden einstellen.

Betende bleiben immer Lernende und Angewiesene. Darum sind die Einheiten partizipativ angelegt: Die Kursteilnehmenden werden von Zuschauern zu Handelnden – genauso wie diejenigen, die das Vaterunser beten, nicht nur Gott um sein Handeln bitten, sondern gleichzeitig einwilligen, beim Wirken Gottes beteiligt zu werden. In diesem Sinne ist auch das Team Teil der Lerngruppe.

Zu Beginn der Treffen ist immer ein Austausch über die Erfahrungen mit dem Beten eingeplant. Darum kann den Teilnehmenden empfohlen werden, ein Gebetstagebuch zu führen. Hier können Erlebnisse und Einsichten aufgeschrieben werden, die in der Zeit des Kurses mit den verschiedenen Arten des Betens gemacht wurden. Fragen und Begebenheiten, empfundene Lebenszeichen Gottes und mit der Gruppe geteilte oder zu teilende Erfahrungen lassen sich leichter erinnern.

Aufgrund der engen Verknüpfung der Einheiten mit dem Vaterunser empfiehlt sich die Durchführung des Kurses als Ganzes in der vorgeschlagenen Reihenfolge. Natürlich kann man auch exemplarisch die eine oder andere Einheit auswählen.

Jede Einheit ist für 85-100 Minuten konzipiert.

Literatur

Klaus Berger, Das Vater unser. Mit Herz und Verstand beten, Freiburg im Breisgau 2014.

Hubert Frankemölle, Vater unser – Awinu. Das Gebet der Juden und Christen, Paderborn 2012.

Anselm Grün, Vaterunser, Münsterschwarzach 2009.

Jean Zumstein, Vater für uns. Das Gebet Jesu mitten in unserem Leben, Neukirchen-Vluyn 2002.

Liederbuch KlangFülle, 34. Deutscher Evangelischer Kirchentag, Hamburg 2013.

Erste Einheit

Jesus als betendes Vorbild in Kontakt mit Gott

Worum geht es in dieser Einheit?

Die Teilnehmenden lernen sich untereinander kennen und tauschen sich über Erfahrungen mit dem Beten aus. Jesus wird als Vorbild im Beten und als Lehrer des Gebets vorgestellt. Das von ihm vorgeschlagene Vaterunser wird als *das* Beispielgebet eingeführt. Der Ablauf der Einheit und eine Einführung ins Gebet helfen beim Einstieg ins eigene und ins gemeinsame Beten.

Ein kurzer Überblick

Zeit	Inhalt	Was wird gebraucht?	Wer macht's?
5 min	Liturgisches Ankommen	Musik, Kerze, Bibel, Blumen, Liederbücher	
20 min	Ausblick und Kennenlernen	Gegenstände zum Beten, Übersicht über die Themen	
15 min	Biblischer Impuls: „Herr, lehre uns beten!“	Kopien der Bibeltexte „Jesus und das Gebet“ für alle Teilnehmenden, Flipchart	
15 min	Austausch: Erste Erfahrungen mit Beten		
10 min	Übung: Erstes gemeinsames Beten	Karte mit Vaterunser für die Teilnehmenden	
15 min	Schritte auf dem Weg	Kopien für alle Teilnehmenden vom Impulspapier „Vorbereitungen für das Gebet“	
5 min	Liturgischer Abschluss	Gesangbücher	

Vorbereitung und Raumgestaltung

Das Team der Mitarbeitenden nimmt sich selbst vor Beginn des Kurses und vor jeder Einheit Zeit, um zu beten: für den Ablauf der Einheiten als auch für die Teilnehmenden und die Mitwirkenden selbst so konkret wie möglich. Das ist die innere Vorbereitung.

Aber auch äußerlich kann manches vorbereitet werden. Es lohnt sich, eine Atmosphäre herzustellen, die willkommen heißt. Wenn es möglich ist, bieten Sie Fingerfood oder Snacks an.

Die Mitarbeitenden begrüßen die Teilnehmenden persönlich und achten dabei auf eine gute Balance von Nähe und Distanz. Und: Man spürt es Veranstalter ab, ob sie selbst erwartungsvoll sind.

Je nach Teilnehmerzahl empfehlen sich kleinere Tischgruppen für die Gespräche, jeweils etwa 4-6 Personen. Optimal ist es, wenn an jedem dieser Tische eine Person vom Team sitzt und das Gespräch mitgestaltet.

Liturgisches Ankommen (4 min)

Begrüßen Sie die Gruppe herzlich. Stellen Sie sich selbst und die anderen Mitarbeitenden kurz vor. Laden Sie zu einem kurzen geistlichen Ankommen ein. Kleine Gesten und sehr bewusst gestaltete Rituale sammeln alle Sinne: Ein ruhiges Instrumentalstück stimmt ein. Jemand vom Team zündet langsam und schweigend eine große Kerze an oder Kerzen an einem Leuchter. Jemand anderes trägt eine Bibel herbei, legt sie sorgsam dazu und schlägt eine Bibelstelle (z. B. Mt 6,9ff) auf. Blumen werden daneben gestellt. Halten Sie die Stille währenddessen aus und warten Sie konzentriert ab, bis der letzte Ton verklingt ...

Weisen Sie auf die Gegenwart Gottes hin, vielleicht mit den Worten:

Vater unser im Himmel,

wir begrüßen Dich in unserer Mitte.

Wir rechnen damit, dass Du da bist.

Segne unser Zusammensein und unser Gespräch untereinander und mit Dir. Amen.

Wenn die Gruppe schon länger besteht und ein eigenes Anfangsritual hat, bleiben Sie dabei.

Schließen Sie mit einem vertrauten Lied oder zum Beispiel „Gott ist gegenwärtig“ (EG 165,1-2), „Herr, unser Herr, wie bist du zugegen“ (KlangFülle 57) oder „Sieh, ich bin bei dir bis ans Ende der Welt“ (KlangFülle 54).

Ausblick und Kennenlernen (17 min)

Erläutern Sie nun kurz das Ziel des Kurses (siehe dazu die Einführung ab Seite 33 und die Übersicht auf www.emmaus-kurs.de). (3 min)

Für das Kennenlernen werden im Folgenden drei Varianten vorgeschlagen.

Dabei wird bewusst noch nicht nach einer eigenen Gebetspraxis gefragt.

In der Mitte des Raumes liegen Gegenstände (oder Bilder davon),

a) die mit Beten zu tun haben (Bibeln, Engelfigur, Gebetsbänkchen, Liederbuch, Ikone, Kerze, Klangschale, Kreuz, Losungsheft, Rosenkranz oder Perlen des Glaubens, ...) oder

b) eher erst beim zweiten Blick mit Kommunikation im Allgemeinen oder Gebet zu tun haben (Frühstücksbrettchen, Laufschuhe, Gartenwerkzeug, Schlüssel, Stein, Terminkalender, ...)

Die Teilnehmenden wählen jeweils einen Gegenstand, der ihrer Meinung nach zum Beten gehört. Mit Hilfe dieses Gegenstandes stellen sie sich in einer Kleingruppe von drei Personen kurz gegenseitig vor (je etwa 3 min) – vielleicht so:

„Für mich, ..., hat dieser Gegenstand mit Beten zu tun, weil ...“

Variante 1 – ohne Gegenstände

Bitten Sie die Teilnehmenden sich in Dreiergruppen kurz mit ihren Namen vorzustellen und sich über die folgenden Fragen auszutauschen:

- Wo begegnen Ihnen betende Menschen?
- Und was löst diese Begegnung in Ihnen aus?
- Wie reagieren Sie innerlich, wenn Sie Betende sehen?

Variante 2 – wenn sich die Gruppe schon kennt

Sie eignet sich für einen Hauskreis oder wenn sich die Teilnehmenden besser kennen: Schon bei der Einladung bzw. der Anmeldung zum Kurs werden die Teilnehmenden gebeten, zum ersten Treffen einen Gegenstand mitzubringen, den sie mit Ge-

bet verbinden. Für den Fall, dass jemand keinen Gegenstand mitbringen konnte, liegen zusätzliche Gegenstände bereit.

Geben Sie nun den Kleingruppen Zeit und Gelegenheit, Fragen und Wünsche an den Kurs auf Moderationskarten aufzuschreiben. Diese werden nach einer kurzen Gesprächsphase laut vorgelesen und wenn möglich gleich so in die Themenübersicht eingeordnet, wie die davon berührten Themen zur Sprache kommen werden. (5 min)

Themen, die angefragt werden, aber bisher nicht vom Team eingeplant sind, können in einen „Themenspeicher“ kommen. Wenn möglich werden sie noch in den Kurs eingebaut. Wenn das nicht möglich ist, kann vielleicht ein persönliches Gespräch dazu angeboten werden.

Biblischer Impuls: „Herr, lehre uns beten!“ (15 min)

Der erste thematische Impuls dreht sich um die Haltung von Jesus zum Beten und seine Art, das zu leben.

Jesus war für die Jüngerinnen und Jünger ein lebendiges und ermutigendes Vorbild, gerade im Beten. In den Evangelien erzählen sie davon, wann und wie er betete. Sie trauen ihm und deshalb trauen sie sich, ihn zu bitten, ihnen das Beten beizubringen. Obwohl sie als Juden Gebetsrituale kannten, erleben sie bei ihm noch etwas ganz anderes und möchten dazulernen.

Viele Christen tun sich heute noch mit dem Beten schwer. Wie die Frauen und Männer um Jesus können sie bei ihm lernen, wie man beten kann und worum es beim Beten geht. Mit anderen über das Beten zu reden, von ihren Erfahrungen zu hören und es gemeinsam zu üben, ist ermutigend und belebend.

Wir hören die Erfahrungen von Lukas.

[Lukas 11,1-4 wird vorgelesen.]

Wenn wir über das Beten nachdenken und dazu diesen Text lesen, fällt als Erstes auf: Beten kann man lernen. Darum gibt es einen Kurs wie diesen.

Ein Zweites: Sie merken vielleicht, hier im Evangelium nach Lukas hört sich das Vaterunser anders an als in der Version, die in den Kirchen üblicherweise gesprochen wird. Sie stammt aus einem anderen Evangelium, genauer aus der Bergpredigt beim Evangelisten Matthäus. Diese Version, die die meisten kennen, entstand wahrscheinlich in den ersten Anfängen der Kirche. Lukas, den wir gerade gehört haben, kennt eine Variante davon. Die Tatsache, dass es verschiedene Versionen gibt, lässt vermuten, dass Jesus seinen Nachfolgern das Vaterunser als ein Beispiel mit auf den Weg geben wollte und nicht als fertiges Standardgebet zur ständigen Wiederholung. Das wäre ja fast so, als würde ein Mann einer Frau nach dem Kennenlernen sagen: „Ich liebe dich, ich bete dich an. Deine Haare sind so schön.“ Und er würde künftig immer genau diese Worte als Liebeserklärung zu ihr sagen: „Ich liebe dich, ich bete dich an. Deine Haare sind so schön.“

Das Vaterunser ist dennoch im Laufe der Kirchengeschichte zu dem Gebet der Christenheit geworden. Deshalb bietet es auch das Grundgerüst für diesen Kurs an. Die Themen orientieren sich am Vaterunser (siehe Übersicht), durch das wir viel für unser Beten lernen können.

Hören wir als Erstes, was wir von Jesus und seiner Weise zu beten durch die Evangelisten wissen. Später kommen wir dann auf das Vaterunser als Beispiel für unser Beten zurück. Jesus ist ein Mann des Gebets. Als Jude hatte Jesus gelernt, dreimal am Tag zu beten, abends und morgens und in der Mitte des Tages. Regelmäßige Gebetszeiten sind ihm wichtig. Auch laut zu beten war üblich. Die Beziehung zu Gott war für ihn Grundlage für alles, was er tat.

Die folgenden Stichworte sollten auf ein großes Blatt notiert werden. Während eine Person den jeweiligen Punkt vorträgt, kann eine andere schreiben bzw. vorher erstellte Karten anpinnen, eine weitere liest die dazugehörigen Bibeltex-te in Auswahl vor.

Jesus hat gebetet:

- für sich allein:
Markus 1,35 oder Matthäus 14,23 und Lukas 6,12;
- mit anderen und vor allem mit seinen Freunden: Lukas 9,28;
- mit anderen gemeinsam im Gottesdienst in der Synagoge:
Lukas 4,16, Markus 1,21;
- für andere, z. B. für seine Jünger:
Lukas 22,31-32, Johannes 17,6.8-9;
- vor wichtigen und schweren Entscheidungen:
Lukas 6,12-13, Markus 14,32-35;
- in schwierigen Situationen:
Markus 9,28-29, Johannes 11,41-44;
- nach geglückten Ereignissen und dabei pries er Gott:
Lukas 10,21.

Und Jesus hat über das Beten gepredigt:

- Matthäus 6,5-15; 7,7-11, Markus 11,22-25, Lukas 11,5-13; 18,1-14, Johannes 14,12-14; 15,15-17; 16,23-28.

Unter www.emmaus-kurs.de finden Sie eine Kopiervorlage mit allen genannten Bibeltexten zum Thema Jesus und das Gebet für die Teilnehmenden zum Nachlesen.

Austausch: Erste Erfahrungen mit Beten (15 min)

In Kleingruppen von drei bis vier Personen ist nun Gelegenheit, sich gegenseitig von den ersten eigenen Erfahrungen mit dem Beten zu erzählen. Für manche, die z. B. gerade an einem Kurs zu Grundfragen des Glaubens teilgenommen haben, können diese relativ frisch sein. Sie sollten auch zuerst zu Wort kommen. So erzählen sie vermutlich unbefangener auch von ihren Befürchtungen oder Zweifeln.

Mögliche Fragen sind:

- Wo und wie sind Sie zum ersten Mal mit Gebet in Berührung gekommen?
- Hatten Sie eventuell als Kind ein tägliches Gebetsritual oder ein Buch, an dem Sie sich orientiert haben?

- Gab es jemanden, der Sie ermutigt hat oder Ihnen ein Vorbild war?
- Hat sich Ihr Beten im Laufe der Jahre verändert? Und wenn ja, was sind Ihre Erfahrungen dabei?

An dieser Gesprächsrunde wie bei allen folgenden nehmen die Mitglieder des Teams teil. Sie haben auch eine moderierende Funktion, indem sie darauf achten, dass alle zu Wort kommen, indem sie die Fragen stellen oder eigene Erfahrungen an passenden Stellen in gutem Maß einfließen lassen und gegebenenfalls vertiefen, indem sie zum Beispiel über die Veränderungen des eigenen Betens durch negative wie positive Ereignisse im Lauf des Lebens erzählen.

Übung: Erstes gemeinsames Beten (10 min)

Nun werden möglichst ansprechende (Post-)Karten mit dem Text des Vaterunsers ausgeteilt (aus einem christlichen Buchladen oder selbst gestaltet). Nach einer meditativen Hinführung wird es zum ersten Mal gemeinsam gebetet. Eine Person leitet die Hinführung und das Gebet an. Sie sitzt für alle sichtbar und betet ruhig, wenn möglich auswendig. Leise Instrumentalmusik im Hintergrund unterstützt die Einführung ins Gebet.

Gegen Ende unseres (ersten) Treffens nehmen wir uns jetzt Zeit zu beten. Ich ermutige Sie, mitzubeten und mitzumachen – selbstverständlich nur so viel, wie es Ihnen jetzt angenehm und möglich ist. Bleiben Sie wie ich sitzen und folgen Sie einfach meinen Worten. Am Ende beten wir gemeinsam das Vaterunser, das wir Ihnen eben ausgeteilt haben.

*Ich schließe meine Augen,
damit mich nichts mehr von dir,
Gott, unserem Vater, ablenkt.
Ich sitze aufrecht und entspannt vor Dir, Gott,
mit geradem Rückgrat – Dir ganz zugewandt.
Ich lasse mein Gewicht durch meinen Körper
hinunter sinken auf den Stuhl, auf dem ich sitze.
Ich will der Begegnung mit Dir nicht ausweichen.*

*Ich falte meine Hände, sammle mich
und schließe so den Kreis,
schließe aus, was mich stören kann.
Ich lasse meine Gedanken um dich kreisen.
Ich weiche nicht in die Vergangenheit
oder in die Zukunft aus,
um der Gegenwart, deiner Gegenwart zu entkommen.
Sanft und fest halte ich meinen Geist dort,
wo mein Körper ist: hier in diesem Raum bei Dir.
In diesem gegenwärtigen Augenblick lasse ich
alle meine Pläne, meine Sorgen und Ängste los.
Ich lege ab, was mich beschwert, mich niederdrückt,
alles, was heute missglückt ist.
Ich lege alles in Deine Hände, Gott.
Ich lockere den Griff, mit dem ich alles festhalten will.
Ich lasse es Dir.
Meine Hände öffnen sich, bereit zu empfangen,
meine Ohren lauschen, Dich zu hören,
mein Herz weitet sich, Dich zu spüren,
alles in mir horcht, lauscht ...*

[1-2 min Stille]

Gemeinsam beten wir

[Vaterunser]

Wer die Augen noch geschlossen hat, öffnet jetzt die Augen. Wir stehen auf und strecken uns einmal wie nach dem Schlafen. Gerne können Sie sich jetzt kurz zu zweit oder zu dritt austauschen, wie es Ihnen eben bei diesem Gebet ergangen ist.

Der Austausch über das Erleben beim Beten ist deshalb wichtig, weil in der Regel kaum oder gar nicht über diese Erfahrungen gesprochen wird, so aber die Reflektion über das eigene Beten angeregt werden kann. Auch ein Gefühl wie „Ich habe überhaupt nichts gemerkt oder gespürt!“ oder „Mir war die Stille

zu lang!“ oder „Ich hätte mich viel lieber bewegt, statt still gesessen.“ soll hier ausgesprochen werden dürfen. Die Rückmeldungen aus diesen Gesprächen sollten bei der Vorbereitung der nächsten Angebote berücksichtigt werden.

Schritte auf dem Weg (15 min)

Den Teilnehmenden werden nun eine ganze Reihe von Hilfestellungen und praktischen Hinweisen für weitere Erfahrungen mit dem Beten mitgegeben (Impulspapier „Vorbereitungen fürs Gebet“, siehe www.emmaus-kurs.de). Das Team ermutigt so dazu, sich zwischen den Treffen Zeit zum Beten zu nehmen. Einer oder mehrere der Vorschläge können ausprobiert werden. Beim nächsten Treffen wird es kurz Gelegenheit geben, sich darüber auszutauschen.

Die Hinweise orientieren sich an den pragmatischen Vorschlägen von Fulbert Steffensky Chrismon 11/05. Sie werden wie folgt kurz erläutert. Danach ist kurz Zeit für Rückfragen. Von eigenen Erfahrungen zu erzählen, erleichtert gegebenenfalls das Verständnis für manche Vorschläge.

