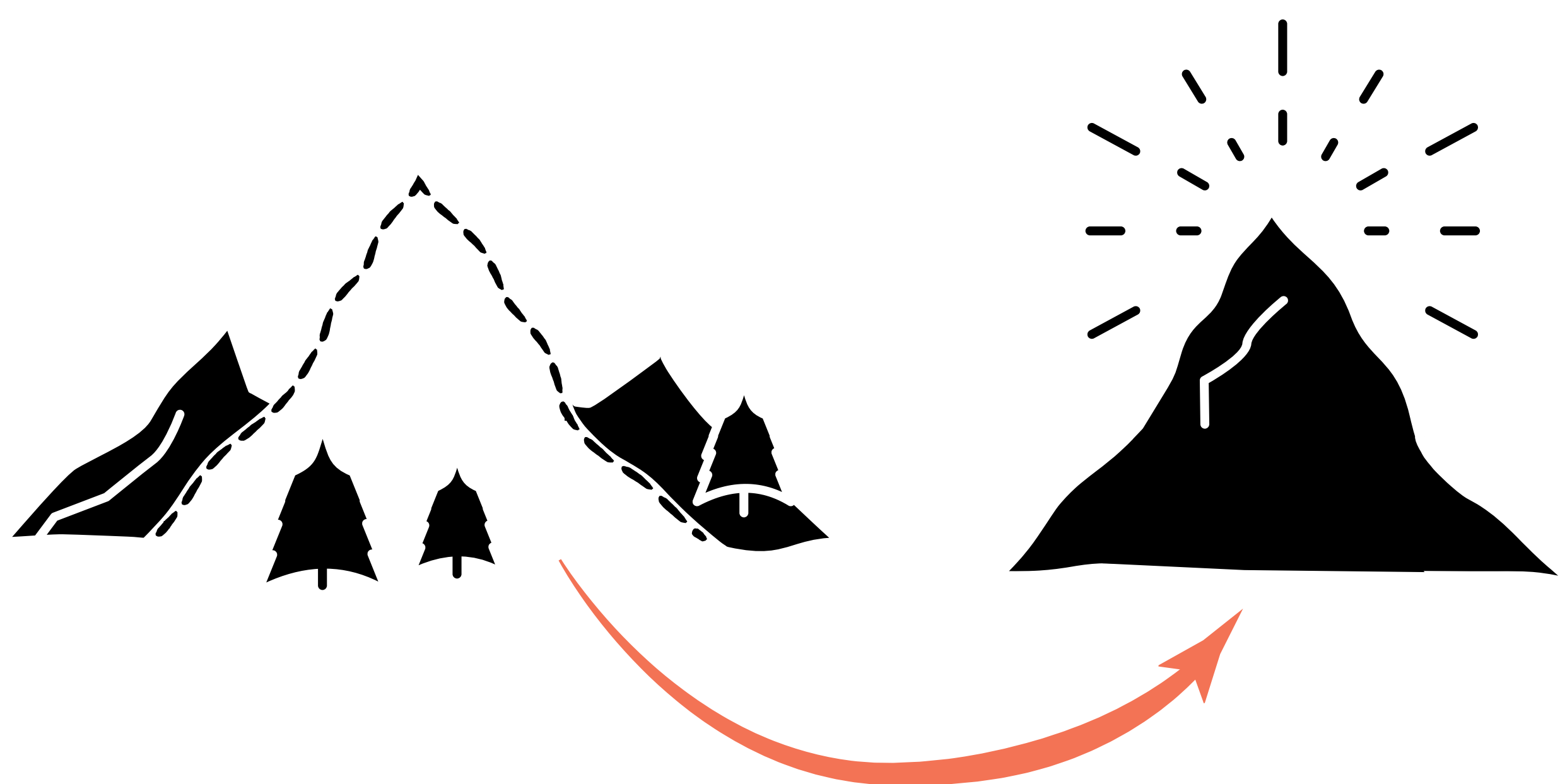


möglich!

Ein 50 Tage Abenteuer



NACHHALTIG. SPIRITUELL. INTENSIV.



*Was bei den Menschen
unmöglich ist, ist bei Gott*

möglich!

Schön, dass du dabei bist!	Vorwort	Wie funktioniert <i>möglich!?</i>	Gruppe
	Warum?		Zeit und Ziel
		Auf die Schnelle	Challenges
			Innehalten
			Übrigens...

Inhalt

Challenges			
Wie geht das?		Die 13 Challenges	Jede Woche eine Spende
Natur pur	Regional und saisonal	Autofrei	Jeden Tag et- was Gutes tun
Erkunde deine Umgebung	100 Dinge	Analog statt Digital	Advocacy für das Klima
Vegane Ernährung	Stromfrei	Verschenken und Verkaufen	Reparieren

Huddle – Impulse und Innehalten für jede Woche	1 Auftakt	2 Zuspruch und Anspruch	
	3 Lebensfülle und Glücksversprechen		4 Meine Schuld und unsere Schuld
	5 Wüste und Wachstum		
Wie geht das?	6 Schnell und langsam	7 Begabung und Ohnmacht	8 Letztes und Vorletztes
Die 8 Huddles			

Wie geht es weiter?	Projektgruppe	Impressum
---------------------	---------------	-----------



*Schön,
dass du
dabei
bist!*



VORWORT

Klima- und Nachhaltigkeitsthemen sind in der Mitte der Gesellschaft angekommen. Gleichzeitig stellen sich große Fragen: Ist es noch möglich, das 1,5° Ziel zu erreichen? Ist ein tiefgreifender Wandel in unserer Gesellschaft möglich? Und wenn nicht, was bleibt uns dann zu hoffen und zu tun? Unser Leitsatz ist: „Was bei den Menschen unmöglich ist, das ist bei Gott möglich.“ (Lukas 18,27, LU17) Das soll nicht heißen, dass Gott all unsere Probleme löst. Wir fragen uns (und dich): Im Vertrauen auf Gott – was ist möglich? Worauf wollen wir hoffen? Und wie wollen wir handeln? Dazu soll dieses Abenteuer inspirieren.



WARUM

Unsere Projektgruppe hat sich auf den Weg gemacht, möglich! zu entwickeln. Warum eigentlich? Und wer sind wir überhaupt?

Wir kommen aus Westfalen, sind unterschiedlich in Alter, christlicher Glaubenstradition, Geschlecht, Familienhintergrund und mehr. In Zusammenarbeit mit dem oikos-Institut für Mission und Ökumene der Evangelischen Kirche von Westfalen haben wir an diesem Projekt gearbeitet. Bilder von uns und unsere Namen findet ihr unter [Projektgruppe](#). Gemeinsam haben wir eine Sehnsucht: Die Sehnsucht nach einer tiefen Gottesbeziehung, nach geistlicher Erfahrung, relevanter Theologie und dem Einsatz für eine gerechte Welt.



Wir freuen uns auf Gottes neue Welt und darüber, dass sie schon hier beginnt und aufleuchtet. Wir haben deshalb Sehnsucht nach einer Gemeinschaft, die Glaube, Hoffnung und Liebe im Hier und Jetzt lebt. Wir haben Sehnsucht nach mutigen Schritten.

Darum haben wir ein Abenteuer, einen Experimentierraum entwickelt, in dem ihr intensiv, praktisch und herausfordernd diese Themen erfahren könnt.

Darum: möglich!



*Wie
funktio-
niert
möglich!?*



AUF DIE SCHNELLE

VORBEREITUNG

Gruppe finden

Entscheiden, ob ihr euch analog oder digital trefft

Starttermin aussuchen

Wöchentliche Termine für den Huddle finden

Persönliche Challenge wählen und vorbereiten

Zeit zum Innehalten festlegen

LOS GEHT'S

Challenge durchführen

Jede Woche zum Huddle kommen

Jeden Tag innehalten



GRUPPE

Als erstes benötigst du eine Gruppe (min. eine andere Person), mit der du die Höhen und Tiefen dieses Abenteuers teilen kannst. Christlicher Glaube und ökologische Nachhaltigkeit leben beide davon, dass Menschen miteinander reden: Ideen und Leben teilen. Das kann analog oder digital stattfinden.





ZEIT UND ZIEL

möglich! dauert sieben Wochen und ist ein Abenteuer. Informationen gibt es schon viele: Zum Klimawandel, zu Nachhaltigkeit, zum Glauben... Für ein Abenteuer brauchst du auch Informationen, aber vor allem Lust zum Entdecken und Mut, um etwas zu wagen.

möglich! will genau das. Wir laden dich daher ein, mit ambitionierten Challenges, geistlichem Innehalten und gelebter Gemeinschaft etwas zu wagen: Wir wollen einen Blick wagen, wie unser Leben anders aussehen könnte. Wir wollen unsere Herzen für Gottes neue Wirklichkeit öffnen und der Utopie Raum geben. Wir wollen mutige Schritte und einen anderen Lebensstil ausprobieren und einüben.

All das braucht Zeit. Überlege dir daher im Vorhinein, wie und wann du ***möglich!*** in deinen Alltag einbaust. Was kannst du in dieser Zeit lassen, um genügend Zeit dafür zu haben?



CHALLENGES

Suche dir eine Challenge aus, die du sieben Wochen lang ausprobieren möchtest. Unsere Liste ist ein Vorschlag. Jede Challenge kann von dir verändert werden. Oder du denkst dir eine eigene Challenge aus.

Es geht nicht darum, etwas zu leisten oder zu beweisen, weder dir, noch der Gruppe, noch Gott. Es geht darum, mutig zu sein, aufzubrechen, etwas zu wagen und auszuprobieren. Die Gruppe ist dazu da, dass ihr euch gegenseitig den Rücken stärkt und auch im Austausch miteinander etwas erlebt. Ihr seid gemeinsam in diesem Abenteuer unterwegs.

MEHR INFOS



HUDDLE

Beim Football (oder auch anderen Sportarten und Aktionen) versammeln sich die Spieler*innen zur Besprechung in einem engen Kreis. Die Köpfe sind nah beieinander. Die Taktik wird besprochen, man motiviert sich gegenseitig. Das ist der Huddle. Huddle haben wir das wöchentliche ***möglich!***-Treffen genannt. Es geht darum, sich auszutauschen, das eigene Vorgehen zu besprechen, sich zu motivieren.

Es gibt acht Huddles. Der erste ist der Startschuss – der Letzte ist das Ende von ***möglich!*** Setzt euch einen wöchentlichen Termin. Dieser Termin kann lang oder kurz sein, analog oder digital, wie es für euch passt.

