



# Neue Wege wagen

statt verzagen

# Neue Wege wagen statt verzagen

## DER ERSTE SCHRITT

➤ Ich lasse Bild und Text dieser Impulskarte eine Weile auf mich wirken und nehme wahr, welche Gedanken, Erinnerungen, Gefühle die Karte ganz unmittelbar bei mir auslösen. – Ich öffne mich bewusst für die vor mir liegende Zeit, diesen Tag und die anstehenden Begegnungen. Ich stehe auf. Bleibe eine Weile aufrecht stehen. Dann gehe ich sehr bewusst einen ersten Schritt – langsam, wie in Zeitlupe.

## WEGBEGLEITER TO GO

➤ Heute mal was anders machen! Ich unterbreche meine Routine an diesem Tag und habe den Mut etwas Neues auszuprobieren: einen neuen Weg zur Arbeit gehen, Zähneputzen mit der anderen Hand, etwas essen, was ich noch nie probiert habe... Vielleicht lasse ich mich auch einfach führen, wenn heute mal etwas anders läuft, als es mir vertraut oder lieb ist.

## BIBLISCHE UNTERBRECHUNG

➤ „Nehmt nichts mit auf den Weg.“ Eine sehr ungewöhnliche Aufforderung, die Jesus den Jüngern gibt. Eine konkrete Aufgabe, der Aufruf neue Wege zu wagen. Aber keine Selbstversorgung und ohne Absicherung! Dafür ganz im Vertrauen, dass gesorgt wird, dass alles da ist, was ich brauche. – Ein Text im Lukasevangelium will mich heute in Bewegung bringen (Kapitel 9, Verse 1–6).

## EIN BLICK ZURÜCK

➤ Am Ende des Tages oder nach einer Gebetszeit frage ich mich: Was habe ich heute an „Neuem“ kennengelernt? Wo hat mich die Unterbrechung meiner Routine gefordert? Was hat mich bewegt, berührt oder irritiert? Ich nehme wahr, was ich gerade spüre und kann dies mit meinen eigenen Worten mit Gott ins Gespräch bringen oder verweile einige Augenblicke in der Stille.

## AUSTAUSCH & NACHTGEBET

➤ Die Erfahrungen des Tages können im Austausch mit anderen geteilt werden oder in ein persönliches Nachtgebet münden.



# Biblische Unterbrechung

## Lukas 9, 1 – 6

- 1 | Dann rief er die Zwölf zu sich und gab ihnen Kraft und Vollmacht über alle Dämonen und um Krankheiten zu heilen.
- 2 | Und er sandte sie aus, das Reich Gottes zu verkünden und die Kranken gesund zu machen.
- 3 | Er sagte zu ihnen: Nehmt nichts mit auf den Weg, keinen Wanderstab und keine Vorratstasche, kein Brot, kein Geld und kein zweites Hemd!
- 4 | Bleibt in dem Haus, in dem ihr einkehrt, bis ihr den Ort wieder verlasst!
- 5 | Wenn euch aber die Leute nicht aufnehmen, dann geht weg aus jener Stadt und schüttelt den Staub von euren Füßen, zum Zeugnis gegen sie!
- 6 | Die Zwölf machten sich auf den Weg und wanderten von Dorf zu Dorf. Sie verkündeten das Evangelium und heilten überall.



## Anregung für die Gestaltung der biblischen Unterbrechung

### VORBEREITUNG

➤ Ich suche mir einen passenden Ort und komme dort an. Es kann eine Hilfe sein, einige Momente auf den eigenen Atem zu achten oder ein vertrautes Gebet zu sprechen.

### BETRACHTUNG DES BIBLISCHEN TEXTES

➤ Ich lese mir den Text durch. Vielleicht stelle ich mir die Szene des ausgewählten Bibeltextes bildlich vor: wie auf einer Bühne baue ich mir die Handlung vor dem inneren Auge auf. Auch kann ich mir einen Platz in diesem Geschehen suchen.

➤ Ich achte darauf, wie es mir in diesem Moment geht und was der Text in mir auslöst oder wonach ich mich sehne. Vielleicht kann ich Gott das sagen oder mit ihm ins Gespräch kommen. Es ist das wichtig, was mich gerade beschäftigt, was mich berührt oder bewegt.

### ABSCHLUSS

➤ Gegen Ende der Gebetszeit nehme ich mir noch einmal einige Momente der Stille. Ich kann diese Zeit mit einigen bewussten Atemzügen oder einem Kreuzzeichen beenden. Vielleicht notiere ich mir mit einigen Stichworten, was mir gerade wichtig ist.

---

---

---

---