- *Entschließe Dich, regelmäßig wenigstens kurz zu beten.* Wer sich „entschließt“, öffnet sich für neue Erfahrungen.
- *Wähle eine feste Zeit.* Bete nicht nur, wenn Dir danach zumute ist. Rhythmus befreit Dich vom Zwang, immer neu entscheiden zu müssen.
- *Suche Dir einen festen Ort.* Dein Platz wird bald vertraut sein und es erleichtern, in eine betende Haltung zu finden.
- *Triff verbindliche Verabredungen mit dir selbst!* Die Vorschläge, wie man zur Ruhe findet, sind bewährt.
- *Achte auf überlieferte Gebete.* Wir dürfen uns Worte von anderen leihen, wenn uns eigene Worte fehlen.
- *Sei dankbar für Geglücktes.*
- *Sei nicht gewaltsam mit Dir* beim Beten mit Gott. Nimm es mit Humor.

Die Erfahrung, dass man immer wieder scheitert und die eigenen Vorsätze nicht umsetzt, ist nicht tragisch. In dieser ersten Woche reicht es völlig, erst einmal zur Ruhe zu finden. Vielleicht hilft dazu die Vorstellung, dass es kleinen Kindern manchmal völlig reicht, nur bei den Eltern zu kuscheln, oder Paaren es genug ist, einfach nur in der Nähe des anderen Menschen zu sein, ohne etwas gemeinsam tun zu müssen. Es geht also um das „Dasein“. Am Ende dieser ruhigen Zeit könnte dann das Vaterunser gebetet werden.

Hier wäre eine erste gute Gelegenheit, die Möglichkeit vorzustellen, ein Gebetstagebuch zu führen. Es erleichtert den Austausch in der nächsten Woche.

Liturgischer Abschluss (6 min)

Mit einem kurzen Ausblick zum Thema des nächsten Treffens laden Sie herzlich zum Wiederkommen ein. Ein gemeinsames Lied (Vorschläge s. o., Liturgisches Ankommen) leitet zum Abschlussgebet über.

Ein Abendgebet aus der Tradition steht unter der Nummer 854 im Evangelischen Gesangbuch. Dies und ein Segen aus der Tradition bieten zugleich Beispiele für überlieferte Gebete. Beten Sie gemeinsam.

[EG 854 gemeinsam beten]

Segen

*Gott sei uns gnädig und segne uns,
er lasse uns sein Antlitz leuchten.*

Es segne uns Gott, und alle Welt fürchte ihn!

(Psalm 67,2.8)

Jemand vom Team schließt die Bibel und nimmt sie an sich. Die Kerze wird ausgeblasen. Ein Moment der Stille ... Dann verabschieden Sie sich. Eventuell besteht noch Gesprächsbedarf.

Die Mitarbeitenden vereinbaren, in der nächsten Zeit für jeweils einige Teilnehmende zu beten.

Zweite Einheit

„Vater unser im Himmel“

Mit Gott in Beziehung sein

Worum geht es in dieser Einheit?

Die Teilnehmenden tauschen sich über ihre Erfahrungen mit den „Vorbereitungen fürs Gebet“ aus.

In einem Gespräch über alltägliche Begegnungen wird überlegt, welches Verhalten, welche Haltung und welche Handlungen diese Beziehungen fördern und inwiefern sich das auf die eigene Beziehung zu Gott übertragen lässt. Das intensive Verhältnis von Jesus zu Gott dient als Beispiel *für eine gute Beziehung zu ihm*. Das Wort „unser“ zeigt, dass für Jesus die Gemeinschaft der Kinder Gottes und die Geschwisterlichkeit wesentlich zum Beten gehören.

Zu staunen und sich begeistern zu lassen von kleinen Dingen im Alltag bringt die Teilnehmenden auf eine Spur, wie man Gott loben kann.

Ein kurzer Überblick

Zeit	Inhalt	Was wird gebraucht?	Wer macht's?
5 min	Liturgisches Ankommen	Musik, Kerze, Bibel, Blumen, Liederbücher	
10 min	Rückblick		
10 min	Austausch: Beziehungsweise	Flipchart-Papier, Stift	
10 min	Impuls: „Unser Vater!“ Jesus und seine Beziehung zu Gott als „Abba“		
20 min	Gruppenarbeit: „Unser Vater“	Begriffskärtchen, Papier und Stifte	
15 min	Impuls und Wahrnehmung: „Im Himmel“		
10 min	Austausch: Himmlisch		
5 min	Schritte auf dem Weg		
10 min	Liturgischer Abschluss	Satzanfänge, Liederbücher	

Raumgestaltung

Bilder von Menschen im Gespräch beziehungsweise von Menschen in Beziehung und im weitesten Sinn miteinander im Kontakt auf den Tischen (z. B. spielende Kinder, Mutter mit Säugling, Vater mit Kindern, Pantomime, Zeichen gebende Flugzeugeinweiser) sind eine gute Unterstützung für den Austausch.

Liturgisches Ankommen (5 min)

Begrüßen Sie die Teilnehmenden herzlich und beginnen Sie mit der beim letzten Mal bereits eingeführten Liturgie: Instrumentaltstück – Kerze entzünden – Bibel und Blumen hereintragen – Bibelstelle aufschlagen.

Laden Sie zu einem kurzen Gebet ein:

*Vater unser im Himmel,
wir begrüßen Dich in unserer Mitte.*

*Dankbar nehmen wir wahr,
dass Du da bist.*

*Segne unser Zusammensein mit Dir
und unser Gespräch untereinander. Amen.*

Wenn die Gruppe schon länger besteht und ein eigenes Anfangsritual hat, bleiben Sie dabei.

Lieder zum Thema sind „Unser Vater“ (KlangFülle 78) oder „Vater unser im Himmelreich“ (EG 344).

Rückblick (10 min)

Die Teilnehmenden tauschen sich über ihre Erfahrungen mit den Hinweisen vom Ende des letzten Treffens aus. Folgende Fragen können das Gespräch anregen:

- Welche Zeiten waren gute Gebetszeiten für Sie?
- Hat sich ein bestimmter Ort fürs Beten als günstig erwiesen? Wie haben Sie sich diesen eingerichtet?
- Welche Erfahrungen konnten Sie mit regelmäßigem Beten machen?

Wichtig ist hierbei, wertfrei zu bleiben oder wertzuschätzen. Es sollte auf keinen Fall irgendein Druck entstehen. Ermutigen Sie

lieber, „am Ball zu bleiben“. Gute Ideen anderer Gruppenteilnehmer kann man selbst ausprobieren.

Austausch: Beziehungsweise (10 min)

Jeweils zwei Teilnehmende setzen sich zusammen und wählen eine bestimmte Beziehung zwischen zwei Menschen aus (z. B. eine Freundschaft, eine Ehe, Eltern-Kind-Beziehungen). Gemeinsam überlegen sie, was diese Beziehung ausmacht, was sie stärkt und was sie schwächt.

Zum Schluss schreiben sie drei Faktoren auf, durch die diese Beziehung wachsen kann (z. B. sich gegenseitig erzählen, was man erlebt hat; Zeit miteinander verbringen, auch schweigend; einander Lebenszeichen geben).

Die Ideen werden der gesamten Gruppe vorgestellt und zusammengetragen.

Überlegen Sie dann gemeinsam, wie man diese Ideen auf unsere Beziehung zu Gott anwenden könnte. So ähnlich hat Jesus die Beziehung zwischen Gott und Mensch mit einer Beziehung zwischen Freunden (Lk 11,5) oder innerhalb einer Familie verglichen (ebenda Vers 11).

Biblicher Impuls: „Unser Vater!“

Jesus und seine Beziehung zu Gott als „Abba“ (5 min)

Gott als Vater anzureden war in biblischen Zeiten durchaus üblich, zum Beispiel beim Propheten Jesaja 63,16, in den Psalmen (Ps 89,27), in dem vermutlich schon zur Zeit Jesu bekannten 18-Bitten-Gebet und im Kaddisch, einem jüdischen Lobgebet. Was bei Jesus jedoch auffällt, ist die Intimität der Beziehung zu Gott, seinem Vater. Schon als Jugendlicher verblüfft er Maria und Josef mit seiner intensiven Verbundenheit zu Gott. Anstatt mit seinen Eltern nach dem Besuch des Passafests in Jerusalem mit nach Hause zu gehen, bleibt er – ohne Bescheid zu sagen – im Tempel und diskutiert dort mit den Lehrern (vgl. Lk 2,41-51). Später sagt Jesus (Joh 5,19-20 NGÜ): „Der Sohn kann nichts von sich

selbst aus tun; er tut nur, was er den Vater tun sieht. Was immer der Vater tut, das tut auch der Sohn. Der Vater hat den Sohn lieb und zeigt ihm alles, was er tut. Ja, der Sohn wird noch viel größere Dinge tun, weil der Vater sie ihm zeigt – Dinge, über die ihr staunen werdet.“ Jesus nannte Gott sogar „Abba“ (Mk 14,36). Das ist ein sehr persönliches, intimes Wort, das dem deutschen „Papa“ näher kommt als „Vater“. Gott möchte, dass sich auch unsere Beziehung zu ihm wie die von geliebten Kindern zu einem liebevollen Vater entwickelt, für die es selbstverständlich ist, ihn liebevoll anzusprechen wie mit „Abba“. Gott liebt uns wie eigene Kinder, hat uns als solche angenommen, „adoptiert“. Der Apostel Paulus drückt das so aus: „Weil ihr nun ... seine Söhne und Töchter seid, hat Gott den Geist seines Sohnes in eure Herzen gesandt, den Geist, der in uns betet und »Abba, Vater!« ruft.“ (Gal 4,6 NGÜ) Und dieser Geist verleiht die Freiheit, freimütig und ohne Hemmungen, in aller Offenheit mit Gott zu sprechen, ihm zu sagen, was einem auf dem Herzen oder auf der Zunge liegt.

Beim Beten geht es also um nichts anderes als um die Pflege unserer Beziehung zu Gott. Das ist mehr als „Ich rede und Gott hört zu“, eher ein selbstverständliches Miteinander-im-Gespräch-Sein und erst recht ein alltägliches In-Kontakt- und In-Beziehung-Sein ... mit allem, was dazu gehört.

Nun ist das Bild des „Vaters“ oder auch das Bild der „Mutter“ für uns sehr unterschiedlich besetzt. Manche hatten einen liebevollen Vater, an den sie sich gerne erinnern und mit dem sie auch als Erwachsene einen guten Kontakt pflegen. Einige haben keinen Vater erlebt, weil er für sie als Kind nie da war oder gestorben ist, als man noch klein war. Für andere sind die Erinnerungen an ein Elternteil negativ belastet, sei es, dass es unzugänglich war oder nie zufrieden mit dem, was man als Kind erreicht hat.

Trotzdem haben die meisten Menschen eine Idee davon, wie ideale Eltern sein sollten. Gott als Vater oder als Mutter kennenzulernen, kann eine zutiefst heilende Wirkung haben. Er ist jemand, der sich um uns sorgt und kümmert, der

entgegenkommend ist (Lk 15,20) und nicht nachtragend, der einem nachgeht, wenn man zutiefst verletzt ist (Lk 15,28), und dem wir ganz und gar vertrauen können. Gerade wenn unsere irdischen Eltern problematisch waren, tragen wir eine Sehnsucht nach einer gesunden Eltern-Kind-Beziehung in uns. Diese Sehnsucht können wir in der Anrede „unser Vater“ zum Ausdruck bringen.

Gott begegnet den verschiedenen Menschen unterschiedlich, wie liebevolle Eltern ihre unterschiedlichen Kinder auf je eigene Weise lieben. Er lässt ihnen seine Liebe auf verschiedenste Art zukommen. Und Gott hält wie irdische Eltern auch an der Liebe zu den Kindern fest, selbst dann, wenn sich diese abwenden.

Immer wenn Christen das „Vaterunser“ beten, werden sie gleichzeitig daran erinnert, dass Gott der Vater aller Menschen ist. In ihm und durch ihn und durch das gemeinsame Beten werden wir zu einer Gemeinschaft, die weltumspannend ist. Auf diese Weise wird schon am Anfang jedes Betens deutlich: Wer sich an Gott wendet, wird es immer auch mit den Schwestern und Brüdern zu tun haben. Gott kann weder von den einen für bestimmte Bedürfnisse vereinnahmt, noch gegen andere eingesetzt werden.

Ein kurzer Austausch an den Tischen schließt sich an (5 min):

- Was stellen wir uns unter guten Eltern vor?
- Wo ähnelt Gott ihnen vermutlich und wo unterscheidet er sich?

Hinweis

Jesus stellt seinen Zuhörern Gott als entgegenkommenden Vater vor (Lk 15: Die verlorenen Söhne), der sehnsüchtig darauf wartet, seine Kinder in die Arme zu schließen.

Gruppenarbeit: „Unser Vater“ (18 min)

Mit der Anrede, die Jesus für Gott wählt – unser Vater – wird ein persönliches Verhältnis zu Gott zum Ausdruck gebracht. Aber es heißt: Unser Vater, nicht: Mein Vater. Die Anrede verweist auf

andere Menschen, die sich an Gott wenden. Er ist auch ihr Vater, unser Vater. Wir stehen durch ihn in Beziehung zueinander. Wir sind Geschwister. Eine lebendige Beziehung mit Gott führt dazu, in anderen Menschen die Schwester und den Bruder zu sehen. Dem nähert sich die Gruppe mit dem Spiel „Montagsmaler“, mit einer Nähe-Distanz-Übung im Raum und mit einem gemeinsamen Gebet.

Montagsmaler (8 min)

Für diese Methode braucht man am besten ein Flipchart, alternativ mehrere Bögen großes Papier und einen großen Filzstift. Eine Person bekommt einen Begriff auf einer Karte gezeigt und muss diesen, ohne zu reden, zeichnen. Alle anderen müssen den Begriff erraten. Wer ihn errät, darf den nächsten malen. Wer nicht zeichnen möchte, darf den Stift weitergeben.

Wählen Sie selbst Begriffe aus, die dargestellt werden sollen und bereiten Sie die Begriffskarten vor. Wichtig ist nur, dass bei den Begriffen immer das Possessivpronomen „unser“ ergänzt werden kann (z. B. Erde, Kirche, Bundeskanzlerin, Strand, Bischof usw.). Mindestens 20 Worte sollten bereitgehalten werden. Als letzter Begriff soll „Eltern“ geraten werden.

Nach acht Minuten fragen Sie die Teilnehmenden, was alle diese Begriffe gemeinsam haben.

Durch das kleine Wort „unser“ wird bei jedem dieser Begriffe erkennbar, dass alle von uns eine Verbindung dazu haben. Sie gehören nicht einzelnen allein. Interessanterweise beinhaltet die Zugehörigkeit aller meist auch eine Verantwortung: bei der Erde die Bewahrung der Schöpfung, bei der Bundeskanzlerin das Wahlrecht, bei der Kirche das Mitgestalten.

Annäherung (5 min)

Für die nächste Übung stehen alle auf und brauchen Platz, umhergehen zu können. Die einzelnen Schritte dauern jeweils ca. 30 Sekunden:

1. Alle laufen in ihrem eigenen Tempo und in einer selbstgewählten Richtung durch den Raum – ohne sich zu berühren oder anzusehen.

2. Wenn man sich begegnet, hält man inne und schaut sich in die Augen.
3. Als Steigerung nickt jede Person jeder anderen zu.
4. Abschließend grüßen sich alle, reichen sich die Hand und sprechen sich mit „Bruder“ oder „Schwester“ an.

Tauschen Sie sich, so wie sie nun stehen, kurz miteinander aus:

- Wie hat es sich angefühlt, mit Schwester oder Bruder angesprochen zu werden?
- Was ist mir dabei schwergefallen und warum?
- Was hat mir dabei gutgetan?
- Was hätte ich mir gewünscht?

Unter die Haut (5 min)

Alle bleiben noch stehen. In weiteren Schritten beginnt ein gemeinsames Gebet:

1. Während jemand das Vaterunser laut spricht, hören alle anderen zu und merken sich den Satzteil, der sie in diesem Moment am meisten anspricht.
2. Danach gehen alle im Raum umher und beten mal leise, mal laut, mal schnell, mal langsam die Bitte aus dem Vaterunser, die ihnen gerade wichtig ist und sie sich gemerkt haben. (2 min)
3. Sie bleiben noch einen Moment schweigend stehen und lassen dieses Gebet nachklingen.
4. Zum Schluss stellen sich alle in einen engen Kreis, legen die rechte Hand auf die rechte Schulter der rechts stehenden Person und halten die linke Hand nach oben geöffnet in die Mitte. Sie sagen dreimal laut und gemeinsam: „unser Vater“.
5. Dann beten Sie gemeinsam als Schwestern und Brüder das Vaterunser.

Bieten Sie an dieser Stelle, wenn möglich, ein kurzes Nachgespräch an:

Wie betet es sich in Gemeinschaft? Welches könnten die Kennzeichen von miteinander betenden Schwestern und Brüdern sein?

Impuls und Wahrnehmung: „Im Himmel“ (15 min)

Man kann sich auf eine sehr persönliche, vertrauensvolle Beziehung zu Gott einlassen. Doch er bleibt immer auch der Fremde, der Heilige, der Geheimnisvolle, eben majestätisch, mächtig, Schöpfer und Erlöser, der Menschen staunen, ja ehrfürchtig werden lässt.

Um das zu erleben, geht die ganze Gruppe ins Freie. (Alternativ kann ein Video auf YouTube gezeigt werden.) Zunächst sollen alle schweigend in den (Nacht-)Himmel blicken und ihn auf sich wirken lassen. Nach ca. drei Minuten werden die Teilnehmenden gebeten, kurz der Gruppe laut mitzuteilen, was sie in diesem Moment wahrnehmen und welche Gefühle und Assoziationen der Blick in den Himmel bei ihnen auslöst (Leichtigkeit, Beweglichkeit der Wolken, Unendlichkeit, Tiefe, Erhabenheit usw.). Mit der folgenden kurzen Besinnung wird der kleine Ausflug unter den Himmel abgeschlossen:

Im Deutschen und übrigens auch schon im Alten Testament steht „Himmel“ immer wieder für Gott selbst, z. B. im Ausspruch: „Hilf, Himmel!“ Versuchen Sie, ihre eben genannten Beschreibungen auch auf Gott zu übertragen.

Der Himmel ermöglicht eine Ahnung von Freiheit, von Offenheit und Weite. Wir sind von ihm umgeben und können ihn doch nicht (be)greifen und nicht über ihn verfügen.

Deshalb kann man sagen: „Die Himmel erzählen die Ehre Gottes“ (Ps 19,2) oder „Herr, deine Güte reicht, so weit der Himmel ist, und deine Wahrheit, so weit die Wolken gehen.“ (Ps 36,6) Daran werden wir erinnert, wenn wir beten: „Vater unser im Himmel!“

Austausch: Himmlisch (9 min)

Zurück im Gruppenraum erzählen sich die Teilnehmenden jeweils zu dritt gegenseitig von einem Erlebnis, wo sie ins Staunen kamen, bei dem ihr Herz angerührt wurde oder was sie begeistert hat (z. B. ein Naturschauspiel, ein emotionaler Moment oder ein tolles Kunsterlebnis).