MEHR INFOS



INNE- HALTEN DIE *möglich!*- LITURGIE

Gebet und Handeln gehören im Glauben zusammen. Sie bereichern und beeinflussen sich gegenseitig. Darum gibt es für die sieben *möglich!*-Wochen ein tägliches Innehalten.

Suche dir also einen Moment am Tag zum Innehalten. Jeden Tag. Einen vorgeschlagenen Ablauf findest du für jede Woche nach dem jeweiligen Huddle-Impuls. Du kannst ihn individuell oder mit deiner Gruppe anpassen.

MEHR INFOS



ÜBRIGENS...

Eines ist noch wichtig: Für Lösungen für die Nachhaltigkeitskrisen unserer Zeit sind politische Rahmensetzungen, also Gesetze, unerlässlich. Individuell geht das nicht. Du, als Einzelne, musst und kannst diese Krisen nicht lösen. Und doch ist das individuelle Handeln, sind deine kleinen, mutigen Schritte bedeutend – im eigenen Leben, im eigenen Umfeld, im Glauben und auch für gesellschaftliche Veränderungen und politische Rahmenbedingungen.

möglich! will dazu motivieren und herausfordern, mutig zu sein, einen Blick zu wagen und unser Herz für Gottes neue Wirklichkeit zu öffnen. Das können wir gebrauchen. Auf allen Ebenen.

Also: Im Vertrauen auf Gott – was ist möglich? Worauf wollen wir hoffen? Und wie wollen wir handeln? Dazu soll dieses Abenteuer inspirieren.



Challenges



WIE GEHT DAS?

Suche dir eine Challenge aus, die du 7 Wochen lang ausprobierst. Vielleicht findet ihr als Gruppe auch eine gemeinsame Challenge. Unsere Liste ist ein Vorschlag. Eine Übersicht findest du [hier](#). Jede Challenge kann von dir komplett verändert werden. Oder du denkst dir eine eigene Challenge aus.

Die Challenges sollen herausfordernd sein. Darum: Lege die Latte bei der Wahl und der Ausgestaltung deiner Challenge so hoch, dass es eine Herausforderung für dich ist. Wähle sie aber auch so, dass das Ziel nicht zu hochgesteckt ist, sondern möglich bleibt. Vielleicht passt du im Laufe der sieben Wochen deine Challenge auch nochmal an, machst sie schwerer oder leichter. Beachte: Evtl. benötigst du Vorbereitungszeit. Wenn du gut vorbereitet startest, ist es einfacher und macht mehr Spaß.

Apropos Spaß: Manche Menschen haben Freude daran, etwas Gutes, Ethisches zu tun. Einfach weil es gut ist. Andere haben eher Spaß daran, wenn sie merken, dass etwas auch einen Mehrwert für sie selbst oder ihre direkte Umgebung hat. Deshalb haben wir bei jeder Challenge versucht, nicht nur gute Gründe für Umwelt und Klima zu nennen, sondern auch, warum die



Challenge einen Mehrwert für dich selbst oder deine direkte Umgebung haben kann.

Es geht bei all dem nicht darum, etwas zu leisten oder zu beweisen, weder dir, noch der Gruppe, noch Gott. Es geht darum, mutig zu sein, aufzubrechen, etwas zu wagen und auszuprobieren. Die Gruppe ist dazu da, dass ihr euch gegenseitig den Rücken stärkt und im Austausch miteinander etwas erlebt. Ihr seid gemeinsam in diesem Abenteuer unterwegs.

13 Challenges haben wir für euch überlegt. Sie bewegen sich in drei Richtungen:

ENTDECKEN

Du kannst etwas entdecken (oder aufdecken), was vorher noch verborgen und unentdeckt war.

FREIRÄUMEN

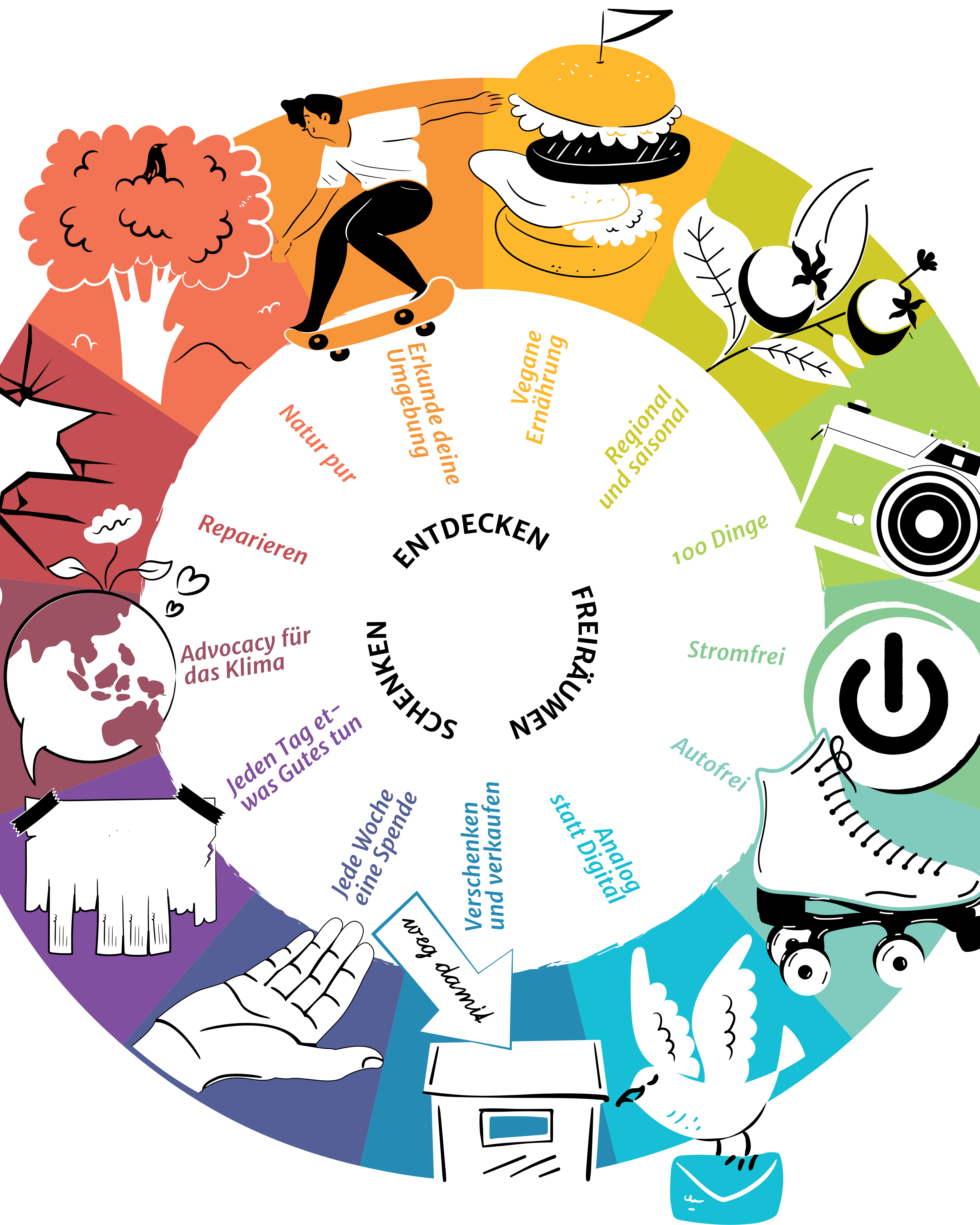
Du kannst etwas freiräumen, Raum schaffen und so neuen Platz im Leben finden.

VERSCHENKEN

Du kannst etwas (von Dir) verschenken und so andere reich machen.



DIE 13 CHALLENGES





Natur pur

Verbringe pro Woche eine halbe Stunde in der Natur (auch Park oder Friedhof sind ok). Setze dich dafür immer an denselben Platz. Beobachte von diesem Platz aus, was du siehst, und mache nichts anderes in dieser Zeit. Lerne dabei pro Woche zwei Arten kennen. Am einfachsten sind Pflanzen oder Vögel.



WARUM

1 Du lernst einen Ort und bestimmte Arten gut kennen und wirst besondere Details entdecken. Das gibt dir einen neuen Blick auf Gottes Schöpfung. Vielleicht gewinnst du mehr Freude daran und Wertschätzung dafür. Die Schöpfung zu kennen ist ein wichtiger Schritt auf dem Weg, sich für sie einzusetzen, denn was man schätzt, das wird man versuchen zu schützen.

2 Bewusst in der Natur zu sein, kann entspannend und schön sein.

VARIATIONEN

1 Die halbe Stunde kannst du verkürzen oder verlängern, z.B. nur 15 Minuten oder eine ganze Stunde.

2 Gehe nicht einmal die Woche zu deinem Platz, sondern mehrmals.

TIPPS

1 Zur Bestimmung der Arten kannst du von Bekannten oder aus der Bibliothek ein Bestimmungsbuch ausleihen (bspw. „Was blüht denn da?“). Es gibt auch Apps, für Vögel z.B. „Vogelwelt“ vom Nabu. Das Problem bei den Apps ist aber, dass du dann auf dein Handy schauen musst und das schnell ablenkt, wenn z.B. eine Nachricht reinkommt.

2 Versuche die Arten, die du kennengelernt hast, an neuen Orten wiederzuerkennen. Das hilft beim Bestimmen und Merken.

3 Plane am Anfang der Woche die Zeit ein und lass dich nicht von deiner Tageslaune abhalten. Es kann auch interessant sein, den Platz zu verschiedenen Tageszeiten aufzusuchen.



alle Challenges



Erkunde deine Umgebung

Nimm dir jede Woche eine Stunde, um einen Ort in deiner Wohnumgebung zu erkunden, an dem du noch nie oder schon lange nicht mehr warst. Entdecke Kleinigkeiten, Natur, Menschen und Gegenstände.



VARIATIONEN

- 1 Die Stunde kannst du verlängern oder verkürzen. Genauso wie die Häufigkeit in der Woche und die Entfernung zu den aufzusuchenden Orten.
- 2 Wenn du mutig und kontaktfreudig bist, kannst du dir vornehmen, bei jedem Gang eine Person anzusprechen.
- 3 Zeichne eine Karte von den Orten und deinen Entdeckungen. Damit nimmst du sie noch bewusster wahr. Oder fertige gleich zu Beginn eine Karte deiner Umgebung an und male bei jeder Entdeckungstour hinein, wo du dich aufgehalten hast, oder schreibe Notizen dazu. So kann auch eine Gebetskarte mit Freude und Frust, Dankbarkeit und Klage entstehen.

