

Heft 1 *Nähe suchen*

Woche 1: Tempo raus

1. Ankommen und Einstieg

- Begrüßung
- Gebet
- Erfahrungen & Gebetsanliegen
 - o Falls Gebetsanliegen genannt werden – ev. Gebetsgemeinschaft in kleinen Gruppen
- **Hinführung zum Thema**
 - o Stell dir vor, ab nächster Woche würde es in Österreich keine Uhren mehr geben (Nicht am Handgelenk, nicht bei der U-Bahnstation, und auch nicht am Handy).
 - Wie würde sich unser aller Leben ändern?
 - Wie gut könntest du dich in solch ein Lebenskonzept integrieren?

2. Gemeinsames Bibellesen

- Gemeinsames Lesen des Textes **Lukas 10,38–42** in mehreren Übersetzungen
 - o Gibt es interessante Unterschiede zwischen den einzelnen Übersetzungen?
 - o Welche Beobachtungen im Text mache ich? > auf Flipchart markieren – siehe auch Hinweise auf S. 7
 - o Fragen aus der Gruppe notieren, mit den Fragen von S. 7 ergänzen und gemeinsam beantworten

3. Persönliche Reflexion & Austausch in Gruppen

- Fragen aus der Lektion aus dem Bereich „anwenden“ S. 8
 - o Kleingruppen (2 oder 3 Personen), die sich über die Anwendungsfragen austauschen
 - o Zusammentragen der Gruppengespräche im Plenum

4. Vertiefung & Persönliche Anwendung

- Kurze Diskussion zu zwei Abschnitten auf S. 9
 - o Zitat: „Die Eile ist nicht vom Teufel – sie ist der Teufel!“
 - o Letzter Absatz: „*Ein aufopferungsvoller Christ*“ vorlesen
- > Wie steht ihr zu diesen Aussagen?

5. Einüben > Einzel- & Partnerarbeit

Einzelarbeit

- Was spricht mich an diesem Thema an oder trifft mich?
- Wo wünsche ich mir Wachstum?
- Welche Entscheidung habe ich diese Woche getroffen oder möchte ich treffen?
- Meine Entscheidung auf Moderationskarte/Zettel notieren - Smarte

Zielformulierung:

- o **Spezifisch:** konkrete Formulierung
- o **Messbar:** am Ende kann man überprüfen, ob das Ziel erreicht wurde
- o **Attraktiv:** Ich habe ein ehrliches Interesse, an der Erreichung des Ziels.
- o **Realistisch:** Die Zielsetzung ist theoretisch und praktischer realistisch.
- o **Terminiert:** Zielerreichung ist an Deadline geknüpft.

Partnerarbeit

- Austausch mit einer oder zwei anderen Personen in der Kleingruppe

6. Abschluss

- Ermutigende Gedanken
- Abschlussgebet
- ev. Gedicht vorlesen:

Ich wünsche dir nicht alle möglichen Gaben.
Ich wünsche dir nur, was die meisten nicht haben:
Ich wünsche dir Zeit, dich zu freuen und zu lachen,
und wenn du sie nützt, kannst du etwas draus machen.

Ich wünsche dir Zeit für dein Tun und dein Denken,
nicht nur für dich selbst, sondern auch zum Verschenken.
Ich wünsche dir Zeit – nicht zum Hasten und Rennen,
sondern die Zeit zum Zufriedenseinkönnen.

Ich wünsche dir Zeit – nicht nur so zum Vertreiben.
Ich wünsche, sie möge dir übrig bleiben
als Zeit für das Staunen und Zeit für Vertrauen,
anstatt nach der Zeit auf der Uhr nur zu schauen.

Ich wünsche dir Zeit, nach den Sternen zu greifen,
und Zeit, um zu wachsen, das heißt, um zu reifen.
Ich wünsche dir Zeit, neu zu hoffen, zu lieben.
Es hat keinen Sinn, diese Zeit zu verschieben.

Ich wünsche dir Zeit, zu dir selber zu finden,
jeden Tag, jede Stunde als Glück zu empfinden.
Ich wünsche dir Zeit, auch um Schuld zu vergeben.
Ich wünsche dir: Zeit zu haben zum Leben!

Elli Michler