

## Vorschlag für ein Gruppengespräch 5. Woche

### Sonntag und Alltag Glaube konkret gelebt Möglichkeit C



#### **Vorzubereiten:**

- \* Gebetstext (Beilage 1)
- \* Stirbt der Sonntag am Wochenende? (Arbeitsblatt 1)
- \* Arbeitsblatt Baum (Arbeitsblatt 2)
- \* Bibelstelle (Arbeitsblatt 3)
- \* Schreibzeug
- \* Abschlussreflexion: Möglichkeit I oder II (dazu Fragen I oder II)

**1. Schritt:** Begrüßung und Rückblick auf die letzte Woche:  
Möchte ich noch etwas sagen?

**2. Schritt: Einstimmung:** Stirbt der Sonntag (Arbeitsblatt 1) oder Gebet (Beilage 1).  
GL liest den Text vor. Arbeitsblatt 1 bekommt jeder TN am Ende der Runde zum Mitnehmen.

**3. Schritt:** Das Arbeitsblatt mit dem Baum an jeden TN austeilen. (Arbeitsblatt 2)  
Der GL leitet zum Nachdenken über die Entwicklung des Glaubens in den Jahrzehnten des Lebens mit folgenden Fragen an:

- a) Wie hat der Glaube meinen Sonntag bzw. Alltag in der entsprechenden Lebensphase geprägt?
- b) Was ist mir heute wichtig?

**4. Schritt:** Austausch

**5. Schritt:** Bibelstelle: Joh 15,1-5 (Arbeitsblatt 3)

Ein TN liest vor. In Stille den Text meditieren und mit folgenden Fragen aktualisieren:

- a) Wie sieht meine Verbindung mit Christus, dem Weinstock aus?
- b) Was könnte mir helfen, dass mein Glaube noch reicher Frucht bringt?

**6. Schritt:** Austausch

**7. Schritt:** Freies Gebet mit der Bitte um Umsetzung der gewonnenen Einsicht oder vom Gebetstext (Beilage 1)

**8. Schritt:** Abschlussreflexion: Bewertung aller Gesprächsrunden mit Anleitung I (farbige Zettel) oder II (Arbeitsblatt).  
Fragen auf Arbeitsblatt I oder II.  
Bitte einsammeln und im Pfarramt abgeben.

## Den Sonntag erneuern

### 1. BEGINNE DEN SONNTAG AM VORABEND.

Der Abend entscheidet darüber, wie der kommende Tag wird. Darum: Stolpern Sie nicht in den Sonntag, hinein! Schaffen Sie sich ein Ritual, mit dem Sie den Sonntag beginnen. Vielleicht mit einem gemeinsamen Essen, das sich von den hastigen Mahlzeiten der Woche unterscheidet.



Der Sonntag meiner Jugend fing damit an, dass es am Samstagnachmittag im ganzen Haus nach Bohnerwachs, Herdputzmittel und Kuchen duftete. Dann begann das große wöchentliche Reinigungsbad Und dann wurde es Sonntag.

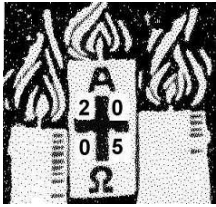
Heute sagt man: „Ein schönes Wochenende noch“. Das ist die Zeit von Freitagabend bis Montagfrüh: die Große Freiheit. Der Sonntag, ist da nur noch ein Teil des langem Wochenendes, und er sieht bei vielen Menschen im Wesentlichen nicht anders aus als auch der Samstag Der Sonntag ist profillos, glanzlos, langweilig geworden.

Höchste Zeit, dass wir den Sonntag aus dem gesichtslosen Freizeit-Einerlei befreien und neu zu Ehren bringen. Denn - so schreiben die Schweizer Bischöfe: „Der Sonntag ist sozusagen ein Geschenk an den Menschen, fast so wichtig wie Luft, Licht und Wasser. Ohne Sonntag kann der Mensch wohl eine Weile existieren, dahinleben, aber zu einem ganzen Menschsein kommt er ohne diesen Tag nicht.“

B. L.

### 2. ZÜNDE EIN LICHT AN

Jeder Sonntag sollte ein Osterfest im Kleinen sein. Zünden Sie darum das Licht einer Kerze an. Es ist das Symbol des Auferstandenen. Die Kerze kann einen besonderen Platz haben, z. B. zu den Mahlzeiten.