TIPPS

- 1 Überlege dir am Anfang, welche Orte du in den nächsten Wochen aufsuchen möchtest. So musst du nicht jede Woche neu überlegen.
- 2 Plane am Anfang jeder Woche die Zeit ein und lass dich nicht von deiner Tageslaune abhalten.

WARUM

- 1 Du lernst deine Wohngegend und vielleicht auch die Menschen deines Quartiers besser kennen. Lokale Gemeinschaften spielen für eine nachhaltige Zukunft eine wichtige Rolle: Menschen, die sich vor Ort kennen; Gemeinschaften, die teilen; Orte, mit denen man sich verbunden fühlt.
- 2 Konzentration, Achtsamkeit, Vielfalt erleben – das sind nicht nur Schlagworte aus psychologischen Ratgebern, sondern können Übungen und Erlebnisse sein, um in deiner Alltagswelt Gottes Liebe und Gegenwart zu entdecken.



Vegane Ernährung

*Ernähre dich rein pflanzlich, also
ohne tierische Produkte (Fleisch,
Milchprodukte, Eier, Honig).*



WARUM

1 Bis zu 20% der deutschen Treibhausgasemissionen entfallen auf die Ernährung. Dabei gibt es große Unterschiede: Eine Alles-Ernährung führt zu 7,5-mal so vielen Treibhausgasen wie eine vegane Ernährung. Vielleicht auch interessant: Die Avocado von der anderen Seite des Atlantiks hat eine 20fach bessere Klimabilanz als die Butter von der Kuh um die Ecke. ([Quelle > Seite X](#), [Quelle](#))

2 Für eine Fleisch-Kalorie braucht es 7 Pflanzen-Kalorien an Tierfutter. Der jährliche Kalorienverlust, der durch die Verfütterung entsteht, entspricht dem jährlichen Kalorienbedarf von 3,5 Milliarden Menschen. ([Quelle > Seite 3](#))

3 Eine vollwertige vegane (und auch vegetarische) Ernährung wirkt sich positiv u.a. auf das Gewicht, den Cholesterinspiegel und bei Diabetes Typ II aus. (Quelle mit Verweis auf Studien: Markus Keller und Annette Sabersky: Öfter mal die Sau rauslassen!, Verlag Eugen Ulmer, 2022, 78-144.)

VARIATIONEN

1 Vegetarisch statt vegan ist ein Schritt in dieselbe Richtung.

2 Zu Hause vegan, auswärts vegetarisch. Das spart Planung und Frust bei der Essenssuche unterwegs.

TIPPS

1 Die App „veganstart“ der Organisation peta hilft beim Einstieg. Rezeptideen gibt es z.B. hier: www.veggie-einhorn.de oder www.eat-this.org.

2 Geschmack hängt von Gewöhnung ab. Probiere zunächst verschiedene Alternativen, wie z.B. Hafer-, Soja- oder Reismilch, und halte dann durch.

3 Faustformel für Nährstoffe: Mehr Nüsse und Hülsenfrüchte (z.B. Humus). Außerdem essen, wie es wächst – den Apfel mit Schale und das Korn ganz, also besser Vollkorn als Weißmehl. Wenn du dauerhaft vegan essen möchtest, musst du Vitamin B12 einnehmen. Informiere dich dann!



Regional und saisonal

*Kaufe Lebensmittel regional
und/oder saisonal ein.*



WARUM

- 1 Nahrungsmittel, die bei uns gerade keine Saison haben, wurden entweder in Kühlhäusern gelagert oder importiert. Das erzeugt viel CO₂-Ausstoß. Ähnlich ist es bei Produkten, die nicht in deiner Region wachsen.
- 2 Beim Anbau für den Export von bspw. Bananen, Kaffee oder Avocado gibt es immer wieder Probleme wie z.B. Arbeitsausbeutung oder illegale Waldrodung. (Bsp. Banane)
- 3 Du lernst Betriebe und Lebensmittel aus deiner Umgebung kennen.

VARIATIONEN

- 1 Verstehe „regional“ weit (z.B. dein Bundesland, Deutschland oder ganz Europa). Oder lege einzelne Bereiche fest, in denen du regional und saisonal einkaufst. Wähle bspw. den Bereich Obst und Gemüse und versuche, das dann konsequent durchzuziehen. Was ist mit Gewürzen wie Pfeffer? Was ist mit Tee und Kaffee?
- 2 Überlege in Monaten mit wenig Ernte, auf welche regionale Lagerware du bewusst zurückgreifen willst.
- 3 Für eine andere Perspektive auf das Thema, informiere dich über Multinationale Konzerne.

TIPPS

- 1 Saisonkalender
- 2 Informiere dich über lokale Hofläden und Wochenmärkte und überlege, wie du den regelmäßigen Einkauf dort in deinen Alltag integrieren kannst.
- 3 Das regionalste Getränk ist Leitungswasser.



100 Dinge

Suche dir aus deinem Besitz 100 Dinge aus. Lebe in den nächsten Wochen nur mit diesen Gegenständen. Verbrauchsmaterialien wie Seife und Lebensmittel zählen nicht mit. Wenn du während der Aktion etwas für dich kaufst, packe etwas anderes weg.



WARUM

Wir leben in einer nie gekannten materiellen Fülle. Viele Dinge machen unser Leben zwar voller, aber nicht erfüllter. Die 100 Dinge sollen deinen Blick schärfen für das, was du wirklich brauchst. Dein Alltag und dein Kaufverhalten werden in ein neues Licht gestellt. Du bekommst ein anderes Verhältnis zu den Dingen, die du besitzt – und mit weniger Besitz lebt es sich womöglich freier.

VARIATIONEN

1 Du kannst bestimmte Bereiche bspw. Kleidung oder Räume (Küche/Bad) ausschließen. Oder die Aktion auf einen bestimmten Bereich beschränken. Beispielsweise den Kleiderschrank: 7 Wochen mit nur 20 Teilen.

2 Hast du viele Verbrauchsmaterialien, bspw. im Bad? Überlege, ob du sie mit einbeziehst.

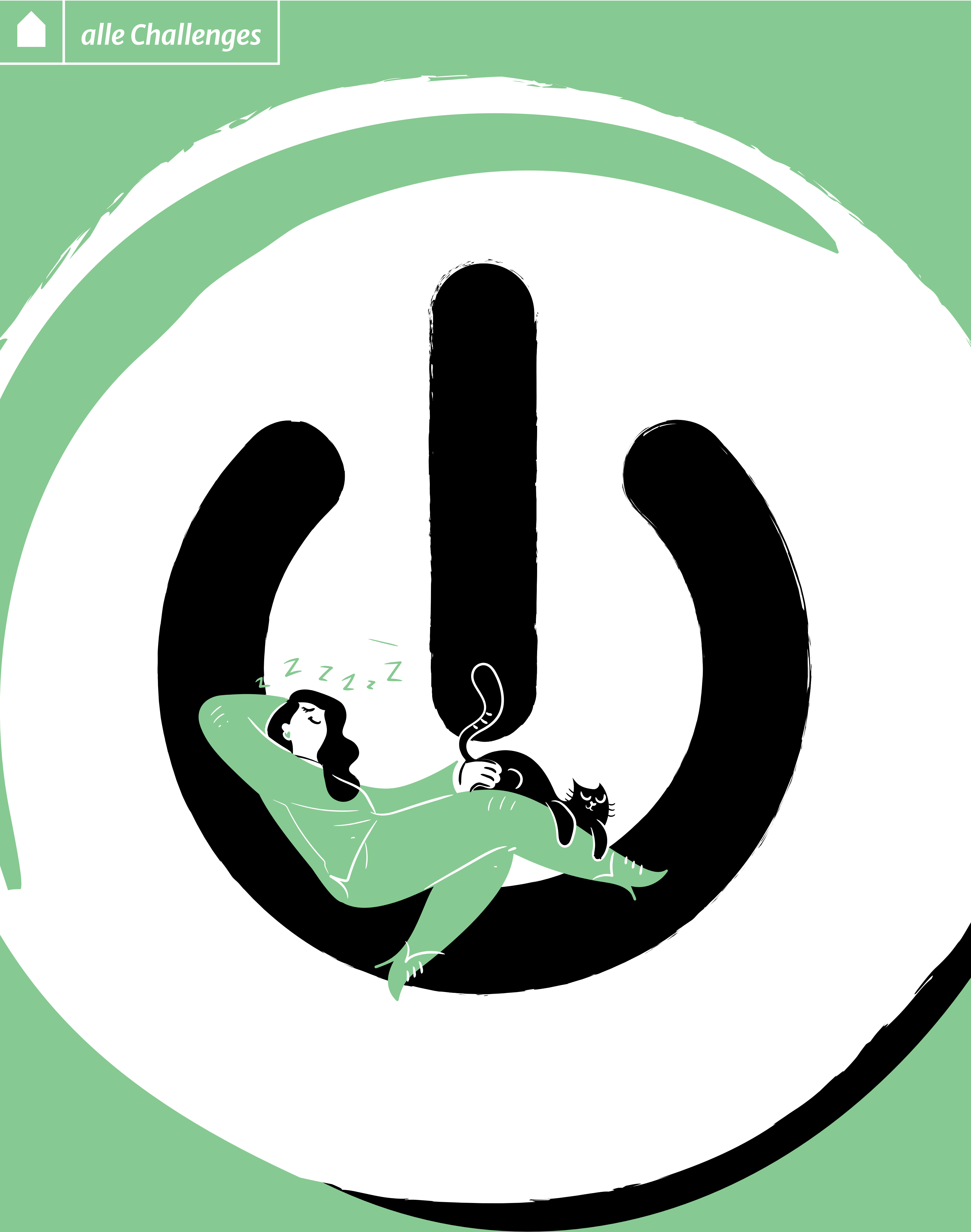
3 Verändere die Zahl auf 50, 150, 200 Dinge.

TIPPS

1 Überlege gut, was bei den 100 Dingen mitzählt und was nicht: Gemeinschaftsbesitz (bei einer Familie oder WG), Möbel

2 Packe alle Dinge, die du nicht verwendest, in Umzugskartons, einen Schrank oder etwas anderes. Möglichst so, dass du sie nicht siehst. Dann kommst du nicht in Versuchung.

3 Am Ende der Zeit kannst du überlegen, was du mit den Sachen machst, die du nicht gebraucht und nicht vermisst hast.



Stromfrei

Versuche auf so viele elektrische Geräte wie möglich zu verzichten. Wie viele schaffst du?



