

Vorschlag A
für ein Glaubensgespräch in einer kleinen Gruppe
zum Thema der 1. Woche:
„Zur Mitte finden – Lebenskraft gewinnen“



Vorzubereiten:

- Für jeden TN eine Kopie mit Krug (Beilage 1) -
- Für den Gesprächsleiter Geschichte von den Kieselsteinen (Beilage 2)
- Für jeden TN eine Kopie des Bibeltextes (Beilage 3)
- Schreibmaterial

1. Schritt: Gebet: Herr, dass unser Leben mehr werde (Beilage "Gebete und Texte")

2. Schritt: Vorlesen der Geschichte vom Zeitmanagementseminar (Beilage 2)

3. Beschäftigung mit dem Arbeitsblatt „Krug“

Der Gesprächsleiter lädt die TN ein, zu überlegen:

- **Welche Kieselsteine befinden sich in meinem Krug?**
- **Wofür stehen in meinem Leben der Kies, der Sand und das Wasser?**

Jeder kann dies in sein Arbeitsblatt hineinzeichnen, -schreiben...

4. Schritt: Einander erzählen

Nach etwa 10 bis 15 Minuten (wenn alle mit der Arbeit am Arbeitsblatt fertig sind) lädt der Gesprächsleiter ein, einander zu erzählen, was ihnen zu den einzelnen Elemente (Steine, Kies, Sand, Wasser) eingefallen ist **und was sie davon mitteilen möchten.**

5. Schritt: Bibeltext vorlesen und meditieren

Jeder Teilnehmer erhält eine Kopie des Bibeltextes "Woher die Kraft nehmen?"

- Der/die GesprächsleiterIn bittet jemand, den Text vorzulesen.
- Der/die GesprächsleiterIn lädt ein, sich noch einige Minuten Still mit dem Text zu beschäftigen und über die Fragen nachzudenken:

- **Welche Lebensinhalte geben mir Kraft?**
- **Welche Lebensinhalte kosten mich Kraft?**
- **Welche Rolle spielt in meinem Leben der Glaube als Kraftquelle?**

6. Schritt: Austausch

Der/die GesprächsleiterIn lädt ein, einander zu erzählen, was den einzelnen zu den Fragen eingefallen ist. Jeder ist frei zu erzählen, was sie/er erzählen möchte, und für sich zu behalten, was er/sie nicht erzählen möchte.

7. Abschluss:

Zum Abschluss lädt der Gesprächsleiter die TN ein, in einem stillen persönlichen Gebet Gott zu danken, zu bitten, evtl. zu klagen...

Ehre sei dem Vater oder ein Gebet von der Beilage "Gebete und Texte"



Kieselsteine

Eines Tages wurde ein alter Professor der französischen nationalen Schule für Verwaltung gebeten, für eine Gruppe von etwa 15 Chefs großer nordamerikanischer Unternehmen eine Vorlesung über sinnvolle Zeitplanung zu halten. Dieser Kurs war einer von fünf Stationen ihres eintägigen Lehrgangs. Der Professor hatte daher nur eine Stunde Zeit, sein Wissen zu vermitteln.

Zuerst betrachtete der Professor in aller Ruhe einen nach dem anderen dieser Elitegruppe (sie waren bereit, alles, was der Fachmann ihnen darbringen wollte, gewissenhaft zu notieren). Danach verkündete er: "Wir werden ein kleines Experiment durchführen."

Der Professor zog einen riesigen Glaskrug unter seinem Pult hervor, das ihn von seinen Schülern trennte und stellte ihn vorsichtig vor sich. Dann holte er etwa ein Dutzend Kieselsteine, etwa so groß wie Tennisbälle, hervor und legte sie sorgfältig einen nach dem anderen, in den großen Krug. Als der Krug bis an den Rand voll war und kein weiterer Kieselstein mehr darin Platz hatte, blickte er langsam auf und fragte seine Schüler: "Ist der Krug voll?"

Und alle antworteten: "Ja."

Er wartete ein paar Sekunden ab und fragte seine Schüler: "Wirklich?"

Dann verschwand er erneut unter dem Tisch und holte einen mit Kies gefüllten Becher hervor. Sorgfältig verteilte er den Kies über die großen Kieselsteine und rührte dann leicht den Topf um. Der Kies verteilte sich zwischen den großen Kieselsteinen bis auf den Boden des Kruges. Der Professor blickte erneut auf und fragte sein Publikum: "Ist dieser Krug voll?"

Dieses Mal begannen seine schlaunen Schüler, seine Darbietung zu verstehen. Einer von ihnen antwortete: "Wahrscheinlich nicht!"