### 3. KLEIDE DICH ANDERS

Es muss nichts Hochfeierliches sein. Aber etwas, mit dem Sie aussagen können: Dieser Tag ist anders als die anderen Tage, er ist ein Fest. Darum mache ich mich schön. Wer nur im Gammellook (ansonsten nichts dagegen!) auftritt, macht damit auch eine Aussage. Er sagt: Das ist für mich der Tag zum Ausspannen, Herumdösen, Nichtstun. Der Sonntag ist aber viel mehr.



### 4. MACHE DEN GOTTESDIENST ZUM MITTELPUNKT

Ein Sonntag ohne Gottesdienst ist kein Sonntag. Er erhält ja dadurch erst Glanz, dass er die Feier der Auferstehung Christi ist. Organisieren Sie die notwendigen Arbeiten so, dass Sie den Gottesdienst gemeinsam besuchen können. Gehen Sie freudig hin und lassen Sie den Funken Ihrer

Freude überspringen. Nehmen Sie etwas vom Gottesdienst mit in die Woche hinein



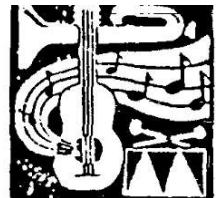
### 5. VERZICHTE AUF KRITIK

Am Sonntag feiern wir das „Ja“ Gottes zu uns. „Neben dem Verzicht auf unnötige Arbeit ist die wichtigste sabbatliche Übung der Verzicht auf unnötige Kritik, auf Feststellung von Ungutem bei bestimmten Menschen oder in den Zeitverhältnissen. Kritik mag werktags notwendig sein - dort, wo wir Verantwortung tragen; die Welt liegt noch im Argen und ist veränderungsbedürftig. Am Sonntag aber sollten wir uns das Nörgeln und Kritisieren gegenseitig verbieten“ (Heinrich Spaemann).



### 6. HABE ZEIT FÜR GEMEINSCHAFT UND STILLE

Das schönste Geschenk, das man sich am Sonntag machen kann, ist das der Zeit. Diese Zeit kann man füllen mit Gesprächen, Spielen, Musik (am besten selbst gemachter) und mit Spazierergehen... Gerade der Kontakt mit der Schöpfung löst viel ungute Verkrampfung. Am Sonntag sollte man sich aber auch Zeit gewähren: Zeit für Stille, Lesen, Meditation...