WARUM

1 Erneuerbar erzeugter Strom ist die Energie der Zukunft. Fossile Verbrennung zu ersetzen, reicht aber nicht aus. Wenn wir beispielsweise nur noch E-Autos fahren, brauchen wir viel mehr Strom als jetzt. Dasselbe gilt, wenn die Digitalisierung weiter voranschreitet (besonders KI). Tiefgreifende Verhaltensänderungen sind daher notwendig, um effizient mit unserem Strom umzugehen.

2 Elektro-Geräte nehmen in unserem Alltag einen immer größeren Raum ein. Die Rohstoffgewinnung dafür und das Recycling sind oft problematisch. (Bsp. Smartphone)

3 Dir wird bewusst, wo du überall Strom verwendest. Dadurch lässt sich auch Geld sparen.

VARIATIONEN

1 Du kannst Ausnahmen festlegen. Z.B. benutzt du nur zwischen 20:00 und 20:30 Uhr dein Smartphone und die Elektro-Geräte deiner Küche. Bedenke: Es könnte auch sein, dass es dir manche Ausnahme schwerer macht als ganz zu verzichten.

2 Mit manchen Geräten lässt sich viel machen. Z.B. kannst du mit einem Wasserkocher Couscous, Mie-Nudeln und zarte Haferflocken überbrühen.

TIPPS

1 Räume die Elektro-Geräte, die du nicht verwendest, für die genannte Zeit weg oder decke sie zu.

2 Lebensmittel können im Sommer im Keller gelagert werden (Vorsicht bei schnellverderblichen Produkten!) oder im Winter draußen.

3 Koche auf einem Campingkocher, Hobo-Ofen oder einem Grill im Garten oder auf dem Balkon, falls erlaubt. Achte auf Brandschutz!



alle Challenges



Autofrei

*Fahre nicht mit dem Auto.
Nutze stattdessen Fahrrad,
Bus und Bahn.*



WARUM

1 Der Verkehrssektor ist der einzige Bereich, in dem 2019 EU-weit mehr Treibhausgase ausgestoßen wurden als 1990. PKWs haben mit 60% den größten Anteil daran. Die Bahn hat nur 0,4%.

2 In der Bahn kannst du deine Lieblingsserie gucken oder einen Roman lesen. Auf dem Rad hast du gleich deine tägliche Portion Sport mitgemacht. Und im Zug in Richtung Urlaub muss das Kind nicht stundenlang in einer Position sitzen, sondern kann sich bewegen.

3 Mit dem 49€-Ticket ist es vielfach günstiger als mit dem Auto.

VARIATIONEN

Ob man auf das Auto verzichten kann oder nicht, hängt natürlich stark davon ab, wo man wohnt und arbeitet. Reduzieren kann aber jede*r. Z.B. so:

1 Nutze das Auto nur, um zur nächsten Bus- oder Bahnstation zu kommen.

2 Bilde Fahrgemeinschaften zur Arbeit, zum Sport, zur Schule...

TIPPS

1 Wer gut vorbereitet ist, dem*der wird es leichter fallen. Das Monatsticket für Bus und Bahn kannst du im Vorfeld kaufen. Für das Fahrrad kannst du manches von Freund*innen und Familie leihen: Regenhose, Regenjacke, Regenschutz für den Rucksack, Satteltaschen für den Wochen Einkauf, Kindersitz oder Anhänger für Kinder.

2 Bei längeren Reisen solltest du frühzeitig planen, denn dann sind Zugtickets für den Fernverkehr günstig. Für Familien: Reserviere Plätze im Kleinkindabteil.

3 Schon kleine Maßnahmen machen das Radfahren viel angenehmer (z.B. der richtige Luftdruck). Lass dein Rad also erst einmal durchchecken.



Analog statt Digital

*Benutze (im Privaten) kein
Smartphone, kein Notebook und
keinen PC.*



WARUM

1 Die Klimaauswirkungen des Internets sind mittlerweile höher als die des weltweiten zivilen Luftverkehrs und sie nehmen voraussichtlich noch zu. Das geschieht beinahe unbemerkt, denn kaum jemand sieht z.B. den Energieverbrauch für die Kühlung von Servern. ([Quelle](#))

2 Die persönliche Begegnung ist mehr als ein Austausch von Wörtern oder Emojis. Es gehören Gesten, Blicke und die Körperhaltung dazu. Außerdem ist Vieles im persönlichen Gespräch schneller und besser zu klären als per Textnachricht.

3 Ohne Aufschrecken bei jeder Meldung, ohne formgerechtes Gestalten in der Software, ohne Spiele im digitalen Raum und nur virtuell verbundenen Playern bleibt mehr Zeit für andere Dinge: Ein Brett- oder Kartenspiel, ein Spaziergang, ein (schon längst) überfälliger Besuch.

(4) Du bist weniger abgelenkt.

VARIATIONEN

1 In manchen Bereichen geht es heute nicht ohne die Nutzung digitaler Medien. Reduziere es dann auf das Notwendige.

2 Du kannst das Smartphone nutzen, um Menschen anzurufen und Termine mit ihnen auszumachen, nicht aber, um Textnachrichten zu schreiben.

3 Kein Smartphone, aber dafür Laptop. Oder die Geräte nur zwischen 20:00 und 20:30 Uhr nutzen. Oder das Smartphone nur einmal am Anfang der Zeit aufladen und dann nicht mehr.

TIPPS

1 Schließe Deine Geräte ein oder gib sie jemand anderem.

2 Teile deinen wichtigen Kontakten mit, was du vorhast und wie sie dich im Notfall erreichen können.

3 [Tipps](#) zum dauerhaften Sparen trotz Internetnutzung.



Verschenken und Verkaufen

Viele Menschen haben viele Dinge, die sie nicht nutzen. Verschenke oder verkaufe jeden Tag etwas von deinem Eigentum. Egal, ob eine Postkarte, einen ungenutzten Toaster oder ein Buch.



WARUM

1 Wenn du etwas, das du nicht benutzt, weitergibst, dann muss jemand anderes diese Sache nicht neu kaufen. Das spart Ressourcen.

2 Kaum genutzte Sachen weiterzugeben, würdigt diese Dinge und die Ressourcen sowie Arbeitskraft, die dafür eingesetzt wurden. Das stärkt dein Bewusstsein gegen eine Wegwerfkultur und ein Immer-Mehr-Haben-Wollen.

3 Wenn du verschenkst oder verkaufst, schaffst du Platz und Übersicht in deinem Zuhause. Vielleicht befreist du dich dabei auch von Ballast.

4 Du machst anderen eine Freude, wenn sie etwas, das sie gebrauchen können, geschenkt bekommen oder für wenig Geld kaufen können.

VARIATIONEN

1 Statt jeden Tag kannst du einmal pro Woche sieben Dinge abgeben.

2 Zähle dazu, wenn du etwas einem speziellen Recycling zuführst. Beispielsweise gibt es Sammelstellen für kaputte Handys oder Geschäfte, die alte Jeans aus mindestens 95% Baumwolle annehmen.

3 Überlege dir bewusst, wer das gebrauchen kann, was du abgeben willst, und schenke es der Person direkt und persönlich.

TIPPS

1 eBay-Kleinanzeigen oder Facebook Gruppen können helfen. Bei eBay-Kleinanzeigen gibt es eine Kategorie „zu verschenken“. So erreichst du sehr unkompliziert viele Menschen, die Interesse haben könnten.

2 Wenn du gleich mehrere Dinge hast, stelle vor deiner Haustür oder an einer belebten Straße einen Karton mit der Aufschrift „zu verschenken“ auf.

3 Vieles, bei dem man denkt, dass es Müll ist, können andere noch gebrauchen, weil sie es reparieren, ausschlachten oder upcyclen.



Jede Woche eine Spende

*Spende jede Woche Geld für
eine gemeinnützige Sache und
informiere dich darüber.*



WARUM

- 1 Viele Organisationen setzen sich für eine nachhaltige und gerechte Welt ein. Allerdings beziehen sie ihre Einnahmen meistens aus Spenden.
- 2 Wir Menschen leben in einer Welt und haben doch ganz verschiedene Möglichkeiten. Sowohl bei uns als auch in anderen Teilen der Welt haben viele Menschen kaum genug für ein würdevolles Leben.
- 3 Wenn du dich über verschiedene Organisationen informierst, lernst du unterschiedliche und spannende Projekte kennen.

VARIATIONEN

- 1 Sammle Spenden durch kleine Aktionen wie einen Waffelverkauf und mache damit zugleich auf die Arbeit einer Organisation aufmerksam.
- 2 Vielleicht kennst du Menschen in deiner Umgebung, die Geldsorgen haben. Lasse ihnen unbemerkt etwas zukommen. Schon ein kleiner Betrag kann dabei Freude machen, weil der*die andere merkt: Da denkt jemand an mich.

TIPPS

- 1 Du musst keine großen Summen spenden. Jeder Euro kann helfen.
- 2 Wenn du am Anfang festlegst, wie viel du spenden möchtest, kann das einfacher sein, weil du das „fehlende“ Geld dann schon für dein Budget einkalkulieren kannst.
- 3 Umgekehrt könntest du am Ende eines Monats alles spenden, was du nicht gebraucht hast.
- 4 Wechsle jede Woche die Empfänger*innen deiner Spende, so lernst du verschiedene Organisationen kennen und kannst am Ende überlegen, ob du einer der Organisationen weiterhin Geld spenden möchtest.



*Ich helfe,
wo ich
kann!*

Jeden Tag etwas Gutes tun

*Tue jeden Tag etwas Gutes.
Nicht nur spontan oder
situationsbedingt, sondern
eingeplant. Für deine Nachbarn,
die Umwelt, deine Stadt und dich.
Die Aktionen können ganz klein
und leichtfüßig sein, aber auch
mit besonderen Highlights. Vom
Müllaufheben bis zum Besuch im
Seniorenheim. Vom Erholungsbad
bis zur Gründung einer Umwelt-
aktion in deinem Umfeld. Machbar
für dich und wirkungsvoll für
Beziehungen, Landschaft und dein
eigenes Wohlergehen.*



WARUM

- 1 Unser Alltag ist voll mit Terminen, Verpflichtungen und Routinen und dadurch oft schnelllebig, zielgerichtet und mit fehlendem Blick für die Welt, die uns umgibt.
- 2 Du entdeckst die Wirkung von Gutem und lässt dich anstecken, Gutes zu entdecken und anderen damit zu begegnen.

VARIATIONEN

Vielleicht scheint es dir zu viel, jeden Tag etwas Gutes zu tun. Dann plane für dich zu Beginn einer Woche, was in dieser Woche realistisch ist.