Fassen Sie zusammen:

Die Schöpfung Gottes ist so etwas wie seine erste Bibel für die Menschen. Wenn wir über sie staunen, ahnen wir etwas von der Größe Gottes. Wenn wir berührt sind von Schönheit oder von Menschen, ahnen wir etwas von der Größe Gottes. Jede Begeisterung ist eine Ahnung von der Größe Gottes. Solche Momente sind unverfügbar, das spüren wir noch im selben Augenblick. Und sie wecken in uns die Ehrfurcht vor dem, der das alles geschaffen hat. Staunen, Angerührtsein und Begeisterung führen ins Loben. Dafür ist im Gebet am Schluss gleich Zeit.

Schritte auf dem Weg (3 min)

Die Teilnehmenden können in der kommenden Zeit den Themen des Abends noch einmal nachgehen. Geben Sie folgende Impulse mit:

- Vielleicht versuchen Sie einmal in der nächsten Zeit ganz bewusst Gott als Vater anzusprechen. Was passiert? Welche Bilder stellen sich bei Ihnen ein? Alternativ können Sie ihn auch als Mutter ansprechen und erleben, wie sich das anfühlt.
- Achten Sie in den nächsten Tagen besonders darauf, ob und wann Sie staunen, welche Menschen Sie berühren und was Begeisterung in Ihnen auslöst.
- Nutzen Sie immer wieder die Gelegenheit, in den Himmel zu schauen und dabei an Gott zu denken.

Liturgischer Abschluss (10 min)

Ein gemeinsames Lied leitet zum Schlussgebet über, z. B. „Ich lobe meinen Gott, der aus der Tiefe mich holt“ (KlangFülle 23), „Lobet den Herren alle, die ihn ehren“ (EG 447,1).

Im Gebet ist noch einmal Zeit für das Staunen und Loben. Dafür liegen Satzanfänge aus:

- Gott, du bist himmlisch, denn ...

- Ich preise Dich, Jesus Christus, weil ...
- Dich, Heiliger Geist, lobe ich für ...

Nach einer kurzen Einleitung ins Gebet sprechen die Teilnehmenden diese Sätze und ergänzen sie selbst. Zwischen den einzelnen Lobgebeten kann ein Halleluja gesungen werden (z. B. EG 182).

Den folgenden Segen leitet jemand an und alle antworten.

Segen

Berühre deine Augen mit deinen Händen und sage mir nach:

Segne, Gott, meine Augen, damit ich klar sehe in diesen Tagen.

Berühre Deinen Mund und sage:

Segne, Gott, meinen Mund, dass ich die Wahrheit sage.

Berühre Deine Ohren und sage:

Segne, Gott, meine Ohren,
damit ich auf die Worte anderer hören kann.

Berühre dein Herz und sage:

Segne, Gott, mein Herz,

damit ich mich öffne

für Geschwisterlichkeit und Liebe.

Berühre deine Füße und sprich ihnen zu:

Gesegnet seien meine Füße,

damit ich sicher und mutig meinen Weg gehe.

Berühre deine Nachbarin, deinen Nachbarn und sage:

Gesegnet seist Du, meine Schwester, mein Bruder,

in Dir begegnet mir Jesus Christus.

Gesegnet sei unsere gemeinsame Kraft.

Es ist die Kraft Gottes im Heiligen Geist. Amen.

Jemand vom Team schließt die Bibel und nimmt sie an sich. Die Kerze wird ausgeblasen. Ein Moment der Stille ... Dann verabschieden Sie sich. Laden Sie auch zum nächsten Treffen wieder herzlich ein und geben Sie einen kurzen Ausblick darauf.

Eventuell besteht noch Gesprächsbedarf.

Die Mitarbeitenden vereinbaren, in der nächsten Zeit für jeweils einige Teilnehmende zu beten oder in Kontakt zu treten.

Dritte Einheit

„Geheiligt werde dein Name“

In Jesu Namen Gott loben

Worum geht es in dieser Einheit?

Über die Bedeutung des eigenen Namens nähern sich die Teilnehmenden den Namen, die Gott in biblischen Zeiten zugesprochen wurden. Mit diesen wird ausprobiert, Gottes Namen zu loben.

Und was bedeutet es im Namen Jesu zu beten? In einer Bibelarbeit wird dem nachgegangen.

Ein kurzer Überblick

Zeit	Inhalt	Was wird gebraucht?	Wer macht's?
10 min	Liturgisches Ankommen	Musik, Kerze, Bibel, Blumen, Liederbücher, Satzanfänge	
10 min	Rückblick		
10 min	Persönlicher Einstieg: Dein Name	Bücher zur Namensdeutung, Internetzugang	
5 min	Impuls: „Geheiligt werde dein Name“	Bibel	
10 min	Gebet: „Geheiligt werde dein Name“	Zettel mit den Buchstaben des Alphabets, Kopien von der Liste mit Gottesnamen	
25 min	Bibelarbeit: Beten im Namen Jesu	Bibeln	
5 min	Schritte auf dem Weg		
10 min	Liturgischer Abschluss	Ritual, Liederbücher	

Raumgestaltung

Eine sehr persönliche Untermalung des Themas sind schön geschriebene Namen, eventuell die der Teilnehmenden selbst, ausgelegt oder an der Wand hängend. Möglichkeiten der Gestaltung wären ausgefallene Computerschriftarten, Kalligraphie oder eine Word-Cloud.

Liturgisches Ankommen (10 min)

Begrüßen Sie die Teilnehmenden schon am Eingang mit ihrem Namen. Beginnen Sie mit dem gewohnten ruhigen Ritual, das in Einheit 1 eingeführt ist.

Wiederholen Sie gemeinsam das Lobgebet vom Ende des letzten Treffens. Dafür liegen die Satzanfänge wieder aus (siehe Einheit 2, Liturgischer Abschluss).

Das Gebet beginnt dieses Mal mit einer Stille. Alle Teilnehmenden werden gebeten, in dieser Stille zu überlegen, ob ihnen Momente oder Begebenheiten einfallen, die sie erstaunt, gerührt oder begeistert haben. Diese können dann mit den Satzanfängen im Gebet benannt werden.

[Stille]

Ein Mitarbeitender beginnt das Gebet:

Gott, du bist himmlisch, denn du begegnest uns wie ein entgegenkommender Vater und wie eine liebende Mutter.

Wir preisen Dich, Jesus Christus, weil Du in unserer Mitte bist.

Dich, Heiliger Geist, loben wir jetzt für unsere Gemeinschaft.

[Sätze der Teilnehmenden]

Segne unser Zusammensein mit Dir.

Im Namen Jesu Christi. Amen.

Passende Lieder: „Ich lobe meinen Gott von ganzem Herzen“ (EG 272) oder ein „Halleluja“ (KlangFülle 87 oder EG 182).

Rückblick (12 min)

Beim Rückblick auf die Erfahrungen der vergangenen Zeit soll es auch um den eigenen Namen gehen.

Folgende Fragen können das Gespräch anregen:

- Wie ist es Ihnen mit der Anrede Gottes als Vater oder als Mutter ergangen?
- Worüber haben Sie diese Woche gestaunt?
- Wurden neue Erfahrungen mit den Hinweisen zum Gebet aus der ersten Einheit gemacht?

- Wie können sich andere Ihren Namen leicht merken?
- Was sagen Sie, wenn andere ihren Namen aufschreiben möchten?

Persönlicher Einstieg: Dein Name (10 min)

Gott ruft uns mit unserem Namen: „Ich habe dich bei deinem Namen gerufen, du bist mein!“ (Jes 43,1) Andererseits können wir Menschen Gott mit seinem Namen rufen. Die Bedeutung des eigenen Namens zu kennen und wertzuschätzen, ist darum eine erste Annäherung an den Namen Gottes.

Jeder sucht aus Namensbüchern oder aus dem Internet die Bedeutung des eigenen Vornamens heraus und notiert diese. (2-3 min) Die Tischgruppen tauschen sich über die Bedeutung ihrer Namen aus. Dabei soll immer auch eine wertschätzende Deutung betont werden.

Ein Beispiel: Der Name „Martin“ stammt ab vom römischen Kriegsgott Mars. Martin Luther und Martin Luther King haben sich jeder auf seine Weise sehr für die Sache des Evangeliums eingesetzt. Martin, der Kriegerische, ist Martin der Streitbare – einer, der sich für etwas, von dem er überzeugt ist, einsetzt.

Impuls: „Geheiligt werde dein Name“ (5 min)

Der folgende Impuls gibt vertiefend Informationen zum Namen Gottes.

Und wie lautet nun Gottes Name? Gott stellt sich Mose mit einem ungewöhnlichen Namen vor. Als Mose ihn danach fragt, sagt er: „Ich werde sein, der ich sein werde“ (so die Lutherübersetzung) oder auch „Ich bin da, weil ich da bin“ (Bibel in gerechter Sprache) oder „Ich bin, der ich bin“ (Einheitsübersetzung). Martin Buber übersetzt: „Ich werde da sein, als der ich da sein werde.“ Im Hebräischen stehen dafür vier Buchstaben: JHWH. Theologen sprechen das sogenannte Tetragramm (von Griechisch tetra – vier) so aus: Jahwe. (Bekannter ist vielleicht Jehova als Aussprache für den Namen Gottes.)

Die Juden haben großen Respekt vor diesem Namen. Das liegt daran, dass mit der Nennung des Namens zugleich die ganze Person gemeint ist. Sie ersetzen deshalb bis heute immer dann, wenn das Tetragramm JHWH in der hebräischen Bibel vorkommt, den Namen durch Adonai, was so viel heißt wie „mein Herr“ und darum im Deutschen, ebenfalls aus Respekt, mit Großbuchstaben geschrieben wird: HERR.

Es finden sich ganz vielfältige Zuschreibungen oder Beschreibungen von Gott in der Bibel. Man könnte auch Namen dazu sagen. Diese Beschreibungen wie z. B. „unser Vater“ können immer nur einen Teil von Gottes Eigenschaften widerspiegeln. Eine Festlegung auf einen einzigen Titel oder ein einziges Wort zu seiner Beschreibung ist nicht möglich. Gott ist immer viel größer als unsere Bilder von ihm.

Gottes Namen heiligen, ihn preisen bedeutet erst einmal, Gott wertschätzen, „ihm Raum geben“, „ihn groß machen“ (Lk 1,46.49), der Freude darüber Ausdruck geben, dass er da ist. Immer wieder, wenn eine Gruppe von Menschen den Namen Gottes ehrt, kann es sich ereignen, dass die Kraft und die Gegenwart Gottes spürbar werden. So geschah es im allerersten Gottesdienst im Tempel von Jerusalem:
[2. Chronik 5,13+14 vorlesen]

Gebet: „Geheiligt werde dein Name“ (10 min)

In der folgenden Gebetsübung geben wir dem Namen Gottes Raum. Wir leihen uns Worte und Erfahrungen anderer – vor allem aus dem Buch der Psalmen. Und wir üben uns ein ins Staunen über Gott, in das Loben seiner vielen Namen.

Es liegen Zettel mit jeweils einem Buchstaben des Alphabets aus.

- Die Teilnehmenden nehmen sich jeweils ein bis zwei Buchstaben.
- Gute Bibelkenner suchen nun einen biblischen Namen für Gott, der mit dem gewählten Buchstaben beginnt, und schreibt ihn auf den Zettel. Darüber kann gesprochen werden.

- Einsteiger suchen sich einen biblischen Namen für Gott aus einer vorbereiteten Liste aus (Kopiervorlage: Liste mit Gottesnamen, www.emmaus-kurs.de) und übertragen ihn auf den Zettel mit dem Buchstaben.
- Wer gern selbst kreativ werden möchte, kann sich auch einen eigenen Namen für Gott ausdenken, ein Bild oder eine Beschreibung.

Ergänzende Alternativen:

- Die Zettel mit den Gottesnamen werden wieder in die Mitte gelegt. Aus den beschriebenen Zetteln wählen die Teilnehmenden nun nochmals ein bis zwei aus. Für den dort stehenden Namen wird ein modernes Wort gesucht, z. B. für Baumeister Erfinder, für Schöpfer Ideengeber, und dazugeschrieben.
- Damit alle einen neuen, fremden Zettel zum Vorlesen haben, werden die Zettel noch einmal in die Mitte gelegt und danach neu von den Teilnehmenden gezogen.

Während des nun folgenden Gebets lesen die Teilnehmenden ihren jeweiligen Zettel betend vor. Es kann mit folgenden Worten eingeleitet werden:

Vater unser im Himmel.

Geheiligt werde dein Name.

So loben wir Dich, Gott, Du ...

[die Teilnehmenden lesen Gottesnamen vor]

Denn dein ist das Reich und die Kraft und die Herrlichkeit in Ewigkeit. Amen.

[Stille]

Schlagen Sie den Teilnehmenden vor, den Namen Gottes, der sie besonders angesprochen hat, für sich zu notieren und in der nächsten Zeit auszuprobieren, Gott mit diesem Namen anzusprechen.

Mit einem Lied endet die Gebetszeit: „Vater unser, Vater im Himmel, geheiligt werde dein Name“ (KlangFülle 77 bzw. EG 188), „Lobe den Herren, was in mir ist, lobe den Namen“ (EG 317,5).

Als Alternative kann Psalm 136 versweise im Wechsel zwischen Frauen und Männern gebetet werden.

Bibelarbeit: Beten im Namen Jesu (25 min)

Führen Sie die Bibelarbeit ein:

Die Vaterunserbitte „Geheiligt werde dein Name“ korrespondiert in besonderer Weise mit einem Versprechen von Jesus: „Ich versichere euch: Wenn ihr ... den Vater in meinem Namen um etwas bittet, wird er es euch geben.“ (Joh 16,23 NGÜ)

Unsere eigenen Erfahrungen mit Gebeten, die nicht einfach so erfüllt werden, zeigt: Im Namen Jesu zu beten, heißt nicht, eine magische Formel anzuwenden. Was bedeutet es aber dann?

Die Teilnehmenden teilen sich in zwei Gruppen auf, die je einen Abschnitt aus dem Johannesevangelium (Joh 14,8-14 und 15,1-8) lesen. Sie besprechen diese mit folgenden Fragestellungen:

- Welche Voraussetzungen müssen erfüllt sein, um Gott im Namen Jesu etwas zu bitten?
- Was kann das praktisch für uns bedeuten?
- Woran könnte es liegen, dass manche Gebete nicht beantwortet werden?

Nach ca. 12 Minuten werden die Ergebnisse zusammengetragen.

Folgender Impuls ist eine Möglichkeit, die Überlegungen zu vertiefen. (5 min)

Im Namen Jesu zu beten, bedeutet also nicht, einen Zauberspruch zu benutzen, der alles ermöglicht. Was bedeutet es aber dann?

Es bedeutet, sich nicht nur auf das eigene Tun zu verlassen. Wer im Namen Jesu betet, verlässt sich auf das, was Jesus

durch seine Beziehung zu Gott möglich macht. Diese Beziehung hat sich selbst in leidvollen Situationen, in Zeiten unbeantworteter Fragen und angesichts des Todes bewährt. Sie ermöglicht Unerwartetes, so ganz anderes als erhofft, Unglaubliches. Da kann Trauer von Freude abgelöst werden, Tod durch Auferstehung.

Und es heißt auch, sich im Gebet an Jesu Wesen und seinem Willen auszurichten. Jesus sagte es so: „Wenn ihr in mir bleibt und meine Worte in euch bleiben, könnt ihr bitten, um was ihr wollt: Eure Bitte wird erfüllt werden.“ (Joh 15,7 NGÜ)

Wenn man im Namen von Jesus Christus betet, bleibt man in Christus. Das ist der Schlüssel.

Und warum geschieht es immer wieder, dass keine Reaktion auf das Gebet kommt, dass nichts passiert, obwohl wir wirklich auf Gott gehört haben?

Wir sind Menschen. Was wissen wir, wie wir beten sollen? Gebete scheinen manchmal deshalb unbeantwortet zu bleiben, weil wir nur einen Teil des Ganzen sehen können. Beten ist und bleibt ein Geheimnis; man kann keinen Mechanismus daraus machen, der nur dazu dient, Gott das tun zu lassen, was wir wollen. Die Beziehung zu Gott, die wir durch unser regelmäßiges Gebet entwickeln, ist viel wichtiger als alles andere.

Aber noch eins: Wir sind nie allein mit unseren Gebeten. Jesus hat versprochen, für uns zu beten. Unsere Gebete vereinen sich mit seinen (Hebr 7,25; Röm 8,34).

Der Heilige Geist hilft uns beim Beten. Er „tritt mit Flehen und Seufzen für uns ein; er bringt das zum Ausdruck, was wir mit unseren Worten nicht sagen können. Auf diese Weise kommt er uns in unserer Schwachheit zu Hilfe, weil wir ja gar nicht wissen, wie wir beten sollen, um richtig zu beten.“ (Röm 8,26 NGÜ)

Jesus ermutigt uns, gemeinsam zu beten (Mt 18,19-20). Wenn wir uns mit anderen zusammensetzen, uns im Geist Jesu den Problemen zuwenden, dann ist uns seine Nähe verheißen.

Schritte auf dem Weg (5 min)

Folgende Impulse können Sie den Teilnehmenden für die Woche mitgeben:

- Sie könnten darauf achten, mit welchen Namen Gott von anderen Menschen angesprochen wird.
- Meditieren Sie den Gottesnamen aus der Gebetsübung vorhin und geben so Gott in Ihrem Alltag Raum.
- Im Namen Jesu beten in Gemeinschaft – finden Sie in dieser Woche eine Gebetsgemeinschaft, in der Sie das erleben können?
- Und achten Sie auf Ihren eigenen Namen. Welche Rolle spielt er in Ihrem Alltag?

Geben Sie einen Ausblick auf das nächste Thema: „Dein Reich komme“.

Liturgischer Abschluss (8 min)

Beginnen Sie mit einem Lied, z. B. „Das ist ein köstlich Ding, dem Herren danken“ (EG 285) oder „Groß ist der Herr“ (EG 333,4-6).

Im abschließenden Gebet können die Teilnehmenden die Vornamen von Menschen laut oder im Stillen sagen, die ihnen einfallen und wichtig sind.

Nach einem Moment der Stille wird das Gebet eingeleitet:

Im Namen Gottes des Vaters,

des Sohnes und des Heiligen Geistes:

Lebendiger Gott, es ist gut, dass Du da bist!

Es ist wichtig, dass Du geistesgegenwärtig bist

in der Gemeinde, in den Kirchen

und der Gesamtheit der Menschheit.

In diesem Moment denken wir vor Dir besonders an ...

[die Teilnehmenden nennen Vornamen]

Gemeinsam beten wir:

Vater unser im Himmel ...

Segen

Der nun folgende Segen wird am besten mit Handauflegung gesprochen.

