



PDF - Datei



IMPULSLETTER FÜR FRAUEN
AUGUST 2019

Lebensworte – wenn Gott mein Herz berührt

Wie ist das, wenn Gott mein Herz berührt? Passiert das eigentlich heute noch und wenn ja, wie? Mal ehrlich, wann hast du das zuletzt erlebt? Und gibt es so etwas wie ein „Herzens-Wort“ für dich? Ein Wort, einen Vers zu dem du immer wieder zurückkehrst?

Diese Frage stellte mir Pfarrer Hanspeter Wolfsberger vor einigen Jahren bei Stillen Tagen auf dem Betberg, einem kleinen Haus der Stille in der Nähe von Freiburg. Er gab uns die Aufgabe, einmal nach einem solchen Lebenswort, einem Grundwort unseres Glaubens zu fragen. Und wie viel hat dieses Wort mit mir, mit meiner Lebens- und Glaubensgeschichte zu tun?

Einige Jahre danach ist daraus ein kleines Buch entstanden: „Lebensworte – Wenn Gott mein Herz berührt!“ 25 Frauen erzählen ihre ganz persönliche Geschichte und Erfahrung mit ihrem Lebenswort. Und alle machen deutlich – Gott ist nicht stumm geblieben.

Das Buch und Stundenentwürfe zum Thema findest du [HIER](#):



Wie finde ich mein Lebenswort?

Ich nehme mir eine Zeit der Stille. Dazu suche ich mir einen Platz, der mir hilft, mich auf Gott auszurichten. Ich stelle mir vor, dass Gott mich dort sieht, erwartet und mich freundlich anschaut. Vielleicht atme ich auch erst mal durch – und langsam komme ich zur Ruhe. Dann bitte ich Gott, mir die Augen zu öffnen für seine Nähe.

So in der Nähe Gottes, versuche ich achtsam auf mein Herz zu hören:

- Welche Worte fallen mir ein?

Vielleicht gehe ich in Gedanken auch noch mal die Worte durch, die mir in meinem Leben schon zugesprochen wurden (bei der Taufe, Konfirmation, ...). Ich habe schon so viele Bibelworte gehört und gelesen, dass es für Gott leicht ist, mir eines davon ins Gedächtnis zu rufen.

Fällt dir ein Bibelvers ein? Dann versuch doch mal, dieses Wort zu befragen:

- Was möchte Gott mir dadurch sagen?

- Was tut mir gut, ermutigt mich, wenn ich es höre – vielleicht auch laut ausspreche?
- Möchte ich dieses Wort mitnehmen?
- Welche Frage ist vielleicht auch aufgetaucht?
- Was wird mich weiter beschäftigen?

Vielleicht hast du Lust, es einmal auszuprobieren? Mir hat es gut getan, nach diesem Lebenswort Ausschau zu halten. Und nicht nur das, diese Erfahrungen dann auch mit anderen zu teilen.

Christiane Rösel, Stuttgart
 Mitglied des Arbeitskreises für Frauen;
 Gemeinde- und Diplompädagogin;
 Landesreferentin für den Ev. GV Württemberg – die Apis



Bibelse persönlich gestalten

Mit unserem Projekt FRAUENZEIT kreativ haben wir etwas völlig Neues ausprobiert. Wir wollten das Miteinander von Frauen mit unterschiedlichem Glaubenslevel anregen, gemeinsam die Bibel in die Hand nehmen, darin lesen, ins Gespräch kommen und Bezüge zu uns persönlich herstellen. Und wir wünschten uns, dass jede Frau Gelegenheit bekommt, ihre Gedanken und Gefühle kreativ und individuell zu verarbeiten.

Mittlerweile haben wir einen erprobten Ablauf. Dazu hat jede Frau ihr eigenes Heft mit Bibelversen, die nicht nur durch den Kopf, sondern auch durch die Sinne und Gefühle geflossen sind. Das kann ein für immer abrufbarer Schatz sein.

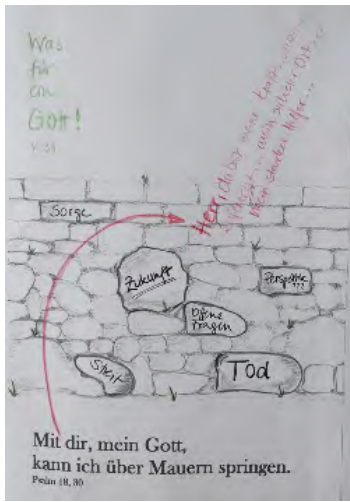
Ein Beispiel: Psalm 18, 30 „Mit meinem Gott kann ich über Mauern springen“

Nach dem ersten Austausch über den Bibelvers und den Textzusammenhang (ca. 15 Min) beginnt eine möglichst stille Zeit, in der jede Frau ganz bei sich sein kann. Leise Instrumentalmusik hilft dabei. Innere Fragen kommen auf:

- Wie sieht meine Mauer aus, über die ich mit Gottes Hilfe springen kann?
- Welche Steine gehören dazu?
- Was ist der größte Brocken?
- Wie hilft mir Gott darüber?

Auf dem Tisch ist ausreichend Platz und genügend Abstand zur Nachbarin. In ca. 40 Min gestaltet jede Frau ihr Blatt, indem sie ihre Gedanken und Gefühle umsetzt. Dabei besteht völlige Freiheit. Als Angebot gibt es ein formatiertes Papier, angepasst an die Heftgröße mit dem Kernvers in einer schönen Schrift. Dazu evtl. Kleingedruckt den weiteren Text. Wichtig ist viel Platz und Raum zur eigenen Gestaltung. Am schwersten ist der Anfang. Wenn man erst einmal im Fluss ist, kommen immer mehr Ideen... Am Ende klebt jede Frau ihr gestaltetes Blatt in ein persönliches A5 IKEA Heft ein. Es folgt eine kurze Austauschrunde: Was hat uns bewegt beim Gestalten und was ist uns wichtig geworden? Annelie, die in einer Depression feststeckt, malte hinter ihrer Mauer aus Sorge und Angst einen schmalen Streifen Sonne. Karin gestaltete eine kleine Papierleiter, die an ihrer Mauer lehnt. Auf den Sprossen der Leiter stehen Worten wie Vertrauen auf Gott. Eine großartige Idee, von der wir alle profitieren.

Was man dafür braucht und geeignete Textstellen finden Sie [HIER](#):



Christina Ott, Schmalkalden,
Frauenkreis Floh-Seligenthal,
Mitglied des Arbeitskreises für
Frauen



Und hier noch ein wichtiger Termin zum Vormerken:

Der nächste Frauenkongress ist in Planung!

Wann: 13.-15. November 2020

Wo: Marburg, Evangeliumshalle

Evangelischer Gnadauer Gemeinschaftsverband e. V.

Leuschnerstraße 72a | 34134 Kassel

Telefon 0561 20799-0 | Telefax 0561 20799-29

Bankverbindung: Evangelische Bank

IBAN: DE87 5206 0410 0000 0059 08 | BIC: GENODEF1EK1

[Online-Spende](#)

NEU unter **frauen exklusiv** auf Facebook

und **frauen_exklusiv** auf Instagram

[Austragen](#) | [Manage subscription](#)