TIPPS

- 1 Diese Challenge ist sehr offen. Du kannst vieles darunter packen. Überlege dir deshalb bewusst und frühzeitig, z.B. am Anfang einer Woche, was du in den nächsten Tagen tun möchtest.
- 2 Schreibe dir deine Pläne auf und hake sie nach dem Erfüllen ab.
- 3 Wenn du anderen von deinen Plänen erzählst, werden sie verbindlicher. Teile deine Vorhaben also z.B. beim Huddle mit den anderen.
- 4 Es gibt Ideen-Sammlungen (z.B. [hier](#) oder [hier](#)) zu guten Taten. Entdecke, was davon zu dir passt, oder lass dich für Eigenes inspirieren.



Advocacy, englisch: Fürsprache, Anwaltschaft, Einsatz. Es geht darum, über das Persönliche hinauszugehen und sich für anderes und andere öffentlich einzusetzen. Das heißt: Ich bleibe nicht bei mir stehen. Ich setze mich ein: In der Familie, in der Kneipe, auf Instagram, bei einer Demo, in einer Partei, in der Gemeinde



WARUM

Effektiver Umwelt- und Klimaschutz kann nicht individuell erreicht werden, sondern nur gesellschaftlich. Dazu braucht es wirksame gesellschaftliche Rahmenbedingungen, also Gesetze. Dafür müssen Menschen gewonnen werden und dafür muss Politik gewonnen und beeinflusst werden.

VARIATIONEN

Klima- und sonstige Umweltveränderungen haben enorme Auswirkungen auf ganz viele Menschen in der Welt. Es ist daher wichtig, nicht nur für die Bewahrung der Schöpfung an sich einzutreten, sondern auch für diejenigen, die ganz besonders darunter leiden, obwohl sie meist kaum dazu beitragen: Übernimm Anwaltschaft für Klimagerechtigkeit.

TIPPS

1 Die erste Woche solltest du nutzen, um dich solide aus verschiedenen Perspektiven zu informieren. Plane dann konkret, was du in den kommenden Wochen unternehmen möchtest. Wo genau willst du wirken? Und wie willst du wirken? Alles auf einmal kann schnell überfordern und dazu führen, dass nichts passiert.

2 Vernetze dich. Bilde Banden. Denn zusammen ist es einfacher, motivierender und erfolgreicher. Im Internet kannst du nach anderen suchen, die dasselbe Anliegen haben, und dort auch Ideen finden. In Parteien und Gemeinden gibt es oft Unter-/Arbeitsgruppen, die sich mit dem Thema beschäftigen. Bei Fridays For Future gibt es Gruppen wie Christians For Future (für echte Menschen) oder Churches For Future (für Organisationen).

3 Weitere Möglichkeiten findest du u.a. [hier](#) und [hier](#).



[alle Challenges](#)



Reparieren

*Nimm dir jede Woche Zeit, um
Reparaturtechniken zu lernen und
Dinge dann tatsächlich auch zu
reparieren.*



WARUM

1 Etwas Altes reparieren? Das ist oft nicht vorgesehen, manchmal sogar gar nicht möglich. Reparieren kann aufwendig sein, man muss es üben oder vielleicht dafür bezahlen. Etwas Neues zu kaufen ist weniger aufwendig und außerdem ist es neu. Das alte wird dann weggeworfen. Wenn du reparierst, durchbrichst du diese Kultur des Wegwerfens und sorgst für ein verändertes Bewusstsein bei dir selbst.

2 Zu Dingen, die du selbst reparierst, baust du ein anders Verhältnis auf. Du bekommst ein Gefühl dafür, dass dieser Gegenstand Ressourcen und Arbeitszeit gekostet hat, und lernst ihn (neu) wertzuschätzen.

3 Es kann ein großes Erfolgserlebnis sein, wenn du es schaffst etwas zu reparieren und damit wieder nutzbar zu machen. Du hast das geschafft!

VARIATIONEN

1 Du hast nicht genug Dinge, die repariert werden könnten? Repariere Dinge für andere und mache ihnen damit eine Freude.

2 Upcyclen statt reparieren.

TIPPS

1 Sammle zu Beginn alle Dinge, die du reparieren könntest, und sortiere sie nach Reparatur-Technik. Überlege dir, welche Reparatur-Techniken du schon kannst und welche du lernen möchtest.

2 Vielleicht gibt es in deiner Nähe ein Repair-Cafe, ein MakerSpace oder eine andere Art offener Werkstatt – ein Besuch lohnt sich sicher. Oder frage Freunde oder Bekannte um Rat, Hilfe und Werkzeug.

3 Repariert werden können: Möbel, E-Geräte (Vorsicht, dabei solltest du wissen, was du tust!), Fahrrad, Kleidung und andere Arten von Textilien, Bücher und vieles mehr.

*Huddle-
Impulse
und
Innehalten
für jede
Woche*



WIE GEHT DAS?

Beim Football (oder auch anderen Sportarten und Aktionen) versammeln sich die Spieler*innen zur Besprechung in einem engen Kreis. Die Köpfe sind nah beieinander. Die Taktik wird besprochen, man motiviert sich gegenseitig. Das ist der Huddle. Huddle haben wir das wöchentliche ***möglich!***-Treffen genannt, denn darum geht es: Sich auszutauschen, das eigene Vorgehen zu besprechen, sich zu motivieren.

Es gibt acht Huddles in sieben Wochen. Der erste ist der Startschuss – der Letzte ist das Ende von ***möglich!***. Setzt euch einen wöchentlichen Termin. Dieser Termin kann lang oder kurz sein, analog oder digital, wie es für euch passt.



1

Tauscht euch über die Erfahrungen der vergangenen Woche aus. Was habt ihr erlebt? Gibt es etwas, das ihr teilen wollt? Wie ist es euch mit dem Innehalten und den Challenges ergangen? Hier ist auch Platz für Erfolge und Niederlagen. Es soll aber nicht darum gehen, wie gut jede*r etwas „geschafft“ hat. Am besten erzählt ihr Reih um, so dass jede*r gehört wird.

3

Es geht nicht darum, etwas abzuarbeiten, sondern gemeinsam unterwegs zu sein. Wenn ihr die Möglichkeit habt, macht es euch deshalb schön. Vielleicht mit Musik, Kerzen oder, falls die Zeit reicht, sogar einem gemeinsamen Essen. Lasst euch etwas einfallen.

2

Lest den wöchentlichen Huddle-Impuls und tauscht euch darüber aus. Zu jedem Impuls gibt es Fragen als Gesprächsanregung.

4

Besonders für den letzten Huddle empfehlen wir euch eine kleine Feier. Das ist analog natürlich einfacher als digital, aber auch digital ist manches möglich.



DIE 8 HUDDLES



Auftakt

*Zuspruch
und Anspruch*



*Lebensfülle und
Glücksversprechen*



*Meine Schuld
unsere Schule*



Wüste und Wachstum



*Schnell und
langsam*



Begabung und Ohnmacht



*Letztes und
Vorletztes*



alle Huddles



Auftakt



Heute geht es los. 50 Tage liegen vor euch. Gemeinsam und doch auch individuell. Ihr habt euch als Gruppe gefunden, eure Challenges gewählt und Termine besprochen. (Falls noch nicht, dann am besten jetzt.)

Vor euch liegen 50 Tage ausprobieren, einüben und darüber sprechen. 50 Tage, die Spaß machen können, aber auch herausfordernd sind.

Macht am Anfang doch mal eine kleine Übung: Schließe deine Augen oder schaue irgendwo hin, wo dich nichts ablenkt. Stell' dir deine Challenge vor. Das, was dir daran Spaß machen könnte. Das, was daran eine Herausforderung ist. 50 Tage sollst und willst du sie durchhalten.

Nun spulen wir die Zeit mal vor: Die Tage ziehen vorbei, die Huddles, das Innehalten, die Herausforderungen und die Freude. Gedanklich springen wir zu eurem letzten Treffen. Tag 50. Ihr feiert ein Fest. Ihr tauscht euch über die letzten Wochen aus. Über das, was gut war. Über das, was schwierig war. Über das, womit ihr nicht gerechnet habt.