Als Gott mit Mose in der Wüste redete, beauftragte er ihn und Aaron und die Söhne Aarons, die Israeliten zu segnen. „Denn“, so begründete Gott dieses Segnen, „ihr sollt meinen Namen auf die Israeliten legen, dass ich sie segne.“
*So lege ich nun den Namen Gottes auf dich
und segne dich im Namen Gottes:
Der Herr segne dich und behüte dich;
Der HERR lasse sein Angesicht leuchten über dir
und sei dir gnädig;
der HERR hebe sein Angesicht auf dich
und gebe dir Frieden.*

(Numeri 6,24-27)

Jemand vom Team schließt die Bibel und nimmt sie an sich. Die Kerze wird ausgeblasen. Ein Moment der Stille ... Dann verabschieden Sie sich. Eventuell besteht noch Gesprächsbedarf. Die Mitarbeitenden vereinbaren, in der nächsten Zeit mit einigen Teilnehmende Kontakt zu halten.

Vierte Einheit „Dein Reich komme“ Betten für andere

Worum geht es in dieser Einheit?

Nach und nach nimmt sich die Gruppe mehr Zeit für das gemeinsame Beten.

Anhand dessen, was Jesus zum Reich Gottes gelehrt hat und wie er das gelebt hat, erarbeiten die Teilnehmenden die wesentlichen Merkmale von Gottes Reich. Eine weitere Quelle sind Jesu Gleichnisse zum Himmelreich.

Wer darum betet, dass Gottes Reich kommt, bleibt nicht beim Bitten, sondern setzt sich für die Verwirklichung des Reiches ein. Die Gruppe lernt unterschiedliche Möglichkeiten kennen, sich im Gebet für andere (diese Einheit) und im Alltag für das Sichtbarwerden von Gottes Wirken zu engagieren (5. Einheit).

Ein kurzer Überblick

Zeit	Inhalt	Was wird gebraucht?	Wer macht's?
10 min	Liturgisches Ankommen	Musik, Kerze, Bibeln, Blumen, Liederbücher	
10 min	Rückblick		
5 min	Impuls: „Dein Reich komme!“		
30 min	Bibelarbeit: „Das Himmelreich ist wie ...“	Kopien der Bibeltexte „Gleichnisse vom Himmelreich“ für alle Teilnehmenden	
10 min	Gruppenarbeit: Beten für andere	Mobiltelefon, Tageszeitung, Bücher zur Fürbitte, Gebetskalender, Fotoalbum, Gesangbuch usw. oder Ideenliste „Fürbitte“	
10 min	Schritte auf dem Weg	Kopien vom Impulspapier „Gleichnisse zur Ermutigung“ für alle Teilnehmenden	
10 min	Liturgischer Abschluss	ggf. Fürbitten für alle, Liederbücher	

Raumgestaltung

Der Raum könnte mit Symbolen aus den Gleichnissen Jesu zum Thema Himmelreich gestaltet sein: Globus, Schatzkiste, Sauer Teig bzw. Mehl, Perlen, Getreide- und Senfkörner, Ölfackeln, Weintrauben.

Liturgisches Ankommen (10 min)

Das Anfangsritual wird erweitert. Es geht von nun an darum, auch andere aus der Gruppe daran zu beteiligen, damit diese Formen mehr und mehr auch zu ihren eigenen werden.

Ablauf wie gehabt: Instrumentalstück oder Lied, das an das letzte Thema anknüpft und Gott lobt, Kerze entzünden, Bibel und Blumen hereintragen, Bibelstelle aufschlagen.

Psalm 8 (EG 705) wird im Wechsel zwischen Frauen und Männern oder zwischen Mitarbeitenden und Teilnehmenden gesprochen.

Lieder zum Vaterunser allgemein wären z. B. „Unser Vater“ (Klangfülle 78) oder „Vater unser im Himmelreich“ (EG 344) oder speziell zum Thema: „Keine Armut soll es geben unter euch“ (Klangfülle 39), „Jesus Christus herrscht als König“ (EG 123,1-3) oder „Suchet zuerst Gottes Reich in dieser Welt“ (EG 182).

Rückblick (10 min)

Tauschen Sie sich über die Erfahrungen mit dem Beten aus, wie immer wertschätzend.

Mit den folgenden Fragen können Sie zusätzlich auf die „Schritte auf dem Weg“ vom Ende des letzten Treffens eingehen:

- Welcher Name Gottes ist Ihnen besonders wichtig geworden?
- Welche Erfahrungen konnten Sie mit dem Beten im Namen Jesu machen?
- Können Sie mit dem Gebetstagebuch etwas anfangen?
- (Hat sich die Bedeutung Ihres Namens in den vergangenen Tagen in Ihrem Leben bemerkbar gemacht?)

Impuls: „Dein Reich komme!“ (5 min)

Nun wird die nächste Vaterunserbitte eingeführt.

Beim ersten Treffen haben wir Jesus als Vorbild für unser Beten kennengelernt. Sein Verhalten zu Gott, seinem Vater, seine gesamte Beziehung zu ihm und sein Reden mit ihm ist Grundlage für unseren Kontakt mit Gott. Als Beispiel für unser Gespräch mit Gott dient das Vaterunser, das er seinen Jüngern vorgeschlagen hat. Schon die Anrede „Vater unser“ stiftet Identität und Gemeinschaft: Wir sind alle Kinder eines Gottes und dürfen ihn ansprechen. Mit welchem ehrenvollen Namen wir Gott auch anreden, sobald wir seiner Liebe Platz in unserem Leben einräumen, heiligen wir ihn. Und je mehr die Menschen Gottes Wirken zulassen und geistesgegenwärtig handeln – zuallererst in ihrem eigenen Leben –, desto mehr kann sich sein Heil unter den Menschen wohlthuend verbreiten, gewinnt sein Frieden auf Erden Boden und Freunde, schenkt erlösendes, befreiendes Lachen.

Damit kommen wir zu der Bitte „Dein Reich komme!“.

Natürlich herrscht Gott schon jetzt – im Himmel und auf Erden. Dennoch steht die für Menschen sichtbare Vollendung dieser „Königsherrschaft“ noch aus. Das war zu Jesu Zeiten nicht anders.

Vom Beginn seines öffentlichen Wirkens an hat er vom Anbruch des Reiches Gottes erzählt und damit die Hoffnungen und Sehnsüchte der Menschen seiner Zeit aufgegriffen. „Von da an begann Jesus zu verkünden: »Kehrt um! Denn das Himmelreich ist nahe.« ... Jesus zog durch ganz Galiläa; er lehrte in den Synagogen, verkündete die Botschaft vom Reich Gottes und heilte alle Kranken und Leidenden im Volk.“ (Mt 4,17.23 NGÜ) Jesus hat nicht nur vom Reich Gottes geredet. Lehre und Heilung gehören eng zusammen bei ihm. Durch ihn ist es zu den Menschen gekommen. Der Evangelist Lukas erzählt es so:

[Lukas 4,14-22 vorlesen]

Bibelarbeit: „Das Himmelreich ist wie ...“ (30 min)

Mit Hilfe der Bibelarbeit tragen die Teilnehmenden Kennzeichen des Reiches Gottes zusammen. Jesu Gleichnisse vom Himmelreich (Kopiervorlage siehe www.emmaus-kurs.de) werden nun in Kleingruppen (ca. 3-4 Personen) gelesen. Jede Gruppe liest ein Gleichnis mit folgenden Fragestellungen (10 min):

- Von welchen Kennzeichen des Himmelreiches erzählt Jesus hier?
- Was ist das Besondere im Reich Gottes?

In einem zweiten Schritt versuchen die Kleingruppen, diese besonderen Eigenschaften als Standbild oder pantomimisch darzustellen. Sie haben für die Vorbereitung ca. 5 Minuten Zeit.

Wenn jede Gruppe die Eigenschaften als Bild oder Szene vorbereitet hat, werden diese den anderen vorgestellt. Diese müssen dann das Bild – wie damals die Zuhörer das Gleichnis – interpretieren und überlegen, welche Charaktereigenschaft gemeint sein kann. Die Ergebnisse werden gut lesbar auf Moderationskarten notiert und sichtbar aufgehängt (10 min).

Einige mögliche Merkmale von Gottes Reich:

- Das Himmelreich ist wie ein Same, der in einen Menschen gesät ist und unterschiedlich in ihm aufgeht. Auf jeden Fall ist es sehr „fruchtbar“. (Sämann, Mt 13,1ff)
- Es ist „leicht zu übersehen“. Man bemerkt es kaum, dass etwas in uns wächst, das an Gott erinnert. Plötzlich ist es da und „gibt“ anderen Menschen „Halt“. (Senfkorn, Mt 13,31f)
- Wenig kann viel bewirken. Es kann alle Schichten durchdringen. Es braucht Ausdauer im Alltagsgeschäft und „sätigt“. (Sauerteig, Mt 13,33)
- Es ist „kostbar“. In der Arbeit des Alltags „verborgen“ – nicht irgendwo weit oben, sondern unten. (Schatz im Acker, Mt 13,44)

- Es gelten andere, „großzügige Gesetze“, bei denen nicht nach Leistung vergütet wird, sondern „jeder bekommt, was er zum Leben benötigt“. (Weinberg, Mt 20,1ff)

So können Sie zusammenfassen (5 min):

Das Himmelreich ist da, wo Gott „regiert“, wo er Leben schenkt und ermöglicht. Das ist zeichenhaft schon wahrzunehmen, ebenso noch verborgen, aber im Werden und Wachsen.

„Kommt das Reich, dann wirkt sich die Herrschaft Gottes heilsam und verändernd auf das Leben von Menschen aus, die in den Einflussbereich des Reiches geraten. Ersetzen Sie einfach den Begriff ‚Reich Gottes‘ durch den Namen Jesus: Dann kommt Jesus selbst in das Leben und in die Verhältnisse von Menschen. Mit ihm kommen Vergebung, Heilung, Ermutigung und Versöhnung, kurzum alles, was Jesu Wirken damals wie heute auszeichnet. Darum bündelt sich in dieser Bitte des Vaterunsers alles, was wir anderen Menschen wünschen und worum wir Gott für sie bitten können.“ Michael Herbst (Hg.): Emmaus-Kursbuch 3, Neukirchen-Vluyn 2003, S. 47. Und genau das ist uns als „Königskindern“ Gottes erlaubt.

Gruppenarbeit: Beten für andere (10 min)

Im letzten Drittel dieser Einheit geht es vor allem um die Fürbitte. Durch die Fürbitte setzen sich die Betenden für die Verwirklichung des Reiches Gottes ein. Leiten Sie vom Thema „Himmelreich“ über zur Fürbitte:

„Gottes Reich kommt auch ohne unser Gebet von selbst, aber wir bitten in diesem Gebet, dass es auch zu uns komme.“ So sagt es Martin Luther im Kleinen Katechismus. Das heißt aber auch, dass wer immer dies betet, seine Bereitschaft ausdrückt, sich für das Kommen des Reiches einzusetzen. Das kann in der konkreten Fürbitte für andere geschehen und im konkreten Handeln. Oder wie Dietrich Bonhoeffer es nennt: Es ist ein „Einüben in die Verheißungen Gottes“.

Es gibt eine Reihe von Hilfen herauszubekommen, welche Nöte und Bedürfnisse andere Menschen haben, welche Lebenszeichen sie senden und wie man für sie beten kann. Die Teilnehmenden bekommen die Ideenliste „Fürbitte“ (www.emmaus-kurs.de) oder die benannten Materialien liegen auf einem Tisch bereit. Sie wählen aus den Angeboten je eines aus, was sie interessiert oder zu dem sie noch Fragen haben. Im Plenum stellen sie vor, was sie an dieser Idee reizt.

Schritte auf dem Weg (10 min)

Fordern Sie die Gruppe heraus, Fürbitte oder neue Formen der Fürbitte auszuprobieren. Ermutigen Sie sie in einem zweiten Schritt:

1) Kann sich die Gruppe auf einen Vorschlag für die Fürbitte einigen und diesen in der nächsten Woche gemeinsam umsetzen? Alternativ können die Teilnehmenden je für sich eine Idee aus den unterschiedlichen Möglichkeiten zur Fürbitte auswählen und ausprobieren.

Man kann für so vieles beten. Wichtig ist darum auch, hellhörig zu sein, welche Anliegen und Personen einem selbst besonders am Herzen liegen, beziehungsweise worauf Gott besonders hinweist.

2) Geben Sie nicht auf! Jesus hat zwei Gleichnisse erzählt, um seine Jünger zu ermutigen, auch dann weiter zu beten, wenn man mit seiner Bitte auf Granit zu beißen scheint und ein Weiterbeten schwerfällt (Lk 11,5-13 und 18,1-8). Wenn Sie Mühe mit dem Beten haben, lesen Sie die Gleichnisse doch mal nach (Impulspapier, www.emmaus-kurs.de).

In Beziehungen müssen sowohl Paare als auch Freunde manchmal hart arbeiten – auch an sich selbst. Auch die Beziehung zu Gott kann gelegentlich Arbeit sein und das Gebet anstrengend. Fürbitte kann dann bedeuten: flehentlich um etwas bitten – mit großer Ernsthaftigkeit, mit Intensität und mit Beharrlichkeit (Ex 17,8-13). Notieren Sie Ihre Erfahrungen in Ihrem Gebetstagebuch.

Liturgischer Abschluss (10 min)

Die Einheit schließt mit einer Fürbitte und vertieft das eben Gehörte. Es gibt drei Möglichkeiten:

Alternative A: Eine ausformulierte Fürbitte (www.emmaus-kurs.de) wird unter den Teilnehmenden verteilt und jeder liest eine davon laut vor.

Alternative B: Das Gebet vom Abschluss der 3. Einheit mit der Nennung von Vornamen wird wiederholt.

Alternative C: Die Teilnehmenden bitten jeweils eine andere Person, für sie zu beten. Sie nennen ihr ein aktuelles Anliegen, das in der nun folgenden Gebetszeit vor Gott kurz angesprochen wird.

Vater unser im Himmel, wenn wir jetzt beten, dann tun wir das nicht nur für uns selbst, sondern auch für viele andere Menschen, die sehnsüchtig darauf warten, dass dein Reich kommt. Ich bitte dich für

[Namen und Anliegen einfügen]

Gemeinsame Lieder für den Abschluss zum Thema Fürbitte sind z. B.: „Behüte, Herr, die ich dir anbefehle“ (KlangFülle 104), „Der Mond ist aufgegangen“ (EG 482) oder zum Thema „Dein Reich komme“: „Sonne der Gerechtigkeit“ (EG 262) oder „Lord, reign in me“ (KlangFülle 33).

Segen

*Gott von Ewigkeit zu Ewigkeit,
segne Tun und Lassen,
Arbeit und Ruhe,
den besonderen Tag und den Alltag;
segne uns
mit deiner Kraft,
mit deiner Phantasie,
mit deiner Liebe
bis wir und alle anderen
heil und ganz sind
in deinem Reich.*

Hanne Köhler, in: Der Gottesdienst Bd. 1 © 2001, Gütersloher Verlagshaus, Gütersloh, in der Verlagsgruppe Random House GmbH, S. 679f.

oder:

Jesu Mut beflügele unser Reden.

Gottes Geist stärke unsere Gemeinschaft.

Das Reich Gottes wachse mitten unter uns.

Es segne und begleite uns der dreieinige Gott,

der Vater, der Sohn und der Heilige Geist.

Segenssprüche in der Evangelischen Kirche in Hessen und Nassau: <http://www.ekhn.de/aktuell/gluecksegen/ueber-den-segen/segenssprueche/segenssprueche-allgemein.html>.

Die Bibel wird geschlossen, die Kerze ausgeblasen. Stille ...
Wer noch Zeit hat, kann gerne mit den anderen im Gespräch bleiben, hören, wo man sich gegenseitig im Gebet unterstützen kann, oder überlegen, wie und wo das Reich Gottes kommt.

Fünfte Einheit

„Dein Wille geschehe im Himmel wie auf Erden“ In Gottes Handeln einwilligen

Worum geht es in dieser Einheit?

Jesus geht in der Regel auf die Wünsche und Bedürfnisse der Menschen ein. Er zwingt seinen bzw. Gottes Willen anderen nicht auf. So fragt er z. B. den blinden Bartimäus: „Was willst du, dass ich für dich tun soll?“ (Lk 18,41)

Dementsprechend wird den Teilnehmenden zunächst Zeit gegeben, ihren eigenen Wünschen und Bedürfnissen auf die Spur zu kommen. In einem zweiten Schritt überlegt die Gruppe in einer Bibelarbeit, was der Wille Gottes für diese Welt und die Menschen ist. Mit den daraus gewonnenen Erkenntnissen werden aktuelle Nachrichten analysiert. Abschließend stellt sich die Gruppe der Frage, was es in diesem Zusammenhang bedeutet, in den Willen Gottes einzuwilligen und sich an ihm zu beteiligen.

Ein kurzer Überblick

Zeit	Inhalt	Was wird gebraucht?	Wer macht's?
10 min	Liturgisches Ankommen	Musik, Kerze, Bibel, Blumen, Liederbücher	
10 min	Rückblick		
15 min	Einzelarbeit: „Was willst Du, dass ich für dich tun soll?“	Wollfäden, Blätter, Stifte	
10 min	Bibelarbeit: Gottes Wille	Karten mit Stichworten, Tücher, Plakate	
20 min	Gruppengespräch: In Gottes Willen einwilligen	Tageszeitungen, Nachrichten	
5 min	Impuls zum Willen Gottes		
15 min	Fortsetzung des Gruppengesprächs		
5 min	Schritte auf dem Weg		
10 min	Liturgischer Abschluss	Liederbücher	

Raumgestaltung

Im Raum können Bilder vom Tagesgeschehen aus Zeitschriften und Zeitungen aufgehängt sein, auf denen Schiffe mit Flüchtlingen zu sehen sind oder vom Krieg zerstörte Häuser, politische Ereignisse oder von Menschen verursachte Katastrophen.

Liturgisches Ankommen (10 min)

Beginnen Sie mit dem gewohnten ruhigen Ritual, das in Einheit 1 eingeführt ist.

Dann fragen Sie die Teilnehmenden, ob es etwas Aktuelles gibt, für das gleich zu Anfang gebetet werden kann. Nach einem Lied nimmt ein Teammitglied diese Anliegen im Eingangsgebet auf:

Mein Herr und mein Gott,

nimm alles von mir, was mich hindert zu dir.

Mein Herr und mein Gott,

gib alles mir, was mich fördert zu dir.

Mein Herr und mein Gott,

nimm mich mir und gib mich ganz zu eigen dir.

Nikolaus von der Flüe, in: EG 824.

[Fürbitte für aktuelle Anliegen]

Folgende Lieder passen zum Thema: „Das sollt ihr Jesu Jünger nie vergessen“ (EG 221,1-3), „Wer nur den lieben Gott lässt walten“ (EG 369), „Ich seh empör zu den Bergen“ (KlangFülle 65), „Vorbei sind die Tränen“ (KlangFülle 107).

Rückblick (10 min)

Im Gespräch miteinander geht es in den Kleingruppen an den Tischen vor allem um Folgendes: Beim letzten Treffen wurden mehrere Vorschläge benannt, wie man von den Sehnsüchten und Notlagen anderer Menschen erfährt und für sie beten könnte. Welche dieser Ideen konnten umgesetzt werden? Wie ist es den Teilnehmenden dabei ergangen? Anregungen oder Schwierigkeiten, die für alle interessant sind, werden im Plenum besprochen.

