

## **Stärkungsabend für Ehrenamtliche**

erarbeitet von Pastoralassistentin Mag<sup>a</sup> Astrid Hollaus, Dekanat Unterweißenbach

### **Einleitung – Wie läuft der Abend ab?, Begrüßung**

#### **Lied: In deinem Namen**

#### **Einleitung**

#### **Gebet**

Gott.

Du bist unsere Quelle.

Du bist unsere Lebensaufgabe.

Du bist unser Ziel.

In deinem Namen wollen wir sein.

#### **Bibelstelle:**

Mk 1,21-35

Sie kamen nach Kafarnaum. Am folgenden Sabbat ging er in die Synagoge und lehrte. Und die Menschen waren voll Staunen über seine Lehre; denn er lehrte sie wie einer, der Vollmacht hat, nicht wie die Schriftgelehrten. In ihrer Synagoge war ein Mensch, der von einem unreinen Geist besessen war. Und sein Ruf verbreitete sich rasch im ganzen Gebiet von Galiläa.

Sie verließen sogleich die Synagoge und gingen zusammen mit Jakobus und Johannes in das Haus des Simon und Andreas. Die Schwiegermutter des Simon lag mit Fieber im Bett. Sie sprachen sogleich mit Jesus über sie und er ging zu ihr, fasste sie an der Hand und richtete sie auf. Da wich das Fieber von ihr und sie diente ihnen.

Am Abend, als die Sonne untergegangen war, brachte man alle Kranken und Besessenen zu Jesus. Die ganze Stadt war vor der Haustür versammelt und er heilte viele, die an allen möglichen Krankheiten litten, und trieb viele Dämonen aus.

In aller Frühe, als es noch dunkel war, stand er auf und ging an einen einsamen Ort, um zu beten.

*Ein Tag aus dem Leben Jesu. Ein voller Tag. Ich habe hier im Raum drei Stationen vorbereitet, bei denen jeweils ein Aspekt aus der Bibelstelle im Zentrum steht.*

Ich lade dich ein, aufzustehen und euch im Raum zu bewegen. In Stille darfst du vor den Stationen verweilen, dir die Fragen durchlesen. Du musst nicht über jede Frage nachdenken. Verweile bei der Frage, die dich am meisten zum Denken anregt. Sie ist es vermutlich, die momentan wichtig für dich ist.

Bei jeder Station liegen Zettel mit den Impulsen auf. Du darfst dir einen nehmen, Notizen darauf machen, ihn mit nach Hause nehmen.

Ich werde ein Signal geben, mit dem diese Übung beendet sein wird. Dann gehe bitte zu der Station, die dich am meisten anspricht. In Kleingruppen werdet ihr dann darüber ins Gespräch kommen, was euch dazu beschäftigt! Wichtig: Sag nur das, was du von dir preisgeben möchtest. Manches bleibt bei dir, bei Manchem ist es gut, wenn du dich austauschen kannst!

Danach Austausch im Plenum – kleben der Postits.

**1) GEBEN: Jesus befreit Menschen zum Leben (von Dämonen Besessene und Kranke) und lehrt. Er gibt viel von sich. Er hat Talente und Fähigkeiten geschenkt bekommen. Er setzt sie für die Menschen ein.**

- *Wo kann ich geben? Welche Talente und Fähigkeiten habe ich geschenkt bekommen?*
- *Wo gibt meine/unsere Pfarre? Wo wirken wir als Pfarre heilend und stärkend?*
- *Erinnere ich mich selbst an Menschen, die mir gegeben haben? Was hat sie besonders ausgezeichnet?*
- *Gibt es jemanden, den ich im nächsten Jahr in seinen Talenten und Fähigkeiten stärken möchte? Gibt es jemanden, dem ich bewusst DANKE für ihren/seinen Einsatz sagen möchte?*

**Wer möchte, darf Gedanken des Gebens auf diese Herzen schreiben und als Zeichen der Dankbarkeit auf das Plakat kleben.**

**2) HILFE: Der Ruf des Besessenen verbreitete sich in der ganzen Synagoge. Simon, Andreas, Jakobus und Johannes sagen Jesus, dass Schwiegermutter des Petrus Hilfe braucht. Kranke und Besessene kommen zu Jesus oder werden zu ihm gebracht. Sie alle merken, dass sie selbst oder jemand anderer Hilfe braucht.**

- *Wo brauche ich Hilfe? In meinem privaten Umfeld, im Beruf, in meiner pfarrlichen Tätigkeit?*
- *Dämonen behindern Leben: wo werde ich in meiner ehrenamtlichen Tätigkeit behindert am wirksam werden? Was hindert uns als Pfarre?*
- *Was könnte mir/uns helfen?*
- *Womit oder wodurch behindere ich mich/behindern wir uns als Pfarre vielleicht selbst? Was hindert uns am Leben und Wachsen?*

**Wer möchte, darf Gedanken auf diese Postits schreiben und auf das Plakat schreiben.**

### **3) In aller Früh, als es noch dunkel ist, steht Jesus auf und geht an einen einsamen Ort, um zu beten.**

**Jesus geht an einen einsamen Ort. Er nimmt sich Zeit, um aufzutanken. Er nimmt sich Zeit für Gott.**

- *Was sind meine „Tankstellen“? Habe ich das Gefühl, sie oft genug aufzusuchen?*
- *Was ist für mich ein „einsamer Ort“?*
- *Was ist für mich „Gebet“?*
- *Erfahre ich Kirche als Ort um aufzutanken? Was ist/wäre deiner Meinung nach dafür notwendig?*

**Wer möchte, darf Gedanken auf diese Postits schreiben und auf das Plakat schreiben.**

## **Vater Unser**

**Überleitung zum Lied:** Ganz egal, ob es um die schönen oder die herausfordernden Dinge im persönlichen Leben, aber auch im Pfarrleben geht: zusammen geht es besser! „Die Kraft des WIR entlastet“, wie die Salvatorianerin und Bestseller-Autorin Melanie Wolfers in ihrem Buch auf den Seiten 178-179 schreibt.

Wolfers, M. (2023). *Nimm der Ohnmacht ihre Macht*. München: bene!

**So lasst uns gemeinsam singen:**

**Lied: Wir wollen aufstehn, aufeinander zugehn**

**Segen:** Bitten wir zum Abschluss Gott um seinen Segen. Der Gott, der unsere Quelle ist, der uns zueinander orientiert, der uns Halt gibt, der uns die Hand reicht, segne und behüte uns. Im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes. Amen.

**Abschluss:** Agape und Gespräch 😊