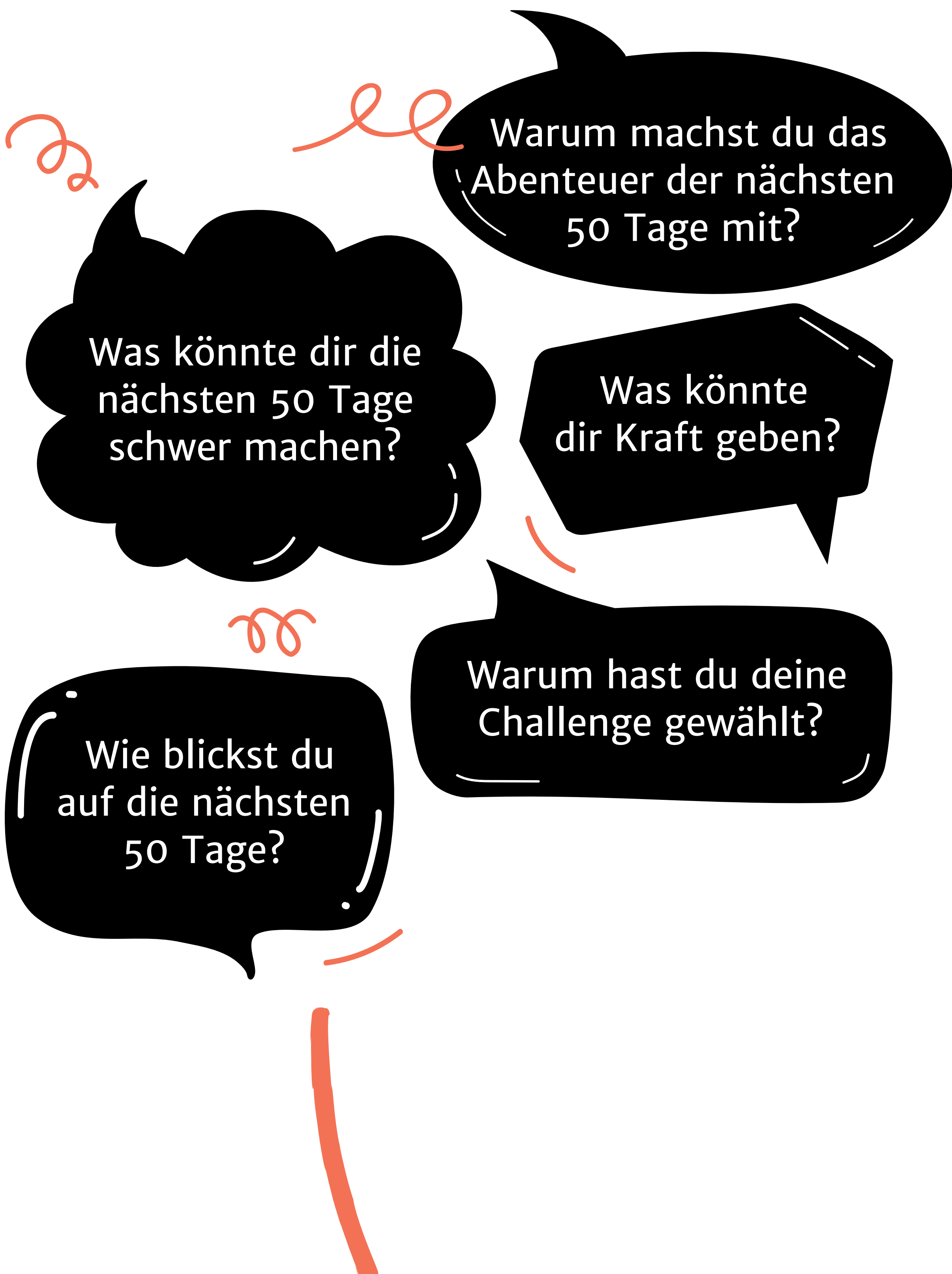


Tag 50. Und du hast deine Challenge durchgehalten. Du hast es geschafft mit allen Höhen und Tiefen. Sie ist nun vorbei. Als eure Feier zu Ende geht, gehst du nach Hause. Wie fühlst du dich?

Erzählt euch davon.



GESPRÄCHSANREGUNGEN





INNEHALTEN WIE GEHT DAS?

Gebet und Handeln gehören im Glauben zusammen. Sie bereichern und beeinflussen sich gegenseitig. Darum gibt es für die sieben *möglich!*-Wochen ein tägliches Innehalten.

Suche dir also einen Moment am Tag zum Innehalten. Jeden Tag. Wenn du möchtest, zünde dir eine Kerze an. Ein fester Ort und eine feste Zeit können hilfreich sein.

Einen vorgeschlagenen Ablauf findest du für jede Woche nach dem jeweiligen Huddle-Impuls. Die Grundstruktur ist immer gleich. Eine Sache aber ändert sich jede Woche. Dafür brauchst du manchmal einen Stift und einen Block.

Falls du außerdem ein Lied oder Musik einbauen willst, überlege dir eines oder sucht gemeinsam eines beim Huddle aus. Das könnte z.B. wochenweise ein Neues sein. Du kannst etwas abspielen oder selbst singen/musizieren.

Unser Vorschlag für den Ablauf ist im „wir“ geschrieben: Auch wenn ihr nicht gemeinsam innehaltet, dann seid ihr doch darüber verbunden. Außerdem sind christlicher Glaube und ökologische Nachhaltigkeit nur gemeinsam möglich. Aber natürlich kannst du auch „ich“ sagen.

Vielleicht passt es bei euch als Gruppe sogar, dass ihr eine gemeinsame oder zumindest ähnliche Zeit zum Innehalten findet. So wäret ihr verbunden, auch wenn ihr nicht an einem Ort seid.

Und wie immer gilt: Unseren Vorschlag kannst du natürlich individuell oder mit deiner Gruppe anpassen.



INNEHALTEN

GEBET

Mit deiner ganzen Schöpfung
und als Teil deiner Schöpfung loben wir dich,
du Schöpfer der Welt.

Zu dir kommen wir mit der Freude
über ihre Schönheit
und ihren Reichtum.
Zu dir kommen wir mit dem Schmerz
über ihre Zerstörung und Zerstörungskraft.

Zu dir kommen wir.
Wir sehnen uns gemeinsam
mit der ganzen Schöpfung
nach einer anderen Welt.

Bei dir ist möglich,
was bei uns unmöglich ist.

Zu dir kommen wir.
Du liebst uns,
du stärkst uns,
du hilfst uns.

Deine Wirklichkeit bricht an,
mitten unter uns.
Öffne dafür unsere Sinne,
fülle unsere Herzen mit Freude.

Bei dir ist möglich,
was bei uns unmöglich ist.

EVTL. LIED



AUS PSALM 104

Lies die ausgewählten Sätze aus Psalm 104 (BB) laut vor. Nicht so laut, dass die Menschen im Nebenraum es auch hören, aber so laut, dass du deine eigene Stimme hörst. Versuche im Laufe der nächsten Tage einen Rhythmus beim Vorlesen zu finden, sodass du nicht einfach nur liest, sondern die Bilder des Psalms zu Bildern in deinem Kopf werden können. Dafür kannst du auf Betonungen achten, Pausen einbauen und in verschiedenen Geschwindigkeiten lesen.

Der Psalm erzählt außerdem von Tieren, Vögeln, Menschen und der Erde. Schreibe jeden Tag zu mindestens einem davon einen Stichpunkt, was du daran besonders schön und schützenswert findest.

Lobe den Herrn, meine Seele!
Herr, mein Gott, wie groß bist du!
In Pracht und Schönheit bist du gekleidet.

Du hüllst dich in Licht wie in einen Mantel.
Du spannst den Himmel aus wie ein Zeltdach.

Du hast die Erde auf ihre Pfeiler gesetzt.
Sie wird niemals wanken – zu keiner Zeit.

Die Fluten der Urzeit bedeckten sie wie ein Kleid.
Wassermassen standen hoch über den Bergen.

Quellwasser schickst du die Täler hinab.
In Bächen fließt es zwischen den Bergen

dahin. Alle Tiere auf dem freien Feld trinken daraus,
auch die Wildesel löschen dort ihren Durst.

Für das Vieh lässt du Gras wachsen und Getreide für den Ackerbau des Menschen.

So kann die Erde Brot hervorbringen und Wein,
der das Menschenherz erfreut.
So gibt es Salböl für ein glänzendes Gesicht und Nahrung, die das Menschenherz stärkt.

Den Mond hast du für die Festzeiten gemacht.
Die Sonne weiß, wann sie untergehen soll.



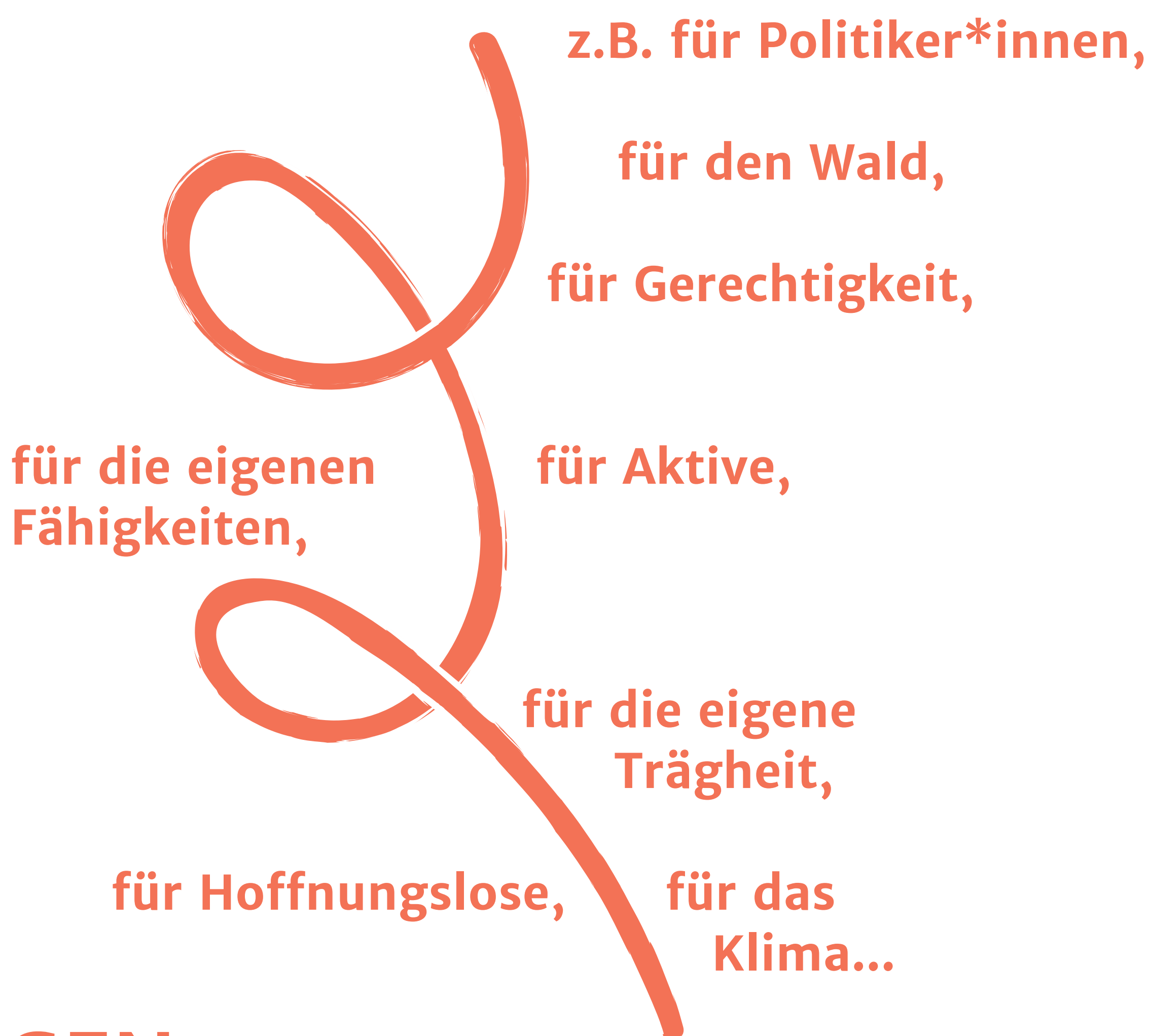
Wie zahlreich sind deine Werke, Herr. In Weisheit hast du sie alle gemacht. Die Erde ist voll von deinen Gütern.

Die Herrlichkeit des Herrn bleibe für immer. Der Herr freue sich über seine Geschöpfe.

Da ist das Meer, so groß und unermesslich weit. Dort wimmelt es von Lebewesen ohne Zahl – von kleinen und großen Meerestieren.

Lobe den Herrn, meine Seele! Halleluja!

FREIES GEBET



SEGEN

Gott, segne und bewahre deine Schöpfung.
Gott, segne uns mit deiner schöpferischen Kraft.