Einzelarbeit: „Was willst du, dass ich für dich tun soll?“

(15 min)

Führen Sie die Teilnehmenden ins Thema ein:

In der Vergangenheit haben Christen immer wieder vermutet: Um Gottes Willen tun zu können, müsse der eigene Wille gebrochen werden. So verstehen viele bis heute die Vaterunserbitte „Dein Wille geschehe“. Dagegen fällt kaum auf, wie sehr Jesus auf die Bitten und Anliegen der Menschen eingeht, die ihm begegnen. So fragt er z. B. den blinden Bartimäus, als dieser ihn um Hilfe bat: „Was willst du, dass ich für dich tun soll?“ (Lk 18,41) Nicht umsonst hat Gott die Menschen mit einem eigenen Willen geschaffen, der viel Kraft und Energie freisetzt.

Die Teilnehmenden beschäftigen sich still mit der Frage: „Was willst Du, das Jesus für Dich tun soll?“ Ohne (innere) Zensur können sie alle Wünsche, Bedürfnisse und Sehnsüchte für sich (z. B. in ihr Gebetstagebuch) aufschreiben. (5 min)

In einer weiteren Phase mit Schweigen (ca. 5 min) können die Teilnehmenden ihre Wünsche leise Gott mitteilen. Schlagen Sie den Teilnehmenden vor, symbolisch drei der Wünsche in einen Wollfaden zu kneten und diesen auf die Bibel (aufgeschlagen bei Lukas 18) zu legen. Erfahrungsgemäß ist diese Übung sehr intensiv. Hier könnte Redebedarf in der Gruppe bestehen.

Schließen Sie diese persönliche Besinnung mit folgendem Hinweis:

Unsere ganz persönlichen Sehnsüchte und eigenen Wünsche werden von manchen Christen negativ eingeschätzt, als seien sie ein Fremdkörper in uns. Dabei gehören unsere Bedürfnisse nach Zärtlichkeit und Gesehenwerden wie der Hunger und Durst zu uns Menschen. So sind wir von Gott geschaffen. Manchmal, wenn man sich seiner unterschiedlichen Bedürfnisse bewusst wird, überrascht die Entdeckung,

dass man nicht alle Sehnsüchte gleichzeitig gestillt bekommen kann. Weil sie nämlich einander widersprechen. Zum Beispiel ist der Wunsch nach selbstständigem Arbeiten nur schwer mit dem Bedürfnis zu vereinbaren, möglichst nichts falsch zu machen. Es entlastet, mit Gott über unsere so unterschiedlichen Träume, über das, was wir wollen und nicht wollen, wie wir gerne wären und nicht sein wollen, zu sprechen. Mehr noch: Gott nach seinen Vorstellungen für mein Leben zu fragen, hilft mir, mich für die eine oder andere Sehnsucht zu entscheiden. Damit kläre ich mich und das, was ich wirklich will. Diese Klärung ist lebensförderlich, auch wenn es dadurch nicht automatisch leichter wird!

Bibelarbeit: Gottes Wille (10 min)

Im Raum sind zwei Bereiche (Tische) vorbereitet, einer mit einem weißen Tuch und einem großen Plakat „Gott will ...“, der andere mit einem schwarzen (besser noch dunkelgrauen) Tuch und einem großen Plakat „Gott will nicht ...“. Im restlichen Raum werden nun Karten mit Stichworten und leere Karten verteilt (Kopiervorlagen unter www.emmaus-kurs.de).

Nacheinander nehmen die Teilnehmenden die Karten auf und ordnen sie einem Bereich zu. Sie begründen ihre Zuordnung. Wenn ihnen nicht unmittelbar ein Argument einfällt, können sie die Karte umdrehen und den dazugehörigen Text aus den biblischen Büchern vorlesen.

Gruppengespräch: In Gottes Willen einwilligen (20 min)

In einem vertiefenden Schritt kommen die Teilnehmenden darüber ins Gespräch, wie sich die Erkenntnisse aus der Bibelarbeit in der heutigen Zeit anwenden lassen. Als Anregung dient folgende Aufgabe:

In Kleingruppen werden Tageszeitungen gelesen oder es werden gemeinsam aktuelle Nachrichten geschaut mit folgenden Fragestellungen:

- Wo wird der Wille Gottes in diesen Meldungen erkennbar? Und wo nicht?

- Was würde es für uns bedeuten, wenn wir in Bezug auf diese Nachrichten in Gottes Willen einwilligen?

In Kleingruppen diskutieren sie darüber.

Zum Schluss ordnen die Teilnehmenden drei Meldungen jeweils einem der Bereiche („Gott will ...“/„Gott will nicht ...“) zu und begründen ihre Entscheidung.

Impuls zum Willen Gottes (5 min)

Der folgende Impuls sollte die Ergebnisse des Gesprächs in den Gruppen aufgreifen und vertiefen.

Wer im Vaterunser Gott bittet „Dein Wille geschehe“, ist – konsequent zu Ende gedacht – bereit, in die Aktivität Gottes in dieser Welt einzuwilligen und mitzumachen. Es ist ein vertrauensvolles Zustimmung zum Handeln Gottes. Da Gott unsere Beteiligung will, bedeutet Zustimmung immer auch ein selbst Aktivwerden. Auf diese Weise erfüllt sich ganz anders als gedacht das Sprichwort: „Wo ein Wille ist, ist auch ein Weg.“ Und unser Weg ist Christus (Joh 14,6). Dieses Einstimmen in den Willen Gottes ist also etwas ganz anderes als Resignation.

Jesus geht es übrigens nicht in erster Linie darum, Gesetze zu erfüllen oder Gebote nicht zu übertreten. Gott und sein Wille sind schöpferisch, befreiend und heilend. Wir können unseren gottgegebenen Verstand einsetzen, die geschenkte Fantasie nutzen und in der ermöglichten Freiheit die guten, lebensförderlichen Ideen Gottes mit umsetzen. Als Hilfe dafür hat uns Gott seinen Geist geschenkt.

Unterscheiden lässt sich der Wille Gottes an seiner Wirkung, an seinen Früchten, „die der Geist Gottes hervorbringt, [sie bestehen] in Liebe, Freude, Frieden, Geduld, Freundlichkeit, Güte, Treue, Rücksichtnahme und Selbstbeherrschung.“ (Gal 5,22 NGÜ) Denn Gott will unsere Heiligung, nicht Leid, sondern Heil, ein Leben in Freiheit und in Fülle. Das gilt für alle Menschen. Darum ist z.B. die Feindesliebe ein Kennzeichen der Kinder Gottes. Sie verhindert egoistische Motive bei diesem Gebet.

Martin Luther hat es im kleinen Katechismus zusammengefasst, wenn er schreibt: „Gottes guter, gnädiger Wille geschieht wohl ohne unser Gebet; aber wir bitten in diesem Gebet, dass er auch bei uns geschehe.“

Fortsetzung des Gruppengesprächs (15 min)

Beim letzten Mal ist die Fürbitte als Möglichkeit, in den Willen Gottes einzustimmen, thematisiert und geübt worden. Diesmal geht es um Möglichkeiten des eigenen Handelns, der aktiven Einflussnahme und Mithilfe. Folgende Fragen führen das begonnene Gespräch weiter:

- „Einwilligen in den Willen Gottes“ bedeutet, auch selbst aktiv zu werden. Was hätte das für Konsequenzen für uns heute angesichts der Nachrichten?
- Welche persönlichen Schritte könnte sich die Gruppe in naher Zukunft vornehmen, um sich daran zu beteiligen, dass Gottes Willen erkennbar wird?

In der Diskussion darüber sollte darauf geachtet werden, dass man sich nicht ins Allgemeine und Unkonkrete flüchtet. Je konkreter und realistischer Möglichkeiten erarbeitet werden, desto höher die Wahrscheinlichkeit und die Bereitschaft, dass sie auch tatsächlich „auf Erden“ in die Tat umgesetzt werden. Gespräch und Tun sind wie die Innen- und die Außenseite in einer Beziehung. Zum Beten gehört das Handeln. Hier oder bei den „Schritten auf dem Weg“ soll genug Zeit sein, sich für eine der Möglichkeiten zu entscheiden oder zu verabreden.

Ein Beispiel: Während der Abfassung dieses Buches wird in Deutschland intensiv über Hilfe für Flüchtlinge diskutiert. Welche Möglichkeiten gibt es vor Ort, Flüchtlingen zu helfen? Wo kann man sich engagieren oder privat beteiligen? Wie wäre es mit Hausaufgabenhilfe oder einer Einladung zum Essen? Überlegen Sie, ob Sie als Gruppe etwas vereinbaren wollen, das Sie ausprobieren, oder als Einzelne.

Schritte auf dem Weg (5 min)

Wenn in der Gruppenarbeit konkrete Vorhaben abgesprochen wurden, können hier noch einmal Vereinbarungen dazu getroffen werden.

Regen Sie auch an, manches aus den Nachrichten in die Fürbitte zu übernehmen.

Beim nächsten Treffen wird die Bitte „Unser täglich Brot gib uns heute“ im Mittelpunkt stehen. Da soll es „himmlisch auf Erden“ zugehen. Darum werden alle gebeten, etwas zu essen mitzubringen.

Liturgischer Abschluss (10 min)

Nach einem Lied soll das folgende Sendungswort ermutigen und überleiten in eine gemeinsame Stille.

Einmal am Tag,

*da solltest du ein Wort in deine Hände nehmen,
ein Wort der Schrift.*

Sei vorsichtig,

es ist so schnell erdrückt

und umgeformt, damit es passt.

*Versuch nicht hastig, es zu „melken“, zu erpressen,
damit es Frömmigkeit absondert.*

Sei einfach einmal still.

*Das Schweigen, Hören, Staunen ist bereits Gebet
und Anfang aller Wissenschaft und Liebe.*

Betaste das Wort von allen Seiten,

dann halt es in die Sonne

und leg es an das Ohr wie eine Muschel.

Steck es für einen Tag

wie einen Schlüssel in die Tasche,

wie einen Schlüssel zu dir selbst.

Fang heute an!

Vielleicht damit:

„Dein Wille geschehe,

wie im Himmel, so auf Erden !“

Paul Roth: Einmal am Tag, in: Anton Rotzetter: Am Morgen einer neuen Zeit

© Verlag Herder GmbH, Freiburg im Breisgau 2002, S. 29.

[Die Gruppe schweigt miteinander.] (3 min)

Es folgt ein Abendgebet (EG 853) – wieder ein Beispiel für ein Gebet aus der Tradition. Es ist diesmal mit Bewegungen verbunden. Unser ganzer Körper betet. Dazu stehen alle im Kreis. Ein Mitarbeitender macht die Bewegungen für alle gut nachvollziehbar vor.

Unser Abendgebet steige auf zu dir, Herr,

Die Hände bilden eine Schale vor dem Bauch, heben die Schale hoch zum Kopf.

und es senke sich auf uns herab dein Erbarmen.

Die Hände lassen das Erbarmen über Kopf, Schulter, Körper fließen.

Dein ist der Tag und dein ist die Nacht.

Bei „Tag“ sind beide Hände rechts in Hüfthöhe aufeinander gelegt.

Die linke Hand wird offen über den Kopf auf die linke Seite geführt.

Bei „Nacht“ folgt die rechte nach.

Lass, wenn des Tages Schein vergeht,

Hände nach oben öffnen, loslassen, fallen langsam zu „Boden“ – locker an die Seiten.

das Licht deiner Wahrheit uns leuchten.

Finger öffnen sich,

„sammeln“ mit großer Armbewegung Strahlen ein, berühren das Gesicht.

Geleite uns zur Ruhe der Nacht

Die Hände fassen den Nachbarn/die Nachbarin.

und vollende dein Werk an uns in Ewigkeit. Amen.

Beide Hände beschreiben einen großen Kreis, die rechte Hand geht über in eine Spirale.

Zum Schluss werden beide Hände aufs Herz gelegt.

Segen

*Gott segne euch mit Geduld für das,
was erst noch wachsen muss.*

Gott segne euch mit offenen Augen

*für seine Spuren in den Herausforderungen des Lebens.
Gott segne euch mit Mut für das Gute einzustehen,
und die Zuversicht, dass nie umsonst ist,
was ihr tut in seinem Namen.*

*Gott segne euch mit Lust, seinem Wort zu lauschen,
Kraft, seinem Willen zu folgen
und zu wachsen in Glauben, Hoffnung und Liebe,
damit Euer Leben Frucht bringt, die bleibt. Amen.*

Nach Wolfhart Koepen, in: Gottesdienst Praxis Serie B. Weihnachten und Jahreswechsel, Gütersloh 1996.

Bevor die Kerze ausgepustet wird, nehmen alle ihren Wollfaden mit den Knoten aus der Einzelarbeit wieder an sich. Dieser könnte in der nächsten Zeit z. B. im Portemonnaie an die Wünsche erinnern.

Filmtipp

Ein interessanter Film zu diesem Thema ist „Bruce Allmächtig“ mit Jim Carrey und Morgan Freeman (2003). Es geht dabei um einen Fernsehreporter, der unzufrieden mit Gottes Entscheidungen über seine Gebete ist. So bekommt er für eine Weile die Fähigkeiten Gottes und lernt, Gott nicht für seine Interessen einzuspannen, sondern so zu beten, dass das Wohl anderer Menschen zum Gebetsanliegen wird.

Sechste Einheit

„Unser tägliches Brot gib uns heute“ Himmlisch essen und irdisch beten

Worum geht es in dieser Einheit?

Mit der Bitte um das tägliche Brot bekennt der Betende seine Abhängigkeit von Gott. Alles für das Leben Notwendige kann von Gott erbeten werden. Das erfahren die Teilnehmenden in dieser Einheit ganz praktisch beim gemeinsamen Essen und Arbeiten mit der Bibel.

Für den Ablauf der Einheit gibt es neben dem Vorschlag, dass alle Teilnehmenden etwas zu essen mitbringen, Alternativen: Variante A) Jemand erklärt sich bereit, ein frisches Brot zu backen oder zu kaufen. Während einer ausführlichen Meditation zum Brotteilen (siehe www.emmaus-kurs.de) wird das Brot geteilt und gegessen. Variante B) Alle kochen gemeinsam und essen zusammen.

Ein kurzer Überblick

Zeit	Inhalt	Was wird gebraucht?	Wer macht's?
5 min	Liturgisches Ankommen	Musik, Kerze, Bibel, Blumen, Liederbücher	
40 min	Tischlesung und Tischgespräch: Manna und Wachteln	Bibel	
20 min	Plenumsdiskussion mit Input		
10 min	Rückblick und Schritte auf dem Weg		
10 min	Liturgischer Abschluss	Liederbücher	

Raumgestaltung

Liebevoll gedeckte Tische, der Duft nach frischem Brot, ein vorbereiteter Büfettisch für die mitgebrachten Speisen, Getränke, fröhliche Musik im Hintergrund – für den heutigen Abend gibt es viele Gestaltungsmöglichkeiten.

Liturgisches Ankommen (5 min)

Mit ein, zwei Liedern oder mit dem vertrauten Ablauf aus der ersten Einheit wird das Treffen eröffnet.

Liedvorschläge: „Du öffnest deine Hand“ (KlangFülle 52), „Schmecket und sehet, wie freundlich unser Gott ist“ (KlangFülle 90), „Kommt mit Gaben und Lobgesang“ (EG 229), „Ich singe dir mit Herz und Mund“ (EG 324), „Aller Augen warten auf Dich, Herre“ (EG 461).

Ein mögliches Gebet:

*Von deiner Gnade leben wir,
und was wir haben, kommt von dir.
Drum sagen wir dir Dank und Preis,
tritt segnend ein in unsern Kreis. Amen.*

Tischlesung und Tischgespräch: Manna und Wachteln (40 min)

Das Essen beginnt: Guten Appetit! Nun kann man es sich himmlisch schmecken lassen. Wie in einem Kloster gibt es zum Essen eine Tischlesung, passend zum Thema aus dem Buch Exodus, Kapitel 16, Verse 1-31.

[Lesung Exodus 16,1-31]

Das Tischgespräch soll dem Austausch über konkrete Fragen zum Thema dienen. Beginnen Sie mit:

- Was können wir aus dieser Geschichte lernen *für unsere eigenen Bitten um unser tägliches Brot?*

Vor dem Nachtisch oder während des Essens werden die Ergebnisse zusammengetragen. (Z. B. Gott weiß, dass wir Nahrung brauchen. Alle bekommen, soviel sie brauchen, nicht mehr, aber auch nicht weniger. Auch in Phasen der Ruhe sorgt Gott vor.)

Während des Desserts oder im zweiten Teil des Essens kann folgende Frage Thema an den Tischen sein:

- Was ist mir außer Essen noch wichtig im Leben? Welche Nahrung brauche ich noch für meinen Leib und meine Seele (z. B. Zärtlichkeit, einen verständigen Chef, einen Garten)?

Lassen Sie die Teilnehmenden die beim Essen angesprochenen Punkte auf ein großes Plakat schreiben, auf dem in der Mitte „Brot“ steht oder ein echtes Brot liegt. Erläutern Sie dazu:

Martin Luther hat das genau so verstanden. In seinem kleinen Katechismus antwortet er auf die Frage „Was heißt denn tägliches Brot?“. „Alles, was not tut für Leib und Leben, wie Essen, Trinken, Kleider, Schuh, Haus, Hof, Acker, Vieh, Geld, Gut, fromme Eheleute, fromme Kinder, fromme Gehilfen, fromme und treue Oberherren, gute Regierung, gut Wetter, Friede, Gesundheit, Zucht, Ehre, gute Freunde, getreue Nachbarn und desgleichen.“

Plenumsdiskussion mit Input (20 min)

Diskutieren Sie im Plenum über die Fragen:

- Inwiefern ist es legitim, von Gott sogar die alltäglichsten Bedürfnisse zu erbitten?
- Welchen Unterschied macht es, ob man um etwas bittet, was man braucht, oder um etwas, was man will?

Hintergrundinformationen

Die folgenden Hintergrundinformationen können in die Diskussion eingebracht werden (sollten aber nicht länger sein als die Beiträge der Gruppe).

1. Wir brauchen uns nur Kinder vor Augen zu halten, um zu wissen, wie sehr es zu unserer Natur als Menschen gehört, Dinge für uns selbst zu erbitten. Als Erwachsene lernen wir dann, dies mit Anstand und auf angemessene Weise zu tun, aber unser eigentliches Wesen ändert sich nicht!
2. So wie menschliche Eltern es lieben, ihr Kind zu versorgen und mit allem Nötigen auszustatten, so liebt Gott es, für uns zu sorgen (Mt 6,25-34; 7,7-11). Jesus zeigt uns mit dem Vaterunser, dass es völlig in Ordnung ist, Gott um das zu bitten, was wir brauchen.