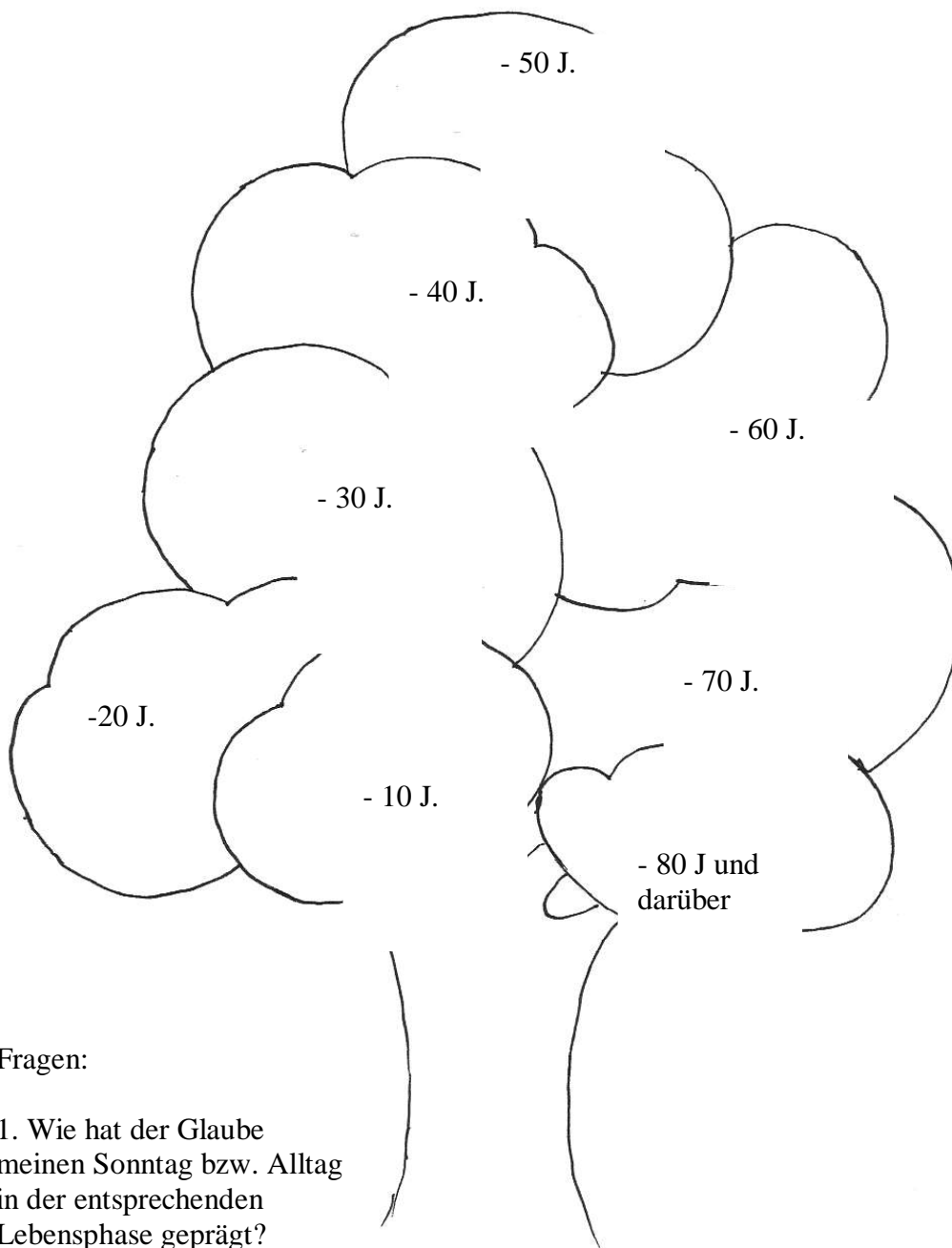


sollte man sich aber auch Zeit gewähren: Zeit für Stille, Lesen, Meditation...

### 7. ÜBE GASTFREUNDSCHAFT

Am Sonntag sollten die Häuser offen sein. Wie gut ist es, Besuche zu machen und Besuche zu empfangen, - einander anzunehmen, wie Gott uns angenommen hat, - zu leben und das wahre Leben zu spüren, das jetzt schon begonnen hat.





Fragen:

1. Wie hat der Glaube meinen Sonntag bzw. Alltag in der entsprechenden Lebensphase geprägt?

2. Was ist mir heute wichtig?

## **Joh 15,1-5 Jesus, der wahre Weinstock**

Ich bin der wahre Weinstock, und mein Vater ist der Winzer.

Jede Rebe an mir, die keine Frucht bringt, schneidet er ab, und jede Rebe, die Frucht bringt, reinigt er, damit sie mehr Frucht bringt.

Ihr seid schon rein durch das Wort, das ich zu euch gesagt habe.

Bleibt in mir, dann bleibe ich in euch.

Wie die Rebe aus sich keine Frucht bringen kann, sondern nur, wenn sie am Weinstock bleibt, so könnt auch ihr keine Frucht bringen, wenn ihr nicht in mir bleibt.

Ich bin der Weinstock, ihr seid die Rebe.

Wer in mir bleibt und in wem ich bleibe, der bringt reiche Frucht; denn getrennt von mir könnt ihr nichts vollbringen.

Fragen:

- Wie sieht meine Verbindung mit Christus, dem Weinstock aus?
  
  
  
  
  
  
  
  
  
  
- Was könnte mir helfen, dass mein Glaube reicher Frucht bringt?