AMEN



Zuspruch und Anspruch



Ansprüche werden von klein auf an dich und dein Leben gestellt. Es gibt Ansprüche, die andere an dich stellen: In der Familie, in der Schule oder Studium, im Beruf, in der Beziehung. Es heißt dann: “Mache das so!” “Mache es anders, besser!” Manche dieser Ansprüche treten ganz deutlich an dich mit klaren Worten heran. Andere sind vielleicht versteckt in Umgangsformen oder Verhalten. Vielleicht spürst du auch einen gewissen Anspruch in diesem Projekt.

Es gibt Ansprüche, die wir selber an uns stellen: Ich sollte doch eigentlich mehr leisten, besser aussehen, gerechter handeln. Und es gibt Ansprüche, die Gott an uns stellt: Bewahre die Schöpfung, liebe deinen Nächsten, lobe Gott.

Diese Ansprüche können mich mit Sinn erfüllen: Ohne mich geht es nicht. Wenn ich das nicht tue, wer dann? Ich kann damit etwas verändern. Meine Leistung macht einen Unterschied.

Diese Ansprüche können mich aber auch treiben oder erdrücken.



Neben dem Anspruch gibt es auch den Zuspruch: Du kannst etwas! Du bist wertvoll! Du bist begabt! Du bist ein toller Typ!

Dass die Ansprüche Ansprüche an mich sind, glaube ich schnell. Dass auch die Zusprüche mir gelten, da bin ich oft erst misstrauisch. Beim Anspruch kann ich etwas tun, aber beim Zuspruch? Den kann ich nur annehmen.

Die Bibel macht immer wieder deutlich: Gott spricht als Erstes etwas zu – und erst danach nimmt Gott auch in Anspruch. Zwei Beispiele:

Am Anfang der Bibel wird die Schöpfung erzählt. Das ist kein naturwissenschaftlicher Bericht, sondern eine Erzählung, die tiefer geht. Da macht sich Gott unendlich viel Mühe, das Universum und die Erde und alles darauf zu erschaffen. Zu guter Letzt dann den Menschen. Nein, eigentlich erschafft Gott den Menschen kurz vor Vollendung der Schöpfung. Die Vollendung ist der Sabbat, der Ruhetag. Der Ruhetag ist zwar der letzte Tag der Schöpfung, aber es ist der erste Tag des Menschen. Zuerst darfst du ruhen, dann erst kannst du auch etwas tun: Z.B. einen der ersten Aufträge oder Ansprüche an den Menschen wahrnehmen: Der Mensch soll die Schöpfung bearbeiten und bewahren (Genesis 2,15).

Die zehn Gebote beginnen nicht mit „Du sollst“ oder „Du sollst nicht“, sondern am Anfang steht: „Ich bin der Herr, dein Gott! Ich habe dich aus dem Land Ägypten herausgeführt – aus dem Leben in der Sklaverei.“ (Exodus 20,2, BB).



Das ist sozusagen die Präambel vor jedem einzelnen Gebot: Du bist von Gott freigesetzt, in die Freiheit geführt. Aus dieser Freiheit ist es leichter und befreiter möglich, dem ein oder anderen Anspruch nachzukommen.

GESPRÄCHSANREGUNGEN

Welche Zusprüche und Ansprüche entdecke ich in meinem Leben oder in diesem *möglich!*-Abenteuer?

Welcher Zuspruch hilft mir, die Ansprüche wahrzunehmen und mich ihnen zu stellen?

Von welchen Ansprüchen sollte/möchte/darf ich mich befreien?

Welche Zusprüche geben mir Sicherheit, Vertrauen oder Motivation? Welche brauche ich ganz besonders?

Welche Ansprüche motivieren mich?



INNEHALTEN

GEBET

Mit deiner ganzen Schöpfung
und als Teil deiner Schöpfung loben wir dich,
du Schöpfer der Welt.

Zu dir kommen wir mit der Freude
über ihre Schönheit
und ihren Reichtum.
Zu dir kommen wir mit dem Schmerz
über ihre Zerstörung und Zerstörungskraft.

Zu dir kommen wir.
Wir sehnen uns gemeinsam
mit der ganzen Schöpfung
nach einer anderen Welt.

Bei dir ist möglich,
was bei uns unmöglich ist.

Zu dir kommen wir.
Du liebst uns,
du stärkst uns,
du hilfst uns.

Deine Wirklichkeit bricht an,
mitten unter uns.
Öffne dafür unsere Sinne,
fülle unsere Herzen mit Freude.

Bei dir ist möglich,
was bei uns unmöglich ist.

EVTL. LIED



PSALM 23

Psalm 23 ist einer der bekanntesten Texte aus der Bibel. Vielleicht hast du ihn auch schon einmal auswendig gelernt (oder lernen müssen). Begegne diesem Psalm in dieser Woche neu. Lies ihn in der neueren Übersetzung (BB) unten täglich durch, lerne ihn vielleicht neu auswendig und sage ihn dir (in Gedanken) mehrmals täglich auf. Beobachte, was das mit dir macht.

Der Herr ist mein Hirte. Mir fehlt es an nichts.

Auf saftig grünen Weiden lässt er mich lagern. Er leitet mich zu Ruheplätzen am Wasser, dort erfrischt er meine Seele.

Er führt mich gerecht durchs Leben. Dafür steht er mit seinem Namen ein.

Und muss ich durch ein finsternes Tal, fürchte ich kein Unglück. Denn du bist an meiner Seite! Dein Stock und dein Stab schützen und trösten mich.

Du deckst für mich einen Tisch vor den Augen meiner Feinde. Du salbst mein Haar mit duftendem Öl und füllst mir den Becher bis zum Rand.

Nichts als Liebe und Güte begleiten mich alle Tage meines Lebens. Mein Platz ist im Haus des Herrn. Dort möchte ich mein Leben lang sein.



FREIES GEBET

z.B. für
Politiker*innen,

für den Wald,

für Gerechtigkeit,

für die eigene
Trägheit,

für die eigenen
Fähigkeiten,

für Hoffnungslose,

für Aktive,

für das Klima...

SEGEN

Gott, segne und bewahre deine Schöpfung.

Gott, segne uns mit deiner schöpferischen Kraft.

AMEN



alle Huddles

Lebensfülle und Glücksversprechen





Christus ist nicht nur für das Kreuz gekommen. Christus ist nicht nur gekommen, um zu predigen und zu heilen. Er ist auch gekommen, um zu feiern. Seine Jünger und er waren dafür bekannt, dass sie nicht gerade asketisch gelebt haben. Wenn es was Feines zu essen gab und etwas Gutes zu trinken, dann haben sie nicht Nein gesagt. Bei einem schönen Fest sind sie immer dabei. Na klar, es geht auch darum, dass Jesus mit den Unbeliebten und Gehassten gefeiert hat. Es geht auch darum, dass diese Feste zerbrochene Gemeinschaft heilen. Doch es geht eben auch darum, dass er gefeiert hat. Wo Gottes Neue Wirklichkeit beginnt, da gibt es Grund zu feiern. Ein rauschendes Fest ist dann die natürlichste aller Reaktionen. Da ist nicht nur der Anspruch: Deine Feinde lieben, Gutes tun, das Klima retten. Christus ist gekommen, damit wir etwas vom guten, schönen, vollen Leben haben. Sagt er sogar selbst:

„Ich bin gekommen, um ihnen
das wahre Leben zu bringen – das
Leben in seiner ganzen Fülle.“
(Johannes 10,10, BB)

Das hört sich gut an. Aber solche Glücksversprechen begegnen mir an jeder Straßenecke, in jedem YouTube-Video, überall. Überall wird be-



worben, was mein Leben erfüllt und wo ich es kaufen kann: Dieser Mobilfunkvertrag garantiert dir absolute Freiheit und dieser Urlaub die Erfahrungen deines Lebens. Dieses Training wird deine Probleme lösen. Dieses neueste, smarte Irgendetwas wird dein Leben in neue Sphären erheben. Und dieser neumodische Kurs wird dich nachhaltig und glücklich machen!

Gegen ein tolles Produkt und einen fantastischen Urlaub ist nichts einzuwenden. Doch diese Glücksversprechen tun so, als würde es genau darauf ankommen in meinem Leben.

Diese Produkte sind das, was ich unter keinen Umständen vermissen darf. Selbst wenn darüber die Welt untergeht. Diese Konsumgüter versprechen mir Erfüllung, oder sogar Heil und Sinn. Und diese Versprechen können sie nicht einlösen.

Was ist anders bei „Das Leben in ganzer Fülle?“ Erstens: Die Konsumversprechen versprechen mir das volle Leben. Mir! Die Feste, die Jesus feiert, sind Gemeinschaft. Gemeinsam erfahren wir etwas von der Fülle, die Gott für uns bereithält.

Zweitens: Es ist kein Versprechen. Es ist eine Verheißung. Unser Glaube macht nicht automatisch alles Heil, schenkt uns nicht das Glück auf Erden. Und doch liegt in ihm die Verheißung, dass wir Erfüllung und Freude finden – mitten in und mit unseren Hochs und Tiefs. Gottes neue Wirklichkeit beginnt jetzt! Mitten in all dem, was nicht gut ist, blitzt es auf: Freude und Fülle. Diese Verheißung gibt uns nicht ein durchtrainiertes Supermodel mit reiner Haut, dessen perfekte Haare im Wind wehen, sondern der Mensch, der am Kreuz gestorben ist.



Das Leben in ganzer Fülle kann ganz unterschiedlich aussehen. Ein Beispiel gibt uns Paulus (Philipper 4,12–13, BB):

„Ich kenne den Mangel, ich kenne auch den Überfluss. Alles und jedes ist mir vertraut: das Sattsein wie der Hunger, der Überfluss wie die Not. Ich bin allem gewachsen durch den, der mich stark macht.“

GESPRÄCHSANREGUNGEN

Was gibt es schon aus deiner Challenge zu feiern?

Hast du durch den Einsatz für eine bessere Welt mehr oder weniger das Gefühl eines erfüllten Lebens? Warum?

Welche Art von Fest macht dich glücklich und warum? Die Party mit lauter Musik und Strobo? Eher Oktoberfest? Oder ein gemütlicher Abend im Garten mit Freunden?

An welcher Stelle schenkt dir dein Glaube Erfüllung oder Freude?

„Leben in ganzer Fülle“ – auch dann, wenn ich wenig habe, Mangel und Hunger? Was fühlst du bei dieser Aussage?

Für welche Glücksversprechen bist du anfällig?



INNEHALTEN

GEBET

Mit deiner ganzen Schöpfung
und als Teil deiner Schöpfung loben wir dich,
du Schöpfer der Welt.