3. Wenn wir mit Gott über unser ganz alltägliches Leben reden, dann schaffen wir damit die Grundlage für unsere Beziehung zu ihm. Problematisch wird das nur, wenn unser Beten ausschließlich aus solchen Bitten besteht. Aus diesem Grund ist vermutlich die Reihenfolge im Vaterunser so: erst der Lobpreis, dann die Fürbitten und zum Schluss die Bitten.
4. Frühe Bibelkommentare hatten Schwierigkeiten damit, dass Jesu erste Bitte im Vaterunser eine Bitte um Nahrung, also wirklich um unser „tägliches Brot“ ist. Deshalb haben sie diese Bitte allegorisch ausgelegt. Sie meinten zum Beispiel, das Brot sei ein Bild für das Wort Gottes oder das Abendmahl als „Brot des Lebens“. Die Erfahrungen der Menschen, die wir in der Bibel aufgeschrieben finden, sind aber so, dass Gott die ganz praktischen Bedürfnisse der Menschen am Herzen liegen: Wir haben im Buch Exodus gelesen, wie er die Menschen in der Wüste mit Wasser, Brot und sogar Fleisch versorgt.
5. Man ist sich nicht einig über die genaue Bedeutung des griechischen Wortes *epiousios*, das meist mit „täglich“ übersetzt wird. Es kann auch „nötig zum Überleben“, „für den heutigen Tag“ oder „für den morgigen Tag“ bedeuten.
6. Von dieser letzten Möglichkeit ausgehend haben einige Übersetzer den Vers folgendermaßen übertragen: „Gib uns heute das Brot, das für morgen bestimmt ist“. Sie dachten dabei an das Brot vom Tisch des himmlischen Festmahles, an einen Vorgeschmack auf das Reich Gottes, um dessen Kommen am Anfang des Vaterunsers gebetet wird.
7. Alle Bedeutungsmöglichkeiten erinnern uns daran, dass Gott für unseren Körper und unseren Geist sorgt und uns in Jesus einen Vorgeschmack davon gibt, wie reich der Tisch im Himmel gedeckt sein wird.
8. Wir bitten Gott darum, uns mit dem zu versorgen, was wir zum Leben brauchen. Natürlich müssen trotzdem die meisten von uns ihren Lebensunterhalt verdienen, für sich selbst und andere sorgen. Wir merken aber, wie wenig wir das Gelingen selbst in der Hand haben trotz unseres Fleißes. Mit dieser Bitte bekennen wir unsere Abhängigkeit

von Gott: Nichts ist selbstverständlich!

9. Sie erinnert uns gleichzeitig daran, dass oft wir selbst das Werkzeug für die Antwort auf unsere Gebete sind.

Rückblick und Schritte auf dem Weg (10 min)

Der Rückblick, der sonst am Anfang steht, kann an dieser Stelle stattfinden. Wie ist der Stand der Vorhaben, über die in der letzten Einheit gesprochen wurde? Gibt es davon etwas zu berichten? Im Übrigen erinnern diese Vorhaben an die Solidarität mit anderen Menschen, wie auch die heute besprochene Bitte lautet „*unser tägliches Brot*“.

Zum Mitnehmen kann es folgenden Hinweis geben:

Diese Vaterunserbitte regt kurze, spontane Gebete im Alltag an – wir können um Alltägliches beten! Ich kann an der Bushaltestelle kurz innehalten und Gott für die kleine Blume am Wegesrand danken. Kurz vor einer Sitzung bitte ich Jesus, mir Freundlichkeit für einen Kollegen zu schenken, mit dem ich meine Mühe habe. Beim Staubwischen staune ich über mein Leben und diese Welt und beginne vielleicht zu singen, Gott lob. Wie geht es uns in einer Woche voller alltäglicher Bitten und Gebete?

Liturgischer Abschluss (10 min)

Abschließend stellen sich alle in einen Kreis.

In der Mitte liegen Zettel mit folgenden Texten aus:

- Ich danke dir, Gott, für ...
- Ich bin dir dankbar, Jesus Christus, weil ...
- Ich hoffe, Heiliger Geist, auf ...

Nach einer kurzen Einleitung können sich alle am Gebet beteiligen, in dem sie immer einen der Sätze laut ergänzen z. B.:

„Ich danke dir, Gott, für die Grundidee der nachwachsenden Rohstoffe. Ich bin dir dankbar, Jesus Christus, weil es uns so gut geht. Ich hoffe, Heiliger Geist, auf Menschen, die sich für eine

gerechte Verteilung einsetzen.“

Bestimmt sind auch Dank und Lob für das vorzügliche Essen und Trinken während des zurückliegenden Abends darunter. Jemand vom Team schließt das Gebet ab.

Lieder: „Soviel du brauchst“ (KlangFülle 47), „Gib uns, was wir brauchen“ (KlangFülle 51 und 60), „Danke“ (EG 334).

Segen

Sei gesegnet:

Ohne die Sorge zu haben, dass nicht genügt, was du hast.

Sei gesegnet:

Ohne die Angst zu haben, dass nicht ausreicht, was du bewegst.

Sei gesegnet:

Ohne die Furcht zu haben, dass nicht zählt, was du tust.

Du bist gesegnet:

Vor Gott genügt, zählt und reicht immer aus – seine Gnade.

Amen

(unbekannt)

Die Bibel wird geschlossen, die Kerze ausgeblasen, ein Moment der Stille ... Dann verabschieden Sie sich. Laden Sie auch zum nächsten Treffen wieder herzlich ein und geben Sie einen kurzen Ausblick darauf. Beim Aufräumen ist noch Zeit für Gespräche.

Siebte Einheit

**„Und vergib uns unsere Schuld, wie auch wir vergeben unsern Schuldigern. Und führe uns nicht in Versuchung, sondern erlöse uns von dem Bösen.“
Vergebung leben und gesunden**

Worum geht es in dieser Einheit?

Diesmal stehen die Vergebung und die Versuchung im Vordergrund. In welchen Bereichen bleiben Gruppen wie z. B. Hauskreise oder Gemeinden anderen etwas schuldig oder werden schuldig? Welchen Versuchungen sind sie ausgesetzt? Und wie können sie damit umgehen? In Bibelarbeiten und Diskussionen, in Gebeten und Ritualen versuchen die Teilnehmenden sich diesem komplexen Thema zu nähern.

Die Einheit kann auch in zwei Einheiten geteilt werden.

Ein kurzer Überblick

Zeit	Inhalt	Was wird gebraucht?	Wer macht's?
10 min	Liturgisches Ankommen	Musik, Kerze, Bibel, Blumen, Liederbücher	
10 min	Rückblick		
10 min	Gruppengespräch und Impuls: Brot und Schuld		
10 min	Bibelarbeit: „unsere Schuld“	Schwarzer Karton, weißer Stift	
10 min	Diskussion: „... wie wir vergeben unsern Schuldigern.“	Kopien der „Thesen zur Vergebung“ für alle Teilnehmenden	
3 min	Impuls: „Und führe uns nicht in Versuchung ...“		
25 min	Bibelarbeit: „... erlöse uns von dem Bösen.“	Bibel	
5 min	Schritte auf dem Weg	Impulsblätter „Examen“ und „Schritte zur Vergebung“	
15 min	Liturgischer Abschluss	Bibeln, Schale, Liederbücher	

Raumgestaltung

Im Raum könnten Bilder von Menschen sein, die sich umarmen oder die Hände reichen (z. B. Merkel und Obama/schwarze und weiße Hände), oder Bilder mit versöhnenden Gesten wie z. B. Willy Brandts Kniefall in Warschau, Nelson Mandela mit Frederik de Klerk.

Liturgisches Ankommen (10 min)

Für den liturgischen Anfang eignet sich dieses Mal folgendes Ritual, weil es das Thema aufnimmt:

Alle Teilnehmenden stellen sich im Kreis auf, Blickrichtung nach außen, Hände hängen seitlich am Körper. Jemand vom Team leitet das Ritual wie folgt an. Er spricht langsam, mit genug Pause und beschreibt dabei, was geschieht:

Hier stehe ich. Ich bin ganz da.

Ich spüre meine Füße, den Boden unter den Füßen.

Ich atme ...

Ich hebe meine Hände und halte sie vor mich wie eine Schale.

Ich schaue in die Schale und erinnere mich an manches, was mir der Tag bisher gebracht hat.

Nun öffne ich meine Hände, drehe sie zum Boden hin und lasse alles los, gebe es zurück in die Hände Gottes.

Ich hebe meine Hände zum Himmel und öffne mich für Gott.

Mit erhobenen Händen drehe ich mich nach innen.

Langsam lasse ich meine Arme sinken

und halte sie offen wie für eine Umarmung

und öffne mich damit für die anderen Menschen, denen ich heute hier begegne.

Freundlich schaue ich die anderen an.

In ihnen begegnet mir Jesus Christus.

Ich forme meine Hände wie eine Schale,

bereit das Neue aufzunehmen, was mir heute angeboten wird.

Eine andere Person aus dem Team betet dann:

Gott, in Frieden kommen wir zusammen.

Wir sind offen für die Begegnung mit Dir und mit den anderen.

Nimm alles weg, was jetzt noch stören könnte.

Und segne unser Zusammensein. Amen.

Lieder: „Wo Menschen sich vergessen“ (KlangFülle 98), „Gnädiger Gott, lass dein Angesicht leuchten!“ (KlangFülle 18), „Befiehl du deine Wege“ (EG 361).

Rückblick (10 min)

Beim letzten Treffen ging es um die Bitte um das tägliche Brot. Sie erinnert daran: Nichts ist selbstverständlich; für vieles Un-scheinbare kann man dankbar sein. Der Austausch zu zweit oder dritt kann daher diesmal unter der Fragestellung stehen:

- Hat das bewusste Bitten um das tägliche Brot mein Beten in der letzten Zeit verändert?
- Was habe ich entdeckt in den kleinen Dingen des Lebens?
- Gibt es andere offene Fragen?

Gruppengespräch: Brot und Schuld (5 min)

Folgende Frage soll nun im Plenum besprochen werden:

- Interessanterweise folgt unmittelbar an die Bitte um das tägliche Brot die Bitte um Vergebung. Beide Bitten sind mit einem Und sogar verbunden: „Gib uns unser täglich Brot und vergib uns unsere Schuld“. Was meinen Sie: Wie ist dieser Zusammenhang von den Betenden zu verstehen?

Hintergrundinformationen zum Vaterunser erhellen die eben besprochene Frage.

Das Vaterunser ist vor dem Hintergrund der Geschichte des Volkes Israels formuliert. Die drei miteinander verbundenen Bitten um das tägliche Brot, um Vergebung und um Erlösung von Versuchung, erinnern an das Mannawunder (siehe Tischlesung und Bibelarbeit in der vorhergehenden Einheit). Es rief zum täglichen Vertrauen zu Gott auf, weil die Menschen nur so viel sammeln sollten, wie sie am selben Tag benötigten. Und was passierte? „Aber sie gehorchten Mose nicht. Und etliche ließen davon übrig bis zum nächsten

Morgen; da wurde es voller Würmer und stinkend. Und Mose wurde zornig auf sie.“ (Ex 16,20 LUT) Trotz Befreiung von der täglichen Sorge um Nahrung bleiben die Unfähigkeit zu vertrauen und die Versuchung, sich selbst kümmern zu wollen. Da liegt die Gefahr des Schuldigwerdens nahe.

Kurz nach dem Wunder des täglichen Manna werden dem Volk Israel am Berg Sinai die zehn Gebote übergeben. Vorausgegangen ist dem die Befreiung des Volkes aus der Knechtschaft in Ägypten (Ex 20,2). Hierdurch ist zwischen Gott und dem Volk eine tragfähige Beziehung entstanden, die nun mit den Geboten eine neue Form bekommt.

Beim Beten des Vaterunsers wird man an diese Zusammenhänge erinnert: Freiheit ist dabei ein durchgängiges Motiv. So bitten wir um die Befreiung von der täglichen Sorge um das Überleben und üben damit jeden Tag ein, Gott zu vertrauen. Auch vom Misstrauen befreit uns Gott durch die Vergebung und damit aus den zerstörerischen Abhängigkeiten von Schuld und Sünde. Indem wir selbst anderen vergeben, werden wir frei von ungesunden Bindungen und unnötigen Belastungen, die wir anderen nachtragen. Als doppelt Befreite fällt es uns leichter, Versuchungen zu widerstehen; schließlich sind wir nicht mehr von der Angst gefangen, zu kurz zu kommen. Allein das ist schon Erlösung.

Konkret wird diese Freiheit immer dann, wenn Vergebung gewährt wird: zum einen da, wo wir anderen vergeben; und zum anderen dort, wo wir Gottes Vergebung annehmen.

Voraussetzung für diese gewonnene Freiheit ist Jesus Christus, sein Tod am Kreuz und seine Auferstehung. In dieser Freiheit, die Gott der Vater seinen Kindern durch Jesus Christus ermöglicht, ist auch unser Verhältnis zu Gott begründet.

Bibelarbeit: „Unsere Schuld“ (10 min)

Führen Sie nun die Gedanken des Briefschreibers Johannes ein und lassen sie sie vorlesen: 1. Johannes 1,6-2,2. Es eignet sich die Übersetzung der Basis-Bibel. Sie bleibt im Duktus des Vaterunsers und beim „Wir“ und benutzt das Wort „Schuld“ anstelle von Sünde.

Diskutieren Sie:

- Wie verstehen Sie diese Worte von Johannes?
- Wo werden wir als Gruppe, als Gemeinschaft, als Kirche, als Gesellschaft schuldig? Wann bleiben wir anderen etwas schuldig? (Bleiben wir z. B. in unserer Gemeinschaft lieber für uns, weil Neue nicht so sind wie wir? Stehen für uns als Kirche stärker die Traditionen im Vordergrund und fördern wir deshalb innovative Neuerungen zu wenig? Grenzen wir uns eher von anderen ab und erlauben es nur einigen, nach Europa zu kommen?)

Wenn möglich notieren Sie genannte Punkte auf schwarzem Karton mit weißer Kreide oder weißem Filzstift. Sie werden beim Schlussgebet gebraucht.

Diskussion: „... wie wir vergeben unseren Schuldigern.“

(10 min)

Ein an Gesellschaftsfragen interessiertes Gremium in Luxemburg, genannt Luxemburger Kommission »Justitia et Pax«, hat zur Jahrtausendwende 10 Thesen zur Vergabung aufgestellt. Verzeihen und Versprechen. Der Gerechtigkeit und dem Frieden eine Chance geben im dritten Jahrtausend. Luxemburg 2000, siehe www.emmaus-kurs.de. Teilen Sie diese aus und bitten Sie die Teilnehmenden, sich in Kleingruppen je drei Thesen auszuwählen und diese zu diskutieren. Gegebenenfalls machen Sie darauf aufmerksam, dass auch diese Bitte im Plural formuliert ist: „wir vergeben“. Bitten Sie die Teilnehmenden, ihre eigenen Reaktionen auf diese Thesen jeweils in einem Satz zu notieren, als Ergänzung zu den Thesen. Diese Sätze werden zum Abschluss vorgelesen.

Information

Sie können zu diesem Thema noch einen vertiefenden Hinweis geben:

Wer nicht vergibt und im wahrsten Sinn des Wortes nachtragend ist, der muss auf Dauer ganz schön viel mit sich herumschleppen. Leichter und gesünder für Seele und Körper ist es, loszulassen und zu vergeben. In Amerika hat man

festgestellt, dass Vergebung sogar zum Abnehmen beiträgt. Aus diesem Grund ist die Bitte um Vergebung ein Weg aus Bitterkeit und aus dem „Sich-Beschweren“ über andere bzw. durch andere. Anders gesagt: Wenn wir festhalten, was wir anderen zur Last legen, können wir unsere Hände nicht offen und leer zu Gott ausstrecken, um von ihm zu empfangen (Mt 18,23-35). Schärfere noch: Wir können nicht von Gott empfangen, was wir selbst anderen verwehren (Mt 6,14-15). Nur an dieser Stelle ist im Vaterunser von einem Handeln der Menschen, nämlich dem Vergeben, die Rede. Es ist eine Bitte mit Bezug zu unserem eigenen Handeln.

Gottes Handeln ist ein schöpferisches. Er sah alle Schöpfung als gut an (Gen 1,31). Der Mensch wurde auf Beziehung hin geschaffen als ein Wesen, das Liebe empfängt und weitergibt. Sobald dieser Kreislauf und damit die Beziehungen gestört sind, ist etwas vom heiligen Urzustand verletzt. Alle Vergebung ermöglicht, dass Liebe wieder fließt. Damit ist in besonderer Weise die Vergebung gemeint, die Feinden zugute kommt (Mt 5,43-48). So kommt Gott in den Menschen zum Wirken, breitet sich Heil aus. Es kommt sein Reich.

Das Thema Vergebung und Schuld ist sehr komplex und persönlich. Oft bricht in Teilnehmenden bei Gesprächen über dieses Thema lange Verdrängtes auf, das intensiverer Gespräche bedarf. Erzählen Sie deshalb hier von der Möglichkeit der persönlichen Seelsorge und Beichte, in der durch gewährte Vergebung ein Neuanfang möglich wird. Eine Einführung z. B. in die persönliche Beichte findet sich in jedem Evangelischen Gesangbuch (EG 792ff).

Als Übergang zum nächsten Teil könnte man hier ein Lied singen: „Vergib, Vater, vergib“ (KlangFülle 83) oder „Ohren gabst du mir, hören kann ich nicht“ (EG 236).

Impuls: „Und führe uns nicht in Versuchung ...“ (3 min)

Nun geht es um die nächste Bitte im Vaterunser. Sie können Sie wie folgt einführen:

Die nächste Bitte im Vaterunser ist die einzige, in der Gott gebeten wird, etwas nicht zu tun: „Führe uns nicht in Versuchung“.

Manch einer stellt sich da die Frage: Kann das überhaupt sein, dass Gott uns in Versuchung führt? Schon zu biblischen Zeiten hat der Apostel Jakobus dagegen Einspruch erhoben. Er schreibt (Jak 1,13-14 NGÜ): „Wenn jemand in Versuchung gerät, Böses zu tun, soll er nicht sagen: Es ist Gott, der mich in Versuchung führt! Denn so wenig Gott selbst zu etwas Bösem verführt werden kann, so wenig verführt er seinerseits jemand dazu.“

Wie diese Bitte gemeint ist, wird verständlicher durch die Erzählung von der Versuchung Jesu. Der Evangelist Matthäus schreibt (Mt 4,1 NGÜ): „Danach wurde Jesus vom Geist Gottes in die Wüste geführt, weil er dort vom Teufel versucht werden sollte.“ Der Heilige Geist führt in die Einsamkeit. Der Diabolos, wörtlich übersetzt: der „Durcheinanderwerfer“, ist der Versucher.

Viele Übersetzer der sechsten Bitte haben sich seitdem bemüht, diesem Sachverhalt gerecht zu werden. Eine Übersetzung aus dem Aramäischen, der Sprache, in der das Vaterunser ursprünglich gesprochen wurde, scheint (mir) besonders schlüssig: „Und führe uns aus der Versuchung heraus.“

Es ist so, dass die Menschen immer wieder in Situationen sein werden, die Versuchungen hervorrufen. Auch Jesus wurde versucht. Wappnen kann man sich in solchen Momenten, indem man in Kontakt mit Gott bleibt. Er schenkt die richtige Perspektive auf sich selbst, auf die Situation und auf die Versuchung. Von ihm kann man die Erlösung vom Bösen erhoffen.

