

Standortbestimmung

1. Ankommen – Vorstellungsrunde

- je nach Gruppe evtl. Lied zum Einstieg; bei Geübten auch eine meditative Stille-Übung
- Vorstellen der Gruppenleitung
- Vorstellungsrunde: Wie bin ich heute Abend hier? Wo stehe ich gerade? Erwartungen, Vorerfahrungen mit Exerzitien im Alltag...

2. Informationen „Exerzitien im Alltag“

- Austeilen der Materialien
- je nach Kenntnisstand der TN sollte das Prinzip der Exerzitien im Alltag erläutert werden
- Vorstellen der beiden Ausklapp-Seiten des Umschlags „Gebetszeit“ und „Tagesrückblick“

3. Inhaltlicher Einstieg in die Materialien „Angekommen unterwegs“

- Text „Angekommen unterwegs“ aus dem Umschlag laut vorlesen
- gemeinsames Durchgehen der Seiten „Die vier Wochen“ aus der Einleitung

4. Thematische Einführung

- Arbeitsblatt 1: Standortbestimmung austeilen und bearbeiten lassen
- Austausch dazu in der Kleingruppe oder im Plenum (je nach TN-Zahl)

5. Abschluss

- Gebet „Unser Weg“ (Kaspar del Bufalo) aus der Einleitung (S. 7)
- meditative Musik oder Kanon „Schweige und höre“
- Stille – angeleitet ein kurzer Tagesrückblick
- Gemeinsames Vater Unser und Segen

Arbeitsblatt 1: Standortbestimmung

Exerzitien im Alltag – Erster Gruppenabend: Standortbestimmung

In meinem Leben bin ich angekommen... (Stationen, Bedingungen...)

In meinem Leben bin ich unterwegs mit...
