

## Hier bin ich. Ein geistlicher Übungsweg



<b>1. Titel</b>	<b>Hier bin ich. Ein geistlicher Übungsweg</b>
<b>2. AutorIn / HerausgeberIn</b>	Silke Harms, Klaus Dettke, Andreas Brummer (im Auftrag der VELKD)
<b>3. Ziele des Kurses</b>	Die VerfasserInnen orientieren sich in Inhalt und Struktur an Martin Luthers Kleinem Katechismus. Dieser Katechismus besteht aus 5 sogenannten „Hauptstücken“: Zehn Gebote, Glaubensbekenntnis, Vaterunser, Taufe und Abendmahl. Diese Themen beschreibt Luther als wesentlich für den Glauben eines Christen. Dabei war es ihm wichtig, dass die Christen nicht nur über den Glauben Bescheid wissen, sondern dass sie sich täglich darin „üben“. Sich in den christlichen Glauben „einzuüben“ – dazu wollen die Impulse dieses Kurses helfen.
<b>4. Zielgruppe/n</b>	Menschen, die auf der Suche nach einer evangelischen Spiritualität sind und die sich 5 Wochen auf einen geistlichen Übungsweg einlassen wollen. Der Kurs ist für Einzelpersonen geschrieben, kann aber auch von einer Gruppe gemacht werden, die sich z. B. wöchentlich zum Austausch trifft.
<b>5. Inhalte</b>	<p>In seinem Kleinen Katechismus hat Martin Luther das <i>Fragen</i> als wesentlich für die Einübung in den christlichen Glauben beschrieben. Wer fragt, will nicht nur Informationen über den Glauben oder Gott bekommen, sondern Christen sollen fragen, um herauszufinden, was der Glaube und was Gott für ihr eigenes Leben und für die Welt bedeuten: Was bedeutet das, was ich da lese? Wo komme ich darin vor? Was sagt mir das für meine momentane Situation? Gott fragt den Menschen und der Mensch fragt Gott. Und die Antworten entstehen in der Begegnung, sie zeigen sich, der Mensch wächst in sie hinein. Jede Woche hat eine Frage, an der sich die Texte und Anregungen zur Meditation orientieren:</p> <p>Woche 1: Wo bist du?          Woche 2: Was suchst du? Wen suchst du?          Woche 3: Wer hat mich berührt?          Woche 4: Wer ist der?          Woche 5: Was muss ich tun?</p>
<b>6. Arbeitsformen / Didaktische Herangehensweise</b>	<p>Wesentliches Element des Kurses ist die wiederholende Einübung von wöchentlich wiederkehrenden methodischen Zugängen:</p> <p>Montag: Meditatives Schreiben          Dienstag: „Wiederkäuende Betrachtung“          Mittwoch: Lesung, Meditation, Gebet und Betrachtung          Donnerstag: Bildmeditation          Freitag: Schriftbetrachtung mit allen Sinnen          Samstag: Rückschau auf die Woche</p>

	Sonntag: Besuch eines Gottesdienstes mit einer auf die Woche bezogenen Frage.
<b>7. Dauer / Umfang des Kurses</b>	<p>Der Kurs umfasst Impulse für fünf Wochen. In drei sogenannten „Vorbereitungstagen“ werden die Teilnehmenden aufgefordert, sich einen Ort zum Beten einzurichten und zu überlegen, wann in ihrem Tagesablauf sie sich Zeit für Ihre tägliche Meditation nehmen möchten. Anregungen für das täglich gleiche Anfangsgebet sind ebenfalls in den Vorbereitungstagen zu finden. Diese Vorbereitungen sind eine wichtige Voraussetzung für das geistliche Üben und selber auch schon Gebet.</p> <p>Nach den Vorbereitungstagen sollen die Teilnehmenden sich jeden Tag Zeit zuhause für folgende Übungen nehmen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Eine Übungszeit mit Impulsen von je 20-30 Minuten (vgl. Punkt 5 und 6)</li> <li>- Einen abendlichen Tagesrückblick (10-15 Minuten)</li> <li>- Die Anregung immer wieder am Tag innezuhalten</li> <li>- Am Sonntag Besuch eines Gottesdienstes.</li> </ul> <p>Wird der Kurs von einer Gruppe gemacht, kommen pro Woche 1-2 Stunden Gruppentreffen hinzu. Angeregt wird außerdem, sich für die Kurswochen eine geistliche Begleitung zu suchen, mit der Gespräche geführt werden können.</p>
<b>8. Weiterarbeit / Abschluss / Zertifizierung</b>	Die einzelnen Übungen für die jeweiligen Wochentage (s. Punkt 6.) sind im Buch so ausführlich erklärt, dass die nach Beendigung des Kurses auch mit selbst gewählten Bibeltexten über Bildern durchgeführt werden können.
<b>9. Umsetzungsmöglichkeiten und -voraussetzungen</b>	Das Kursmaterial bietet alles, um den Kurs allein zuhause durchzuführen. Die Gruppenabende können selbständig gestaltet werden.
<b>10. Verwendetes Material / Medien / Literatur</b>	Die Anregungen für jede Woche enthalten zwei biblische Texte und ein Bild. Es geht nicht darum, über diese Texte oder das Bild nachzudenken, sondern sie vielmehr betend und meditierend mit verschiedenen Methoden (vgl. 6.) für das eigene Leben und den Glauben zu erschließen.
<b>11. Kosten für Durchführung bzw. Material</b>	Das Buch kostet 14,99 Euro. Alle KursteilnehmerInnen benötigen es für die Durchführung des Kurses. Die Landeskirche bezuschusst Glaubenskurse mit bis zu 40%. Dies gilt auch für Kurse zu Themen der Reformation. <a href="http://www.kirchliche-dienste.de/arbeitsfelder/kurse-zum-glauben/finanzen">http://www.kirchliche-dienste.de/arbeitsfelder/kurse-zum-glauben/finanzen</a>
<b>12. Weitere Besonderheiten des Kurses</b>	Einzelne Elemente des Buches und zahlreiche Übungen wurden in der Arbeit der Referentinnen und Referenten des Geistlichen Zentrums Kloster Bursfelde seit Jahren erprobt
<b>13. Bezugsadresse</b>	Der Kurs ist im Buchhandel erhältlich. Gütersloher Verlagshaus, 2015 ; ISBN 978-3-579-07428-3
<b>14. Beratende Einrichtung</b>	Missionarische Dienste im Haus kirchlicher Dienste Archivstr. 3 30169 Hannover 0511 1241 557 <a href="http://www.kirchliche-dienste.de/arbeitsfelder/kurse-zum-glauben/homepage">http://www.kirchliche-dienste.de/arbeitsfelder/kurse-zum-glauben/homepage</a>