

14. Lutherischer Kongress für Jugendarbeit

Worte finden – über den Glauben reden

12.-14. Februar 2016 auf Burg Ludwigstein

Lesen, hören und leben – Workshop zum Thema Bibel

Übung 1: Meditatives Schreiben

Gott, du bist mein Gott, den ich suche.
Es dürstet meine Seele nach dir,
mein ganzer Mensch verlangt nach dir
aus trockenem, dürrem Land, wo kein Wasser ist.
So schaue ich aus nach dir in deinem Heiligtum,
wollte gerne sehen deine Macht und Herrlichkeit.
Denn deine Güte ist besser als Leben;
meine Lippen preisen dich.
So will ich dich loben mein Leben lang
und meine Hände in deinem Namen aufheben.
Das ist meines Herzens Freude und Wonne,
wenn ich dich mit fröhlichem Munde loben kann;
wenn ich mich zu Bette lege, so denke ich an dich,
wenn ich wach liege, sinne ich über dich nach.
Denn du bist mein Helfer,
und unter dem Schatten deiner Flügel frohlocke ich.
Meine Seele hängt an dir;
deine rechte Hand hält mich.
Psalm 63,2-9

- Lies zunächst den Psalm einmal langsam und laut Wort für Wort, so dass die Bilder des Textes in dir entstehen können. Dann nimm dir Zeit, um den Psalm aufzuschreiben. Vielleicht magst du auch kleine Bilder oder Symbole oder Verzierungen gestalten.
- Nimm den abgeschrieben Text zunächst als ganzen wahr. Dann halte einen Moment inne und achte darauf, ob es Worte gibt, die in dir besonders nachklingen. Unterstreiche sie in deinem Text.
- Lass die Worte noch einmal auf dich wirken, indem du den Psalm ein zweites Mal langsam und laut betend liest. Sprich danach bewusst ein Amen.