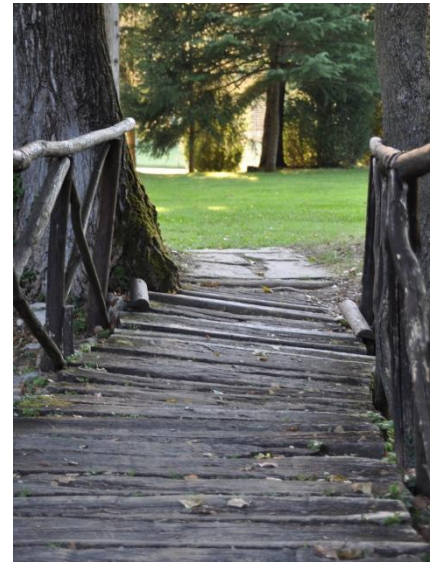


## Meditation zum Thema

# „Weg“



### **Vorbereitung:**

Am Platz der Teilnehmer/-innen liegt DIN A5-Blatt mit folgendem Text:

*Lebensweg – Irrweg – Wanderweg – Umweg – Abkürzung –  
„den direkten Weg wählen“ – „Jemandem aus dem Weg gehen“  
– Schnellstraße – Einbahnstraße – Sackgasse – Kreuzung –  
Gang nach Canossa – Labyrinth – Weg zur Mitte – Arbeitsweg –  
Weg nach Hause – Privatweg – ...*

Im Hintergrund läuft leise Meditationsmusik

### **Durchführung:**

Die Begriffe werden langsam vorgelesen.

Anschließend werden folgende Impulse vorgetragen:

*Der Begriff „Weg“ prägt, ja be-wegt unsere Sprache.  
Er begegnet uns immer wieder in all seiner Vielfältigkeit, was alleine  
die abgedruckten Beispiele zeigen.*

*Ein Weg ist einerseits etwas ganz Alltägliches und Allgemeines, für viele  
zugänglich.  
Und doch gibt es auch die ganz persönlichen Wege und  
Wegerfahrungen.*

***Da gibt es Wege, die man ganz allein geht;***

- > ***zu einer Prüfung,***
- > ***zu einem Vorstellungsgespräch;***
- > ***zum Arzt, der mit einer Diagnose wartet;***
- > ***zu einem kranken Freund;***
- > ***weg aus einer Beziehung***
- > ***ein Umzug an einen neuen und fremden Lebensort;***
- > ***auf den Friedhof;...***

***Diese Wege, und wenn auch noch so viele sie äußerlich (daneben hergehend) oder innerlich (im Geiste mitgehend) mitgehen oder aber denselben Weg bereits schon gegangen sind, diese Wege sind doch gerade durch ihre Schwere, ganz einmalig und individuell.***

***Andererseits kennen wir aber auch leichte, beschwingte Wege, die wir freudig beschreiten:***

- > ***nach einer bestandenen Prüfung;***
- > ***zu lieben Freunden;***
- > ***ins Krankenhaus zu einem neugeborenen Kind;***
- > ***zu einer Verabredung***
- > ***einem Fest;***
- > ***Heim zur Familie;***
- > ***ins neue Haus,***
- > ***...***

***Diese Wege gehen wir gerne, sie fallen uns leichter – und leichter ist es auch anderen Menschen davon zu erzählen, miteinander auf solchen Wegen unterwegs zu sein.***

***Wege –***

***sowohl die schweren, als auch die leichten, nur zusammen sind sie Sinnbild unseres Lebens – unseres Lebensweges.***

***Und keiner von uns kennt nur den leichten, den unbeschwerten Weg. Unseren Lebensweg geprägt haben neben den vielen schönen, auch die schweren Wegstrecken.***

Zeit zum Nachdenken mit Instrumentalmusik

***Im Advent gehen wir auch einen Weg. Den Weg hin zur Krippe, den Weg auf Weihnachten zu. Die biblischen Personen auf dem Weg können Stellvertreter für uns und unsere Lebenserfahrungen sein:***

*Da ist Maria* deren Lebensweg plötzlich durchkreuzt wurde und die eine sowohl frohe, als auch erschreckende Botschaft erfuhr, eine Botschaft, die ihrem Weg eine ganz neue Richtung gab.

*Da ist Josef* der irgendwie so „hineinrutschte“, ganz plötzlich auf einem völlig neuen Weg war, ohne zu wissen, wohin dieser Weg mit Maria führt.

*Da ist der Engel* der zum einen den Weg von zwei Menschen durch sein Auftreten verändert und andererseits zum stillen Weggefährten in dieser Zeit wurde.

***Wenn wir unser Leben ansehen, wenn wir unseren bisherigen Lebensweg betrachten, so sind wir immer wieder entweder „Maria, Josef oder der Engel“: Wir werden durch äußere Umstände auf neue Wege gebracht, wir wissen oft nicht, wie es weitergeht, und zugleich beeinflussen wir selbst aber auch die Lebenswege anderer Menschen und können zugleich auch deren Wegbegleiter sein.***

***Bei allen biblischen Weggeschichten, wie z. B. der Erzählung von Mose, der Weihnachtsgeschichte oder der Wegerzählung der Emmausjünger, wird eines immer wieder klar:***

***Den Weg den DU gehst, gehst DU nicht alleine.***

***Gott, der von sich sagt:***

***„Ich bin der ich bin da“ – ist ein Weggott,***

***der mitgeht und uns mit seinem Segen begleitet.***

***Lied:*** Geh unter der Gnade

## **Segen:**

*Der Herr segne deinen Weg,  
die sicheren und die tastenden Schritte,  
die leichten und die schweren,  
die zielstrebigen und die zögerlichen.  
ER segne dich,  
damit du immer wieder die Kraft hast  
aufzustehen und weiterzugehen,  
auszuruhen und innezuhalten.  
Der Gott, der Ich - bin - da,  
lasse für dich spürbar werden,  
dass er immer bei dir sei und dich segne  
im Namen des Vater, des Sohnes und  
des Heiligen Geistes.*

*Amen*

## **Schluss:**

Karte mit Wegmotiv und dem Segensspruch

