

„Licht ins Licht?“

Bausteine für eine Gruppenstunde/Besinnung im Advent

Einstieg

Im Raum werden – schon vor Beginn der Gruppenstunde – Kerzen oder Teelichter aufgestellt. Diese können in der Mitte des Raumes oder an verschiedenen anderen Stellen aufgestellt und entzündet werden. Das elektrische Licht ist ausgeschaltet, es brennen nur die Kerzen bzw. Teelichter. Im Hintergrund kann meditative Musik eingespielt werden.

Wenn die Gruppe eingetroffen und angekommen ist, kann die Gruppenstunde mit einem bewussten Zeichen begonnen werden (Begrüßung, Gebet, gewohntes Ritual...).

1. Schritt: Bilder der Dunkelheit

Man vergegenwärtigt sich Situationen und Erfahrungen, in denen sich Dunkelheit breit macht. Immer dann, wenn eine angesprochen wird, wird eine Kerze oder ein Teelicht ausgelöscht, bis der Raum ganz dunkel ist. Man kann u.a. folgende Methoden zu Hilfe nehmen:

- Zeitungsartikel, negative Schlagzeilen
- Bilder, die für „Dunkelheit“ sprechen
- Persönliche Erfahrungen bzw. Erfahrungen der Gruppe: dabei ist auf Respekt, Sensibilität, Einfühlungsvermögen, Verantwortung und Verschwiegenheit zu achten; niemand muss etwas sagen bzw. kann und braucht nur das zu sagen, was er/sie will. Es kann auch zu einer Stille eingeladen werden, in der sich jede/r eine Situation oder Erfahrung vor Augen führen kann und dann – in Stille – zeichenhaft eine Kerze oder ein Teelicht auslöscht.

2. Schritt: Erfahrungen der Dunkelheit

Die vorweihnachtliche Zeit mit ihren Lichtern und der gefühlsreichen Stimmung trägt sehr viel zu Freude bei. Gleichzeitig kann die Lichterflut zur Folge haben, dass der Mensch „verlernt“, die Bedeutung des Lichtes zu schätzen, weil er die Erfahrung rein äußerlicher Dunkelheit nicht (mehr) kennt. Dieser Schritt soll einladen, dieser Erfahrung nachzuspüren und Dunkelheit zu erleben. Dies kann „methodisch“ gestaltet werden, um die Erfahrung der Dunkelheit und der Grenzen, welche sie setzt, anzuregen. Hier einige Beispiele:

- Eine/r wird eingeladen, eine Gestik vorzuzeigen. Die Gruppe wird sich schnellstens überzeugen, dass es sinnlos ist, weil niemand etwas sehen und erkennen kann, wie in den folgenden Beispielen.
- Die Plätze sollen getauscht werden und jede/r soll sagen, wer neben ihm/ihr sitzt.

- u.a. (hier bauen wir auf deine Kreativität)

Anschließend wird jede/r eingeladen, in die Stille und in die Dunkelheit hineinzusprechen, was ihm/ihr zum Stichwort „Dunkelheit“ einfällt.

3. Schritt: Die Kraft des Lichtes

Der/die Gruppenleiter/in entzündet eine Kerze und stellt sie in der Mitte. Dabei geht sie kurz auf die Bedeutung und die Kraft dieses einen Lichtes ein. z. B. schon eine Flamme verändert den Raum und drängt die Dunkelheit zurück *oder* Christen bezeichnen Jesus Christus, den Auferstandenen als das Licht, das stärker ist als alle Dunkelheit, u.a.

Dann kann folgender Schrifttext vorgetragen werden:

Als Jesus ein andermal zu ihnen redete, sagte er: Ich bin das Licht der Welt. Wer mir nachfolgt, wird nicht in der Finsternis umhergehen, sondern wird das Licht des Lebens haben. Ihr seid das Licht der Welt. Eine Stadt, die auf einem Berg liegt, kann nicht verborgen bleiben. Man zündet auch nicht ein Licht an und stülpt ein Gefäß darüber, sondern man stellt es auf den Leuchter; dann leuchtet es allen im Haus. So soll euer Licht vor den Menschen leuchten, damit sie eure guten Werke sehen und euren Vater im Himmel preisen. (*Joh 8,12 und Mt 5,14-16*)

4. Schritt: Zum Nachdenken

Der/die Gruppenleiter/in spricht folgenden Ausspruch von Ulrich Schaffer in die Stille:

„Vielleicht ist das, was wir Dunkel nennen nur eine Form von Licht, die uns fehlt.“

Es ist ratsam, den Spruch einige Male zu wiederholen, damit er zu Nachdenken bzw. besserem Verständnis anregt.

Wenn Dunkelheit (auch) eine Form von Licht, die uns fehlt, sein kann, stellt sich die Frage, was alles dazu beitragen kann, dass fehlendes Licht wieder an Leuchtkraft gewinnt. Gemeinsam wird dieser Frage nachgegangen und nach Antworten gesucht. Bei jeder Antwort wird eine Kerze im Raum wieder entzündet.

5. Schritt: Besinnung

Folgender Besinnungstext eignet sich für die Vertiefung:

„Ich bin das Licht der Welt –
Ihr seid das Licht der Welt“

Ein Licht
ist bei uns eingezogen.
Es leuchtet in unserer Mitte.
Und ist ein Zeichen
für das Licht,
das unseren Tag erhellt.
Es ist zu uns gekommen –
von weit her.
Das Licht,
das unseren Tag erhellt,
liegt weit außerhalb unseres
Wirkungsbereiches,
ja: außerhalb unserer Erdkugel.
Aber es hat sich aufgemacht,
unsere Erde,
alle, auch unser Leben,
unseren Tag zu erhellen.
So schauen wir
auf dieses Licht in unserer Mitte.
Es verbindet uns –
Und es ist ein Symbol für Christus,
der von sich gesagt hat:
Ich bin das Licht der Welt.

...in die Welt gekommen
als ein Licht,
damit wir nicht in der Finsternis bleiben. (Joh 12,46)
Licht,
das unseren Tag erhellt –
damit es hell wird in unserem Leben,
in uns – damit es licht wird...

...und wir licht werden
als Orientierung für die Menschen,
die Orientierung brauchen;
und als die,
die Gottes Wärme ausstrahlen,
die die Welt umfängt –
und die erneuert
und heilt.

Abschluss

Im Anschluss erhält jede/r Teilnehmer/in ein Teelicht oder ein großes Zündholz oder eine Zündholzschatel mit dem Spruch von Ulrich Schaffer. Das Zeichen in der Hand soll er/sie darüber nachdenken, wo er/sie fehlendes Licht wieder zum Leuchten bringen kann. Jede/r fasst sich einen Vorsatz, den er in unmittelbarer Zukunft zu verwirklichen versucht.

Es ist sinnvoll, die Gruppenstunde bzw. Besinnung mit einem Gebet (Vater unser...) bewusst abzuschließen.

Liedvorschläge für die Gruppenstunde:

„Du bist das Licht der Welt“ (Ein Kreis beginnt zu leben 1, S. 38)

„Meine Hoffnung und meine Freude“ (Ein Kreis beginnt zu leben 1, S. 277)

„Herr, das Licht deiner Liebe leuchtet auf“ (Ein Kreis beginnt zu leben 2, Nr. 120)

„This little light of mine“ (Ein Kreis beginnt zu leben 2, Nr. 275)

Christoph Schweigl, Jugendseelsorger