Bibelarbeit: „... erlöse uns von dem Bösen.“ (25 min)

Am Beginn der Bibelarbeit steht eine provokante Frage, über die sich die Gruppe austauscht. Sie sollte so gestellt werden, dass niemand auf die Idee kommt, die Versuchungen der anderen Teilnehmenden aufzuzählen.

- Für welche Versuchungen sind wir z.B. in einem Haus-

kreis, in der Kirche, in unserem gesellschaftlichen Umfeld anfällig, als Einzelne, aber auch als Gruppe? (z. B.: Wir meinen, dass unsere Lebensweise christlicher ist als die anderer; wir wünschen uns eindeutige Glaubenssicherheit, die keinen Zweifel mehr offenlässt; wir erliegen der Versuchung: Beten sei wichtiger als der Einsatz für die Stummen (Spr 31,8); oder umgekehrt: Wir handeln so, als ersetze diakonischer Einsatz für Menschen die persönlichen Gespräche mit Gott.)

Nach einem kurzen Brainstorming mit allen teilt sich die Gruppe auf in zwei Hälften. Beide Gruppen lesen vielleicht in unterschiedlichen Räumen die Geschichte von der Versuchung Jesu (Mt 4,1-11). Die Gruppe A soll dabei „diabolisch“ gut sein und sammelt stichhaltige Begründungen dafür, warum es durchaus sinnvoll sein könnte, den Versuchungen nachzukommen, wenn die Gruppe ihnen ausgesetzt wäre. Indes ermittelt Gruppe B überzeugende „himmlische“ Argumente, der Anfechtung nicht nachzugeben. Vielleicht findet sie auch Optionen, wie man handeln könnte, damit man aus der Versuchung kommt? (10 min)

Nach zehn Minuten kommen die Gruppen wieder zusammen. Eine Debatte beginnt. Jeweils eine Person vertritt die Gruppe. Die Versucher beginnen und versuchen, zu einem bestimmten Handeln zu animieren. (5 min)

Zum Schluss denken alle zusammen über folgende Fragen nach (5 min):

- Wie können wir in diesen Versuchungen handeln?
- Was hilft, Versuchungen nicht nachzugeben?
- Welche Möglichkeiten haben wir, dem Bösen zu begegnen?

Vertiefung

Wenn es bisher noch nicht erwähnt wurde, weisen Sie nun daraufhin, dass Gott uns seinen Geist gibt, der uns in solchen Situationen helfen kann. Es lohnt sich, auf ihn zu hören. Der Schreiber des Briefes an die Gemeinde in Ephesus hat das mit

einer regelrechten Kampfausrüstung verglichen (Eph 6,10-18). Das kann vertiefend gelesen werden.

Schritte auf dem Weg (5 min)

Weisen Sie schon einmal darauf hin: Da es in der nächsten Einheit eine geistliche Übung auf der Straße geben soll, bei der alle für längere Zeit den Raum verlassen, wird das Treffen etwas länger dauern. Wetterfeste Kleidung ist praktisch.

Hier könnten Sie auch die Impulsblätter „Das Examen“ und „Schritte zur Vergebung“ verteilen (www.emmaus-kurs.de). Sie enthalten Vorschläge, wie man die Themen „Vergabung und Versuchung“ vertiefen könnte.

Liturgischer Abschluss (15 min)

In der Mitte stehen die Kerze, das Kreuz und die Bibel. Beim Kreuz steht eine große Schale.

In der folgenden Meditation werden die drei Bitten um Brot, um Vergebung und um Erlösung von der Versuchung und vom Bösen je einer Person der Dreifaltigkeit zugeordnet: dem Vater, der Schöpfer und Versorger ist und der uns unser tägliches Brot gibt; dem Sohn, der selbst im Sterben seinen Feinden vergeben hat und uns so die Vergebung geschenkt hat; dem Heiligen Geist, der in uns wohnt und uns die Kraft gibt, dem Bösen zu widerstehen und es zu besiegen.

Wählen Sie aus den drei Vorschlägen einen aus. Die anderen beiden können Sie vermutlich nur in einer Kurzform zusätzlich durchführen. Jeweils eine Person aus dem Team moderiert.

Mögliche Lieder als Einstieg in die Gebetszeit: „Gemeinsam auf dem Weg“ (KlangFülle 48) oder „Liebe, die du mich zum Bilde“ (EG 401).

Variante 1) ist ein Psalmgebet. Stellen Sie kurz die Form des Wechselgebets vor (einer beginnt, die anderen antworten). Lesen Sie in der Weise gemeinsam Psalm 136.

Einer beginnt: „Danket dem Herrn, denn er ist sehr freundlich.“

Alle antworten: „Denn seine Güte währet ewiglich.“

Es folgen die Verse 1-9 im Wechsel.

Laden Sie danach die Teilnehmenden ein, selbst kurze Sätze im Stil des Psalms zu formulieren und sie laut zu beten. Alle antworten auf die Sätze jeweils mit: „Seine Liebe und Güte währet ewiglich.“

Beenden können Sie das Psalmgebet mit dem so genannten „Gloria Patri“ („Ehre sei dem Vater und dem Sohn und dem heiligen Geist, wie im Anfang, so auch jetzt und alle Zeit und in Ewigkeit. Amen.“) – so wie es vielerorts üblich ist – oder mit einem Lobpreis, z. B. „Gloria“ (KlangFülle 72 oder 79) oder „Gott in der Höh sei Preis und Ehr (EG 180.2).

Variante 2) ist ein Vergebungsritual. Erinnern Sie daran, dass Gott an einer liebevollen Beziehung zu uns interessiert ist. Darum ist er bereit, alles zu tun, um ein gutes Verhältnis herzustellen. Durch Jesus ist das deutlich geworden: Heilvolles Leben und Vergebung gehören zusammen.

Beim heutigen Treffen sind der einen oder dem anderen möglicherweise Begebenheiten bewusst geworden, wo sie in dieser Gruppe etwas schuldig geworden oder geblieben sind. In jedem Vaterunser, das wir sprechen, reden wir von unserer Bereitschaft, Vergebung zu gewähren. Darum nehmen wir das ernst und beginnen damit in dieser Gruppe mit einem alten Ritual, das viele aus dem Zusammenhang der Abendmahlsfeiern kennen. (1. Petr 5,14) Alle stehen auf und geben sich ein Zeichen der Vergebung und des Friedens: ein Händedruck, ein Blick in die Augen des anderen, ein freundliches Lächeln, eine Umarmung, einen Kuss und sagen dazu: „Friede sei mit Dir!“ (Mt 5,24) Und die Angesprochenen antworten „Und Friede sei mit Dir.“

Wenn alle einander Frieden und damit auch Vergebung zugesagt haben, werden die schwarzen Zettel mit den Benennungen der Schuld noch einmal laut vorgelesen und an das Kreuz genagelt (alternativ: zerrissen und in der Schale abgelegt oder in der Schale verbrannt). Abschließend wird Kolosser 2,14 vorgelesen. Alle reichen einander die Hand und bekommen zugesagt:

„Der Friede Gottes in Jesus Christus sei mit Euch.
Sein Friede gehe von Euch aus.“ (Joh 14,27)

Als Lied passt hierzu ein „Kyrie“ (KlangFülle 84 oder 85 oder eines aus dem EG 178.9-178.14).

Variante 3) ist ein Ausblick. Bitten Sie die Teilnehmerinnen und Teilnehmer, ihren Blick auf die vor ihnen liegende Woche zu richten:

- Welche Situationen werden schwierig sein?
- Wo besteht die Wahrscheinlichkeit, dass Sie oder die Gemeinschaft, in der Sie leben, in Versuchung geführt werden?
- Wo brauchen Sie Gottes Schutz und Hilfe?

Jeweils zwei Personen stellen sich zusammen. Eine/r erzählt. Die andere Person hört zu, danach betet sie kurz für diejenige Person, die gerade erzählt hat. Dann wird gewechselt.

Wenn noch Zeit ist, könnte die Gruppe noch eine Zeit lang im Kreis stehend (Blickrichtung nach außen) gemeinsam schweigen. Denn das Böse verschlägt uns immer wieder einfach die Sprache. Dann hilft es, nicht vorschnell zu trösten, sondern einander beizustehen im wahrsten Sinn des Wortes und Gott zu klagen ... auch schweigend. Darin enthalten ist dann auch die Klage über das Böse in uns selbst, das sich manchmal erschreckend Bahn bricht. Auch davon soll Gott uns lösen.

Beschließen Sie dieses Fürbittengebet mit einem Dank an Gott für die Kraft des Heiligen Geistes. Alle sind mit ihr ausgestattet und können so gestärkt in die Woche gehen. So loben wir Gott (nach Eph 3,20-21 NGÜ):

*Gott kann unendlich viel mehr an uns tun,
als wir jemals von ihm erbitten oder uns ausdenken können.
So mächtig ist die Kraft, mit der er in uns wirkt.
Ihm gehört die Ehre in der Gemeinde und
durch Jesus Christus in allen Generationen,
für Zeit und Ewigkeit! Amen.*

Zum Abschluss wird das Vaterunser gebetet oder gesungen, z. B. „Unser Vater“ (KlangFülle 78) oder „Sei Lob und Ehr mit hohem Preis“ (EG 342,8+9).

Segen

*Er, der geboren wurde als Mensch wie wir
und den wir Erlöser nennen:*

Er gehe mit dir den Weg deiner Erlösung.

*Er löse dich von Vorstellungen, Meinungen und Gewohnheiten,
die dich von dir und von ihm entfernen,
von den Vorurteilen der Leute
und von einem ängstlichen Glauben,
der Leben verhindert.*

*Er löse dich von einem Gottesbild, das dich bedroht,
und lasse dich ihn als den Ursprung der Liebe erfahren.*

*Er löse dich aus der Angst vor dem Leben
und aus der Furcht vor dem Tod.*

*So sei mit dir der Erlöser,
dem unser menschliches Leben vertraut und nah ist:
der gütige Vater, Jesus, der Sohn,
und sein lebendiger Lebensgeist. Amen.*

Herbert Jung, Gesegnet sollst du sein. Segensgebete für Seelsorge und Gottesdienst, Freiburg 2001.

Da das Thema Vergebung und die Erfahrung mit Bösem oft verdrängt ist und durch so eine Einheit von Neuem aufbricht, richten Sie sich auf Gesprächsbedarf ein.

Achte Einheit

„Dein ist das Reich und die Kraft und die Herrlichkeit in Ewigkeit“

Gottes Gegenwart im Alltag wahrnehmen

Worum geht es in dieser Einheit?

In der vorletzten Einheit steht im Vordergrund, dass Gottes Reich da ist, schon jetzt, dass seine Kraft in diesem Moment wirkt und heute etwas von seiner Herrlichkeit zu erkennen ist. Die Teilnehmenden gehen dafür – wenn möglich – bewusst an einen belebten Ort im Freien. Sie halten sich dort für einige Zeit auf und versuchen mit allen Sinnen wahrzunehmen. Die Beobachtungen und Eindrücke werden im Anschluss ausgetauscht werden im Anschluss ausgetauscht werden unter dem Motto: „Hier hat es mir die Schuhe ausgezogen! – Ein heiliger Ort!“

Ein kurzer Überblick

Zeit	Inhalt	Was wird gebraucht?	Wer macht's?
10 min	Einführung in die geistliche Übung		
5 min	Liturgische Sendung	Musik, Kerze, Bibel, Blumen, Liederbücher	
60 min	Geistliche Übung auf der Straße	Kopien der Wahrnehmungsübungen für alle Teilnehmenden	
20 min	Austausch		
5 min	Schritte auf dem Weg		
5 min	Liturgischer Abschluss	Liederbücher	

Vorbereitung

Die Einheit besteht vor allem aus einer Art Straßenexerzitium, einer geistlichen Übung auf der Straße, für die die Teilnehmenden an einen belebten Ort gehen müssen: Einkaufszentrum oder Marktplatz, Fußgängerzone, Bahnhofsbereich, ein touristischer Ort oder eine Bank. Wenn Sie die Übung durchführen wollen, müssen Sie eventuell den Zeitpunkt des Treffens auf eine Tages-

zeit verlegen, zu der mehr Menschen unterwegs sind. Der Rückblick auf das vergangene Treffen und auf die Zeit dazwischen wird auf das nächste, letzte Treffen verschoben.

Einführung in die geistliche Übung (10 min)

Nach einer Begrüßung wird die Übung zunächst vorgestellt. Sie ist eine Variation der „Straßenexerzitien“ von Christoph Herwartz.

Dazu kann vorbereitend folgende Literatur gelesen werden: www.strassenexerzitien.de, Christian Herwartz: Brennende Gegenwart. Exerzitien auf der Straße, Würzburg 2011.

Unsere Gebete sind oft Bitten an Gott: Er möge dies und jenes noch tun. Heute geht es darum, ernst- und wahrzunehmen, dass wir jedes Mal, wenn wir das Vaterunser sprechen, am Ende beglaubigend behaupten: „Das Reich Gottes und seine Kraft und seine Herrlichkeit sind schon da. ... Denn dein ist das Reich!“

Mit Hilfe einer Übung auf der Straße wollen wir mehrerlei wahrnehmen: Jesus Christus ist unter uns zu erkennen und zwar in den anderen Menschen, die uns begegnen (Mt 10,40). Von Gottes Herrlichkeit ist etwas zu spüren mitten im „öden“ Alltag (Ex 3,1), da wo Menschen „ackern“ (Mt 13,44). Und der Heilige Geist wirkt sich aus: Menschen werden überrascht davon, dass sie sich verstehen (Apg 2). Wir knüpfen damit an eine Erfahrung von Mose an:

Vor langer Zeit hütete dieser die Herde seines Schwiegervaters in der Steppe – abwechslungsarme Beschäftigung. Plötzlich begegnete ihm im unscheinbaren Dornbusch überraschenderweise Gott. Da zog es ihm die Schuhe aus, da war heiliger Boden mitten im Alltag!

Später trafen Menschen in ihren Dörfern auf Jesus. Aus diesen Begegnungen wurden unvermutet heilige Momente. „Das Wort ward Fleisch und wohnte unter uns“, (Joh 1,14) berichtete der Zeitzeuge Johannes darüber. Jesus „hat euch damit ein Beispiel hinterlassen. Tretet in seine Fußstapfen

und folgt ihm auf dem Weg, den er euch vorangegangen ist“, heißt es in 1. Petrus 2,21 (NGÜ).

Genauso werden wir gleich aufmerksam durch belebte Straßen gehen oder uns einen Ort suchen, wo viele Menschen sind, und dort eine Weile stehen bleiben und Spuren Gottes und heilige Orte entdecken. Indem wir entschleunigen, kommen wir in der Gegenwart an und öffnen uns für unerwartete Erfahrungen. Womöglich nehmen wir in der Fülle Gottes Geist wahr wie zu Pfingsten, als „ein Rauschen wie von einem gewaltigen Sturm“ das ganze Haus erfüllte (vgl. Apg 2,2).

Erklären Sie nun den Ablauf der Übung.

Nach einem kleinen liturgischen Ritual verlassen alle schweigend den Raum und suchen einen belebten Ort auf. Machen Sie dazu konkrete Vorschläge. Die Teilnehmenden sind eingeladen, zu beobachten, zu hören, offen zu sein für eine überraschende Begegnung mit Gott. Vielleicht macht auch diesmal jemand eine Erfahrung, die ihm im übertragenen Sinn die Schuhe auszieht, weil er unmittelbar spürt: „Gott ist ganz nahe. Hier ist heiliger Boden!“ Dafür sind ca. 60 Minuten Zeit. Das Treffen insgesamt dauert wie schon beim letzten Mal angekündigt 15 Minuten länger. Um in das Wahrnehmen hineinzukommen bieten sich einige Übungen an. Kopiervorlagen finden Sie unter www.emmaus-kurs.de.

Liturgische Sendung (5 min)

Das nun folgende Ritual soll in eine wahrnehmende und offene Haltung führen. Es beginnt mit einem ruhigen Instrumentalstück oder Lied.

Zum Beispiel: „Du brauchst doch Gott nicht zu suchen“ (KlangFülle 41), „Herr, unser Herr, wie bist du zugegen“ (KlangFülle 57) oder „Du, meine Seele singe“ (EG 302,1+3+6+7).

Jetzt wird die Kerze entzündet. Blumen stehen schon da. Die Bibel ist bei Matthäus 5,3-10 aufgeschlagen.

Kurzes Gebet

*Vater unser, dankbar nehmen wir wahr, dass Du da bist.
Wir bitten, dein Name werde geheiligt, dein Reich komme,
dein Wille geschehe, wie im Himmel so auf Erden.
Wir beten im Vertrauen darauf,
dass dein Reich schon jetzt angefangen hat.
Wir glauben, dass Deine Kraft heute unter uns,
in uns und durch uns wirkt.
Wir sind zuversichtlich,
dass wir etwas von Deiner Herrlichkeit
in unserer Welt entdecken.
Sei Du uns jetzt spürbar nahe. Amen.*

Die Seligpreisungen aus Matthäus 5,3-10 werden vorgelesen oder gesungen „Gedenk an uns, o Herr“ (EG 307).

Sendungswort

*Geht als Menschen, die aus der Hoffnung leben,
denn sie sehen weiter.
Geht als Menschen, die aus der Liebe leben,
denn sie sehen tiefer.
Geht als Menschen, die aus dem Glauben leben,
denn sie sehen alles in einem anderen Licht.
(Nach Lothar Zenetti)*

*Friede sei mit Euch.
Friede gehe von Euch aus. Amen.*

[geistliche Übung auf der Straße] (60 min)

Austausch (20 min)

Wenn die Teilnehmenden wiederkommen, steht je nach Wetterlage etwas Warmes oder Kaltes zum Trinken bereit. Die Beobachtungen und Eindrücke werden in der gesamten Gruppe ausgetauscht mithilfe folgender Fragen:

- Was habe ich entdeckt?
- Was hat mir Gott gezeigt?

- Was hat mir die Schuhe ausgezogen?
- Wo habe ich etwas von Gottes Reich gefunden?
- Konnte ich etwas von der Kraft Gottes spüren?
- Gab es einen herrlichen Moment?

Erfahrungen von Teilnehmenden

„Erst haben mich der Trubel und die Massen irritiert. Das hat sich völlig verändert, als ich die Menschen als Ebenbild Gottes wahrgenommen habe. Da war plötzlich viel Raum für sie in mir.“

„Eine Bettlerin hatte die Schuhe ausgezogen und saß auf einer Pappe. Es sah aus wie die Begrenzung ihres momentanen Zuhauses, wie ihr heiliger Boden, ihr Reich.“

„Völlig entschleunigt, alle Sinne auf Empfang, stand ich vor einem Kaufhaus. Seltsamerweise wurde ich mehrfach angesprochen, nach dem Weg oder etwas anderem gefragt. Ob man mir ansah, dass ich ganz da, ganz gegenwärtig war und deshalb „ansprechend“ aussah? Das hatte in allem Loslassen etwas Kraftvolles.“

Während des Erzählens notieren zwei Mitarbeitende auf je einem Zettel Punkte, für die im Anschluss gebetet werden könnte.

