

# Ich bin vorbildlich – Spiritualität im Alltag

## Entwurf für Jugendabend

So könnte ein Jugendabend Abend zum Thema „Spiritualität im Alltag aussehen

Lied	I dance in the morning ( <i>Cosi 288</i> )	Cosi 2	5 min
<b>Einstieg</b>	<b>Vorstellung Thema</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ich bin Vorbild, ob ich will oder nicht.</li> <li>• Ich muss diese Rolle annehmen als Christ.</li> <li>• Ich bin immer vorbildlich – gutes oder schlechtes Vorbild</li> <li>• Ich will Glaube und Spiritualität in Alltag integrieren, aber wie geht das?</li> <li>• Einladung, miteinander 7 Schritte zu gehen:</li> <li>• <b>1. Schritt:</b> Welche Erwartungen habe ich an mich selbst?</li> <li>• <b>2. Schritt:</b> was verstehe ich eigentlich unter Spiritualität?</li> <li>• <b>3. Schritt:</b> Klären, worin ich vorbildlich bin und worin nicht</li> <li>• <b>4. Schritt:</b> Klären, was mich hindert, meine Spiritualität zu leben; und was mir hilft, es zu tun.</li> <li>• <b>5. Schritt:</b> Vorstellung verschiedener Möglichkeiten</li> <li>• <b>6. Schritt:</b> Was kann ich ändern?</li> <li>• <b>7. Schritt:</b> Was werde ich in den nächsten 4 Wochen ändern?</li> <li>• Schlussrunde</li> <li>• Literaturempfehlung: Käßmann, Mit Herzen ...</li> </ul>	Stuhlkreis	5 min
<b>1. Schritt</b>	Welche Erwartungen habe ich an mich selbst? Was erwarte ich, was wünsche ich mir? <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kurz nachdenken, dann Stichworte aufschreiben</li> <li>• An Pinwand heften</li> <li>• Weiße Rubrik: Ich erwarte von mir ...</li> </ul>	Weißer Kartonkarten Stifte	5 min
<b>2. Schritt</b>	Was verstehe ich eigentlich unter Spiritualität? <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rundgespräch</li> </ul>	Stuhlkreis	5 min
<b>3. Schritt</b>	Worin bin ich vorbildlich, worin bin ich es nicht <ul style="list-style-type: none"> <li>• Jeweils mindestens 3 Stichworte aufschreiben</li> <li>• An Pinwand hängen</li> <li>• Rubrik Rot: Ich bin kein gutes Vorbild ...</li> <li>• Rubrik Grün: Ich bin ein gutes Vorbild ...</li> </ul>	Rote und grüne Kartonkarten Stifte	5 min

<b>4. Schritt</b>	Was hindert mich eigentlich, meine Spiritualität zu leben? Und was hilft mir, es zu tun? <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rundgespräch</li> <li>• Stichworte von der Pinwand mit aufnehmen</li> </ul>	Stuhlkreis	10 min
<b>5. Schritt</b>	Vorstellung verschiedener Möglichkeiten anhand von M.Käßmann: Mit Herzen, Mund und Händen. Hier ist es sinnvoll, sich einige Kapitel aus Käßmann auszuwählen, die dann vorgestellt werden. Z.B. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Meditationsübung Käßmann 145 (ruhig werden, entspannen); auf Decken legen,</li> <li>• Bibelleseplan (jeden Tag Gottes Wort hören; Gedanken werden auf ihn gelenkt); vorstellen, wie es gehen könnte, aus eigener Erfahrung berichten</li> <li>• Ikone (in die Ikone „hineinträumen“): San Damiano Kreuz „beschreiben“</li> <li>• Armbänder (wjd, big usw) verteilen; Erfahrungsaustausch, was wir mit den Armbändern schon erlebt haben</li> <li>• Gebetsecke gestalten (Kerze, Spangenberg, schönes Bild)</li> <li>• usw.</li> </ul>	Stuhlkreis Decken und Kissen	40 min oder länger, je nachdem, wie viele verschiedene Möglichkeiten vorgestellt werden.
<b>6. Schritt</b>	Was kann ich ändern? <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kurz nachdenken und aufschreiben</li> <li>• Gelbe Rubrik: Das könnte ich anders machen ...</li> </ul>	Gelbe Kartonkarten, Stifte	5 min
<b>7. Schritt</b>	Was kann ich in den nächsten 4 Wochen ändern? <ul style="list-style-type: none"> <li>• Auf einem Zettel aufschreiben</li> <li>• Zum 1. April einen Brief (Mail) an Hinrich schreiben, was geklappt hat und was nicht.</li> </ul>		5 min
<b>Schlussrunde</b>	Wie geht es mir? <ul style="list-style-type: none"> <li>• Was möchte ich noch klären?</li> </ul>		5 min
<b>Gebet</b>	H.D.Hüsch: Psalm (Das kleine Buch zwischen Himmel und Erde, S.4)		5 min

## Material

- 2 Stellwände, Stuhlkreis, Eddings und Kugelschreiber,
- Blumentöpfe, schönes Tuch als Untergrund
- Decken und Kissen
- Steine und Kerzen
- Ikone und San Damiano Kreuz (12. Jh) aus Assisi
- Spangenberg: Psalmen und Prediger
- Armbänder (wjd, big usw)

## Literatur

- Margot Käßmann: Mit Herzen, Mund und Händen. Spiritualität im Alltag leben. Gütersloh 2007
- Peter Spangenberg: Höre meine Stimme. Die Psalmen. Hamburg 1995
- Peter Spangenberg: Alles hat seine Zeit. Aus der Weisheit der Bibel. Hamburg 1999
- Hanns Dieter Hüsch: Das kleine Buch zwischen Himmel und Erde. Düsseldorf 2000
- Hanns Dieter Hüsch: Das kleine Buch aus heiterem Himmel. Düsseldorf 2004
- Hanns Dieter Hüsch: Das Schwere leicht gesagt. Freiburg 1994
- Benedikta Hintersberger: Mit Jugendlichen meditieren. München 1993

## Internet

- [www.bibelportal.de](http://www.bibelportal.de) (bibelleseplan)

*Pfarrer Hinrich Schorling, Witten*