"Gut," antwortete der Professor!

Er verschwand wieder unter seinem Pult und diesmal holte er einen Eimer Sand hervor. Vorsichtig kippte er den Sand in den Krug. Der Sand füllte die Räume zwischen großen Kieselsteinen und dem Kies auf. Wieder fragte er: "Ist dieses Gefäß voll?"

Dieses Mal antworteten seine schlaunen Schüler ohne zu zögern im Chor: "Nein!"

"Gut," antwortete der Professor.

Und als hätten seine Schüler nur darauf gewartet, nahm er die Wasserkanne, die unter seinem Pult stand, und füllte den Krug bis an den Rand. Dann blickte er auf und fragte seine Schüler: "Was können wir Wichtiges aus diesem Experiment lernen?"

Der Kühnste unter seinen Schülern dachte an das Thema der Vorlesung und antwortete: "Daraus lernen wir, dass, selbst wenn wir denken, dass unser Zeitplan schon bis an den Rand voll ist, wir, wenn wir wirklich wollen, immer noch einen Termin oder andere Dinge, die zu erledigen sind, einschieben können."

"Nein", antwortete der Professor, "darum geht es nicht. Was wir wirklich aus diesem Experiment lernen können ist folgendes: Wenn man die großen Kieselsteine nicht als erstes in den Krug legt, werden sie später niemals alle hineinpassen."

Es folgte ein Moment des Schweigens. Jedem wurde bewusst, wie sehr der Professor Recht hatte.

Dann fragte er: "Was sind in eurem Leben die großen Kieselsteine?"

Eure Gesundheit?

Eure Familie?

Eure Freunde?

Die Realisierung eurer Träume?

Das zu tun, was euch Spaß macht?

Dazuzulernen?

Eine Sache verteidigen?

Entspannung ?

Sich Zeit nehmen...?

Oder etwas ganz anderes?

Was wirklich wichtig ist, ist dass man die großen Kieselsteine in seinem Leben an die erste Stelle setzt! Wenn nicht, läuft man Gefahr, es nicht zu meistern... sein Leben. Wenn man zuallererst auf Kleinigkeiten achtet, verbringt man sein Leben mit Kleinigkeiten und hat nicht mehr genug Zeit für die wichtigen Dinge in seinem Leben. Deshalb vergesst nicht, euch selbst die Frage zu stellen: Was sind die großen Kieselsteine in meinem Leben? Dann legt diese zuerst in euren Krug des Lebens!"

Mit einem freundlichen Wink verabschiedete sich der alte Professor von seinem Publikum und verließ langsam den Saal..."

Woher die Kraft nehmen?

Die Vorgeschichte:

Als sich einmal viele Menschen um Jesus sammelten, um ihn zu hören, setzte er ein Zeichen, indem er auf wunderbare Weise die Menschenmenge mit fünf Broten und zwei Fischen sättigte. Die Volksmenge will nun für immer dieses Brot und läuft ihm nach...

Aus der Rede des Johannesevangeliums über das wahre Brot: (Joh 6,26-27. 30-34)

²⁶ Jesus antwortete ihnen: Amen, amen, ich sage euch: Ihr sucht mich nicht, weil ihr Zeichen gesehen habt, sondern weil ihr von den Broten gegessen habt und satt geworden seid.

²⁷ Müht euch nicht ab für die Speise, die verdirbt, sondern für die Speise, die für das ewige Leben bleibt und die der Menschensohn euch geben wird.

³⁰ Sie entgegneten ihm: Welches Zeichen tust du, damit wir es sehen und dir glauben? Was tust du? ³¹ Unsere Väter haben das Manna in der Wüste gegessen, wie es in der Schrift heißt: Brot vom Himmel gab er ihnen zu essen.

³² Jesus sagte zu ihnen: Amen, amen, ich sage euch: Nicht Mose hat euch das Brot vom Himmel gegeben, sondern mein Vater gibt euch das wahre Brot vom Himmel. ³³ Denn das Brot, das Gott gibt, kommt vom Himmel herab und gibt der Welt das Leben.

³⁴ Da baten sie ihn: Herr, gib uns immer dieses Brot! ³⁵ Jesus antwortete ihnen: Ich bin das Brot des Lebens; wer zu mir kommt, wird nie mehr hungern, und wer an mich glaubt, wird nie mehr Durst haben.

Fragen zum Nachdenken:

- **Welche Lebensinhalte geben mir Kraft?**
- **Welche Lebensinhalte kosten mich Kraft?**
- **Welche Rolle spielt in meinem Leben der Glaube als Kraftquelle?**