Ein möglicher Impuls

Wenn noch Zeit ist, könnte mit folgender Information abgeschlossen werden:

Es gibt unterschiedliche Deutungen von „Ewigkeit“. Meistens versteht man darunter die „nie endende Zeit in der Zukunft“. Sie ist unendlich wie Gott unendlich ist.

Eine andere Deutung ist: Ewigkeit ist der Name für die Zeit Gottes. Und Gottes Zeit ist schon jetzt! So wie sein Reich und die Kraft und die Herrlichkeit schon jetzt da sind. Mit den Worten des Zeitforschers Karl-Heinz A. Geißler gesagt: „Die Stunden, die zählen, sind die Stunden, die nicht gezählt werden!“ Glück ist zeitlos. Glück kann man ebenso wenig wie die Zeit kaufen. In glücklichen Momenten spüren

wir keine Zeit und bekommen deshalb genau dann eine Ahnung von zeitloser Zeit, der Ewigkeit!
Jedes Mal, wenn man das Vaterunser betet, ist man sich der Spannung bewusst, dass z. B. Gottes Reich zwar da ist, aber noch nicht alles durchdrungen hat und noch sichtbarer werden muss. Und trotz dieser Spannung halten sich die Betenden im Beten in Gottes Zeit auf „in Ewigkeit. Amen!“

Schritte auf dem Weg (5 min)

Die Teilnehmenden werden ermutigt, in der nächsten Zeit immer wieder mal eine der Wahrnehmungsübungen vom Materialblatt durchzuführen und Erfahrungen, die sie machen, im Gebetstagebuch aufzuschreiben.

Liturgischer Abschluss (5 min)

Schließen Sie mit einem Lied: „Wir haben Gottes Spuren festgestellt“ (KlangFülle 59), „Der Lärm verebbt“ (KlangFülle 5) oder „Ich lobe meinen Gott, der aus der Tiefe mich holt“ (EG NB 585).

Beten Sie gemeinsam. Dazu ziehen die Teilnehmenden eine der notierten Fürbitten und lesen sie nacheinander laut vor. Schließen Sie mit dem Vaterunser.

[Fürbitten, Vaterunser]

Der folgende Segenswunsch wird gemeinsam gesprochen. Dabei spricht einer immer eine Zeile vor, diese wird von allen wiederholt und dabei das jeweilige Körperteil mit den Händen berührt.

*Segne, Gott, meine Hände,
(alle: Gott, segne, meine Hände,)
dass sie behutsam seien,
dass sie halten können, ohne zu Fesseln zu werden,
dass sie geben können ohne Berechnung,
dass ihnen innewohnt die Kraft zu trösten und zu segnen.
Herr, segne meine Augen,*

*dass sie Bedürftigkeit wahrnehmen,
dass sie das Unscheinbare nicht übersehen,
dass sie hindurchschauen durch das Vordergründige,
dass andere sich wohlfühlen können unter meinem Blick.
Herr, segne meine Ohren,
dass sie deine Stimme zu hören vermögen,
dass sie hellhörig seien für die Stimme der Not,
dass sie verschlossen seien für Lärm und Geschwätz,
dass sie das Unbequeme nicht überhören.
Herr, segne meinen Mund,
dass er dich bezeuge,
dass nichts von ihm ausgehe, was verletzt und zerstört,
dass er helfende Worte ausspreche,
dass er Anvertrautes bewahre.
Herr, segne mein Herz,
dass es Wohnstatt sei für deinen Geist,
dass es Wärme schenken und bergen kann,
dass es reich sei an Verzeihung,
dass es Leid und Freude teilen kann. Amen.
(St. Martin)*

Neunte Einheit „Amen! So sei es!“

Worum geht es in dieser Einheit?

Beim letzten Treffen reflektieren die Teilnehmenden die gemeinsam erlebte Zeit mit dem Thema Beten. In einem biblischen Rollenspiel weiten sie ihren Blick für die unterschiedlichen Formen des Kontaktes mit Gott. Durch einen Fragebogen und einen Austausch können sie sich ihrer gegenwärtigen Form des Betens vergewissern. Sie bekommen Anregungen dafür, wie man auch nach dem Kurs allein und in einer Gruppe regelmäßig Lebenszeichen geben und in Kontakt mit Gott bleiben kann.

Ein kurzer Überblick

Zeit	Inhalt	Was wird gebraucht?	Wer macht's?
10 min	Liturgisches Ankommen	Musik, Kerze, Bibel, Blumen, Liederbücher	
10 min	Rückblick		
10 min	Kleingruppenarbeit: „Was ich schätze!“		
25 min	Bibelarbeit: Jeder betet anders		
15 min	Einzelarbeit und Austausch: „Wie bete ich?“	Kopien vom Impulspapier: Wie bete ich?	
5 min	Impuls: Lebenszeichen – Mit Gott in Kontakt bleiben	Prospekte von geistlichen Angeboten	
5 min	Schritte auf dem Weg	Karten mit dem „Gebet der liebenden Aufmerksamkeit“	
5 min	Liturgischer Abschluss	Liederbücher	

Vorbereitung und Raumgestaltung

Diese letzte Einheit bündelt die vorangegangenen. Es könnte von jedem Treffen ein Symbol vorhanden sein. Denkbar wäre auch, alle erstellten Ergebnisplakate wieder aufzuhängen. Plakate von Sprachreisen könnten als Anschauung für den Impuls

„Lebenszeichen“ dienen. Ein Büchertisch zum Thema Gebet, Meditation, Pilgern usw. dient als Anregung über den Kurs hinaus.

Liturgisches Ankommen (7 min)

Wählen Sie aus den vorhergehenden Einheiten ein Gebet aus, das gut von der Gruppe angenommen wurde. Das Gebet schließt mit dem Lobpreis aus dem Vaterunser: „Denn dein ist das Reich und die Kraft und die Herrlichkeit. Amen.“

Liedvorschläge: „Amen, das ist: Es werde wahr“ (EG 344,9) oder „Ich sage Ja“ (KlangFülle 66).

Rückblick (10 min)

Wie immer ist Zeit, zurückzuschauen. Welche Erfahrungen wurden mit den Themen der letzten beiden Einheiten gemacht:

- Ist es gelungen, Schritte der Vergebung zu gehen? Was haben Sie dabei erlebt?
- Wo hat es ihnen in der letzten Zeit die Schuhe ausgezogen? Welche heiligen Orte haben Sie noch im Alltag entdeckt?

Kleingruppenarbeit: „Was ich schätze!“ (8 min)

Es bilden sich Kleingruppen. Den meisten Menschen fällt es leicht, Menschen und Dinge zu kritisieren. Viel schwerer ist es, Lob und Anerkennung zu äußern. Darin besteht die folgende Übung.

Nach einer kurzen Zeit zum Überlegen beginnt jeweils eine Person in den Kleingruppen die folgenden Sätze zu ergänzen. Die anderen hören einfach nur zu:

- Was ich an meiner Familie besonders schätze, ist ...
- Was ich an dieser Gruppe besonders wertvoll finde, ist ...
- Was mir in meiner Gemeinde besonders guttut, ist ...
- Was ich besonders daran schätze, Gott zu kennen ist ...

Fassen Sie zusammen:

Anerkennung in Worten und Taten helfen,

- andere Menschen wahrzunehmen, wie sie wirklich sind;
- Gutes im anderen zu schätzen und zu bestätigen;
- uns als Menschen zu öffnen;
- an unseren Beziehungen zu arbeiten und diese zu verbessern.

Indem wir am Schluss des Vaterunsers Gott loben („Denn dein ist das Reich ...“), lernen wir als Christen, Gott zu schätzen.

Bibelarbeit: Jeder betet anders (25 min)

Mit Hilfe eines Rollenspiels zum Bibeltext Lukas 10,38-42 werden die Teilnehmenden ermutigt, ihre eigenen Formen des Betens, also ihrer Beziehung zu Gott, zu reflektieren und zu pflegen. Führen Sie das ein:

In den letzten Wochen haben wir erlebt, wie uns das Vaterunser beten lehrt. Seine Form hilft dabei, eigene Formen zu entwickeln und eine Beziehung zu Gott aufzubauen: Am Anfang steht die Ausrichtung auf Gott, die Klärung des Verhältnisses zu ihm. In der Mitte geht es um das Kommen Gottes in die Welt und das Durchdringen von allem mit seiner Liebe. Und am Ende kann man Gott aus vollem und tiefstem Herzen loben.

Wenn Menschen nun mit Gott unterwegs sind und Jesus nachfolgen, entwickelt sich ihre Beziehung weiter, wächst ihr Glaube. Da die Menschen sehr verschieden sind, sind auch die Lebenszeichen ihres Glaubens sehr unterschiedlich.

Die Gruppe teilt sich in vier Kleingruppen, die jeweils einer Person aus der Geschichte zugeordnet werden: Martha, Maria, Jesus, Jakobus. Diese vier werden sich gleich „in der Küche des Hauses“ treffen, um über die in der Bibel beschriebene Szene zu diskutieren.

Zur Vorbereitung lesen alle die Geschichte von Maria und Martha (Lk 10,38-42).

Danach sind fünf Minuten Zeit, für jede Person Argumente und Stichpunkte zu sammeln. Jeweils eine Person aus den Kleingruppen wird ausgewählt, die Rolle zu spielen.

Der Jünger Jakobus beginnt das Gespräch, vielleicht so: „Jesus, bei Dir gehören Worte und Taten doch immer zusammen. Warum hast Du Martha nicht unterstützt?“ Je nachdem wie sich das Spiel entwickelt, geben Sie dem reichlich Raum.

Hintergrundinformationen

Maria und Martha sind unterschiedlich und haben verschiedene Erwartungen an ihre Beziehung zu Jesus. Auch heute gibt es viele Marthas und Marias, die ihre Ansprüche an eine Beziehung zu Gott unterschiedlich definieren. Anders gesagt: Jeder Mensch muss seine Formen des Betens finden, die für ihn, seine Persönlichkeit und seinen Lebensstil angemessen sind.

Einzelarbeit und Austausch: „Wie bete ich?“ (15 min)

Teilen Sie das Impulspapier „Wie bete ich?“ (www.emmauskurs.de) aus und lassen Sie den Teilnehmenden etwas Zeit, es auszufüllen. Es soll der eigenen Reflexion dienen. Die meisten Menschen entwickeln einfache Formen des Betens, die alltags-tauglich sind. Daneben ist es reizvoll, diese Formen gelegentlich zu überdenken.

Mit einer vertrauten Person aus der Gruppe kann jeder sich über die eigene Praxis austauschen (jede hat ca. 3 min).

In der gesamten Gruppe werden die Ergebnisse des Gesprächs zusammengetragen mit Hilfe folgender Aussagen:

- „Eine Art des Betens, die ich hilfreich finde ...“
- „Ein Aspekt des Betens, der mir schwer fällt ...“

Impuls: Lebenszeichen – Mit Gott in Kontakt bleiben (5 min)

Im Folgenden werden eine Fülle von Möglichkeiten vorgestellt, wie Menschen mit Gott, Jesus und dem Heiligen Geist im Kontakt bleiben können.

Wenn man eine neue Sprache lernt, ist es am einfachsten, sie dort zu lernen, wo sie gesprochen wird – in ihrem Land. Sicherlich ist es am Anfang nicht leicht, da verständigt man sich mehr mit Zeichen, Gesten und Lauten. Erst nach einer Weile beherrscht man die Feinheiten der Kommunikation und erkennt die Zwischentöne in Beziehungen.

Beten ist nicht anders. Beten lernt man, in dem man es einfach tut. Für die einen ist tägliches Beten gut möglich. Sie haben das gute Gefühl, mit Gott regelmäßig in Beziehung zu sein. Manchmal wird es aber durch Familie oder Beruf schwierig, es in dem Maß zu tun, wie wir es gerne hätten. Deshalb ist es hilfreich, bestimmte Zeiten innerhalb der Woche festzulegen für eine Meditation, für ein Hören auf Gott durch das Studium der Bibel oder für ausgiebige Gebete für andere. Für andere liegt es näher, einen besonderen wöchentlichen Rhythmus (z. B. Samstag früh), monatlichen (z. B. jeden letzten Tag im Monat) oder jährlichen Rhythmus (die drei ersten Tage im neuen Jahr) zu haben.

Ausgedehnte Gebetszeiten auf Einkehrtagen oder Tage der Stille sind besondere Zeiten, die den Kontakt mit Gott dauerhaft prägen. (Wenn solche Tage nicht regelmäßig von der eigenen Gemeinde veranstaltet werden, dann versuchen Sie, sich schon im Vorfeld Informationen über entsprechende Angebote in Ihrer Gegend zu beschaffen.)

In vielen Landeskirchen gibt es „Häuser der Stille“; außerdem bieten evangelische Kommunitäten und katholische Klöster Exerzitien und Tage der Stille an. Sie finden die Informationen am schnellsten über die Website der EKD: www.ekd.de (unter „Glauben“ und „Spiritualität“).

[Hier könnten Teilnehmende erzählen, die eigene Erfahrungen mit Einkehrtagen oder Tagen der Stille haben.]

Und immer ist es gut, wenn Menschen zusammen beten können, vielleicht sogar jemanden für regelmäßige Gebete haben.

Aus der Fülle der Literatur zum Thema Beten können zum Weiterlesen zwei neuere Bücher empfohlen werden:

Andreas Kusch: Das Herz auf Gott einstimmen. Praktische Schritte zum Beten und Bibellesen, Gießen 2010. Andreas Ebert, Oliver Behrendt (Hg.): Christsein üben. 28 Wege spiritueller Praxis, München 2012.

Schritte auf dem Weg (5 min)

Zurück in den Zweierschaften gibt es noch einmal ein paar Minuten Zeit, in denen die Teilnehmenden für sich überlegen und auf dem Impulspapier „Und wie bete ich?“ notieren, was sie sich für die Zukunft allein und mit anderen vornehmen möchten.

- So sei es! Eine Anregung, die ich aufnehme, ist ...
- Gerne würde ich mit anderen und mit Gott in Kontakt bleiben, indem ...

Die Paare tauschen sich über ihre jeweiligen Ideen aus.

Als Ermutigung bekommen die Teilnehmenden „Das Gebet der liebenden Aufmerksamkeit“ auf einer Karte (www.emmauskurs.de). Wesentlich ist bei diesem Gebet, dass man seinen Tag ohne zu werten mit den liebenden Augen Gottes anschaut.

Liturgischer Abschluss (5 min)

Die Teilnehmenden stellen sich nun in einem Kreis auf.

Als Einstimmung liest jemand vor:

*Wenn ich von meinem Vertrauen sprechen will,
dann sage ich: Vater unser im Himmel.*

Geheiligt werde dein Name.

*Wenn ich erlebe, wie friedlos die Menschen sind,
dann hoffe ich: Dein Reich komme.*

*Wenn ich manchmal mit dem Kopf durch die Wand will,
dann spreche ich: Dein Wille geschehe,
wie im Himmel, so auf Erden.*

*Wenn ich merke, dass das, was ich zum Leben habe,
nicht selbstverständlich ist,*

dann bitte ich: Unser tägliches Brot gib uns heute.

*Wenn ich andere spüren lasse: das geht mich nichts an,
dann bete ich: Und vergib uns unsere Schuld,
wie auch wir vergeben unsern Schuldigern.*

*Wenn ich es mir zu leicht machen will
und nur noch mich selbst sehe,*

*dann denke ich: Und führe uns nicht in Versuchung,
sondern erlöse uns von dem Bösen.*

*Wenn ich manchmal richtig froh bin und fest hoffe,
dass alles gut wird,*

*dann glaube ich: Denn dein ist das Reich
und die Kraft und die Herrlichkeit in Ewigkeit. Amen.*

Johannes Thiele, in: Evangelisches Gesangbuch. Ausgabe Württemberg 1996.
Zwischentext 188.

Alle reichen sich die Hand, Blickrichtung nach außen. Ein letztes Mal wird ganz bewusst – langsam – gemeinsam das Vaterunser gebetet. Bei jeder Bitte gehen alle einen Schritt im Uhrzeigersinn, als Zeichen dafür, dass dieses Gebet die Gruppe in Bewegung gebracht hat.

Ein Segen schließt den Kurs ab, dabei blicken alle nach innen.

Gottes Segen sei mit Euch. Segen gehe von Euch aus:

Der Herr voller Liebe wie eine Mutter und gut wie ein Vater.

Er segne dich

er lasse dein Leben gedeihen

er lasse deine Hoffnung erblühen

er lasse deine Früchte reifen.

Der Herr behüte dich

er umarme dich in deiner Angst

er stelle sich vor dich in deiner Not.

Der Herr lasse leuchten sein Angesicht über dir

wie ein zärtlicher Blick erwärmt

*so überwinde er bei dir, was erstarrt ist.
Er sei dir gnädig,
wenn Schuld dich drückt,
dann lasse er dich aufatmen und mache dich frei.
Der Herr erhebe sein Angesicht auf dich,
er sehe dein Leid,
er tröste und heile dich.
Er gebe dir Frieden:
das Wohl des Leibes das Heil deiner Seele,
Liebe und Glück.
Amen. So will es Gott,
der von Ewigkeit zu Ewigkeit bleibt.
So steht es fest nach seinem Willen für dich. Amen.*

Die Kerze wird gelöscht, die Bibel zugeschlagen ... ein Moment Stille. Der Kurs ist abgeschlossen.

Vorschlag

Zu Beginn des liturgischen Abschlusses könnte den Teilnehmenden ein Karabinerhaken – eventuell mit einem Stück Seil dazu – geschenkt werden. Er kann daran erinnern, dass sie sich „festgemacht“ (lat. confirmare) haben. Gleichzeitig wird deutlich, dass sie gesichert sind. Man kommt beim Bergsteigen nur dann vorwärts, wenn das Seil im Karabinerhaken Spiel hat: In einer gesicherten Beziehung ist Freiraum.

Verzeichnis der Internetdokumente

Adresse: www.emmaus-kurs.de

Kleingruppenhandbuch *Lebenszeichen – Mit Gott ins Gespräch kommen*

Erste Einheit

Übersicht: Die Themen des Kurses

Kopiervorlage Bibeltexte: Jesus und das Gebet

Impulspapier: Vorbereitungen für das Gebet

Dritte Einheit

Kopiervorlage für das Gebet: Liste mit Gottesnamen

Vierte Einheit

Kopiervorlage Bibeltexte: Gleichnisse vom Himmelreich

Kopiervorlage Ideenliste: Fürbitte

Impulspapier: Gleichnisse zur Ermutigung

Fünfte Einheit

Kopiervorlage für die Bibelarbeit: Stichworte

Sechste Einheit

Meditation zum Brotteilen

Siebte Einheit

Kopiervorlage für die Diskussion: Thesen zur Vergebung

Impulsblatt: Das Examen

Impulsblatt: Schritte zur Vergebung

Achte Einheit

Kopiervorlage: Wahrnehmungsübungen

Neunte Einheit

Impulspapier: Wie bete ich?

Gebetskarte: Das Gebet der liebenden Aufmerksamkeit