Zu dir kommen wir mit der Freude
über ihre Schönheit
und ihren Reichtum.

Zu dir kommen wir mit dem Schmerz
über ihre Zerstörung und Zerstörungskraft.

Zu dir kommen wir.
Wir sehnen uns gemeinsam
mit der ganzen Schöpfung
nach einer anderen Welt.

Bei dir ist möglich,
was bei uns unmöglich ist.

Zu dir kommen wir.
Du liebst uns,
du stärkst uns,
du hilfst uns.

Deine Wirklichkeit bricht an,
mitten unter uns.
Öffne dafür unsere Sinne,
fülle unsere Herzen mit Freude.

Bei dir ist möglich,
was bei uns unmöglich ist.

EVTL. LIED



STILLE

Sei einen Moment ganz im Jetzt, in der Gegenwart Gottes. Nimm dir 5–10 Minuten Zeit. Nutze einen Wecker. Suche dir einen ruhigen Ort, an dem du in der Stille sitzen kannst. Deine Sitzposition sollte aufrecht sein, mit leichter Körperspannung aber nicht angespannt oder verkrampft. Entspanne die Schultern und den Kiefer. Atme tief und regelmäßig, schließe die Augen. Wenn du anfängst an etwas zu denken, nimm es zur Kenntnis und puste die Gedanken innerlich weg, wie eine Seifenblase. In dieser stillen Zeit bist du ganz in der Gegenwart Gottes. Auch wenn du es nicht spürst. Du bist da, Gott ist da. In diesen paar Minuten brauchst du nichts anderes.

FREIES GEBET



z.B. für
Politiker*innen,
für den Wald,
für Gerechtigkeit,
für die eigene Trägheit,
für die eigenen Fähigkeiten,
für Hoffnungslose,
für Aktive,
für das Klima...

SEGEN

Gott, segne und bewahre deine Schöpfung.
Gott, segne uns mit deiner schöpferischen Kraft.

AMEN



Meine Schuld und unsere Schuld



Zwar wurden über Jahrzehnte hinweg deutliche Fortschritte erzielt, aber trotzdem leiden gegenwärtig über 800 Millionen Menschen an Hunger – obwohl es genug Nahrung auf der Welt gibt. Das 1,5° Ziel ist kaum mehr erreichbar – obwohl wir das nötige Wissen dazu haben. Es gibt laut der Menschenrechtsorganisation International Justice Mission so viele Sklav*innen und Menschen in sklavenähnlichen Bedingungen auf der Welt wie nie zuvor – obwohl Sklaverei offiziell geächtet wird. Die Liste ließe sich fortsetzen.

Wieso ist die Welt so und nicht friedlicher, gerechter, bewahrender? Wer ist schuld? Sind es die Politiker*innen? Die Reichen? Der Kapitalismus? Es wäre schön, eine*n Schuldige*n zu haben. Doch die Antwort ist nicht so einfach.

Wir werden kollektiv schuldig, als Gemeinschaft, als System, und darin werde ich mit schuldig. Auch wenn ich versuche, so gut wie möglich zu leben. Ich bin Teil eines Systems, einer Gesellschaft, die Schuld auf sich lädt. Deutlich wird das schon am Smartphone. Darin sind Rohstoffe verbaut, die unter problematischen Bedingungen



abgebaut werden, und es greift auf Internetserver zu, die immer mehr Energie verbrauchen. Zugleich kann kaum noch jemand in unserer Zeit darauf verzichten.

Wir kommen da nicht raus. Wir stecken darin, gefangen, verstrickt, ob wir wollen oder nicht. Als Einzelne und als Gemeinschaft.

Warum ist die Welt so und nicht friedlicher, gerechter, bewahrender? Warum sind wir so verstrickt und gefangen in Schuld? Die Frage ist wohl so alt wie die Menschheit. Auch biblische Texte sprechen immer wieder davon. Das geht los mit der Erzählung von Adam und Eva, am Anfang der Bibel. Sie erzählt etwas über uns alle, die wir bildlich gesprochen von Adam und Eva abstammen. Dort gab es eine Zeit, in der es friedlich war, gerecht und bewahrend. Das Paradies. Es war eigentlich perfekt für den Menschen. Aber dann kam ein Bruch. Die Schlange säte Misstrauen zwischen Mensch und Gott und die Menschen ließen sich darauf ein. Sie aßen von der Frucht, die sie nicht essen durften. Die Verbindung zwischen Gott und Mensch war von da an gestört und die Menschen mussten das Paradies verlassen.

Diese Erzählung will eine Antwort geben. Eine Antwort auf die Frage: Warum ist die Welt so, wie sie ist, und nicht (mehr) paradiesisch? Keine Antwort, die präzise erklärt, sondern die erzählt: Die Welt ist nicht mehr paradiesisch, weil Adam und Eva etwas getan haben, was sie nicht durften. Sie haben damit das Leben im Paradies zerstört, ein Leben, das friedlich, gerecht und bewahrend war. Und alle ihre Nachkommen, also auch wir, haben diesen Zustand „geerbt“. Und genau wie die beiden haben wir Zerstörerisches in uns, das wir



nicht loswerden, sondern das zu uns gehört. Der Mensch, wir Menschen, ich als Mensch bin nicht einfach gut, sondern habe auch Zerstörerisches in mir. Als Gesellschaft haben wir gesellschaftliche Strukturen und Systeme „geerbt“, aus denen wir nicht austreten können. Wir stecken darin, als Gemeinschaft und persönlich, ja sind geradezu darin gefangen, ob wir wollen oder nicht.

Macht es dann überhaupt Sinn, sich zu engagieren? Sich einzusetzen und Gutes zu tun? Denn es wird ja doch nicht perfekt auf Erden. Manche empfinden das als Lähmung. Andere empfinden es als Befreiung von dem Anspruch des perfekt nachhaltigen Lebens und werden dadurch frei für ein anderes Leben, auch wenn es unperfekt bleibt.

Gottes Zuspruch jedenfalls trifft hier ganz besonders. Er zeigt sich in vielen Hoffnungsbildern der Bibel, wie z.B. der Hoffnung auf eine göttliche Herztransplantation in Hesekiel 36,26 (BB):

„Dann gebe ich euch ein neues Herz und einen neuen Geist. Das tote Herz aus Stein nehme ich aus eurem Leib. An seiner Stelle gebe ich euch ein lebendiges Herz aus Fleisch.“

Gott befreit und verwandelt – und das beginnt schon hier und jetzt. Daher bekomme ich Trost und Stärke, aus der ich im Hier und Jetzt leben kann:

Getröstet in der Erkenntnis, dass es auf der Erde kein Perfekt gibt. Gestärkt, weil das Gute sich trotzdem lohnt. Es lohnt sich schon um seiner selbst willen und es lohnt sich, weil es hinüberreicht in Gottes Ewigkeit. Es geht nicht unter. Es ist gesehen. Und wird durch Gott vollendet.



GESPRÄCHSANREGUNGEN

Wem oder was gibst du die Schuld dafür, dass die Welt ist, wie sie ist?

Befreit oder belastet dich die biblische Überzeugung, dass das Zerstörerische Teil des Menschseins ist?

Was ist dein Menschenbild? Ist er*sie gut oder schlecht oder beides?

Was bedeutet es für unser Zusammenleben, wenn der Mensch immer auch Zerstörer ist? Meinst du, Gutes zu tun lohnt sich dann überhaupt?

Eine zentrale Zusage der Bibel ist, dass Gott befreit und verwandelt – was macht das mit dir? Erlebst du das in deiner Challenge?



INNEHALTEN

GEBET

Mit deiner ganzen Schöpfung
und als Teil deiner Schöpfung loben wir dich,
du Schöpfer der Welt.

Zu dir kommen wir mit der Freude
über ihre Schönheit
und ihren Reichtum.
Zu dir kommen wir mit dem Schmerz
über ihre Zerstörung und Zerstörungskraft.

Zu dir kommen wir.
Wir sehnen uns gemeinsam
mit der ganzen Schöpfung
nach einer anderen Welt.

Bei dir ist möglich,
was bei uns unmöglich ist.

Zu dir kommen wir.
Du liebst uns,
du stärkst uns,
du hilfst uns.

Deine Wirklichkeit bricht an,
mitten unter uns.
Öffne dafür unsere Sinne,
fülle unsere Herzen mit Freude.

Bei dir ist möglich,
was bei uns unmöglich ist.

EVTL. LIED



AUS PSALM 51

Lies Psalm 51 (LU17).

Schreibe jeden Tag einen eigenen Satz dazu.

Gott, sei mir gnädig nach deiner Güte, und tilge meine Sünden nach deiner großen Barmherzigkeit.

Wasche mich rein von meiner Missetat, und reinige mich von meiner Sünde; denn ich erkenne meine Missetat, und meine Sünde ist immer vor mir.

An dir allein habe ich gesündigt und übel vor dir getan, auf dass du recht behaltest in deinen Worten und rein dastehst, wenn du richtest.

Siehe, in Schuld bin ich geboren, und meine Mutter hat mich in Sünde empfangen.

Siehe, du liebst Wahrheit, die im Verborgenen liegt, und im Geheimen tust du mir Weisheit kund. Lass mich hören Freude und Wonne, dass die Gebeine fröhlich werden, die du zerschlagen hast.

Schaffe in mir, Gott, ein reines Herz und gib mir einen neuen, beständigen Geist. Herr, tue meine Lippen auf, dass mein Mund deinen Ruhm verkündige.

FREIES GEBET

z.B. für Politiker*innen,

für den Wald,

für Aktive,

für die
eigenen
Fähigkeiten...

für Gerechtigkeit,

für das Klima,

für Hoffnungslose,

für die eigene
Trägheit,





SEGEN

Gott, segne und bewahre deine Schöpfung.
Gott, segne uns mit deiner schöpferischen Kraft.

A large, thick, green decorative swirl that starts from the bottom left and curves upwards and to the right, ending near the top right of the page.

AMEN



alle Huddles

Wüste und Wachstum





Wer Achterbahn fährt, kennt die Höhen und Tiefen einer Fahrt.

Zwischen spannungsgeladener, langsamer Auffahrt und Volspeed-Kurvengravitation wechseln die Gefühls- und Erlebnismomente hin und her. Eine Achterbahnfahrt erhält folgende Aufs und Abs:

1 Um den eigentlichen Reiz zu erleben, erfolgt die langsame Auffahrt. Ein Gefühl des spannenden Anlaufnehmens. Motivation und Begeisterung treffen auf Angst und Sehnsucht.

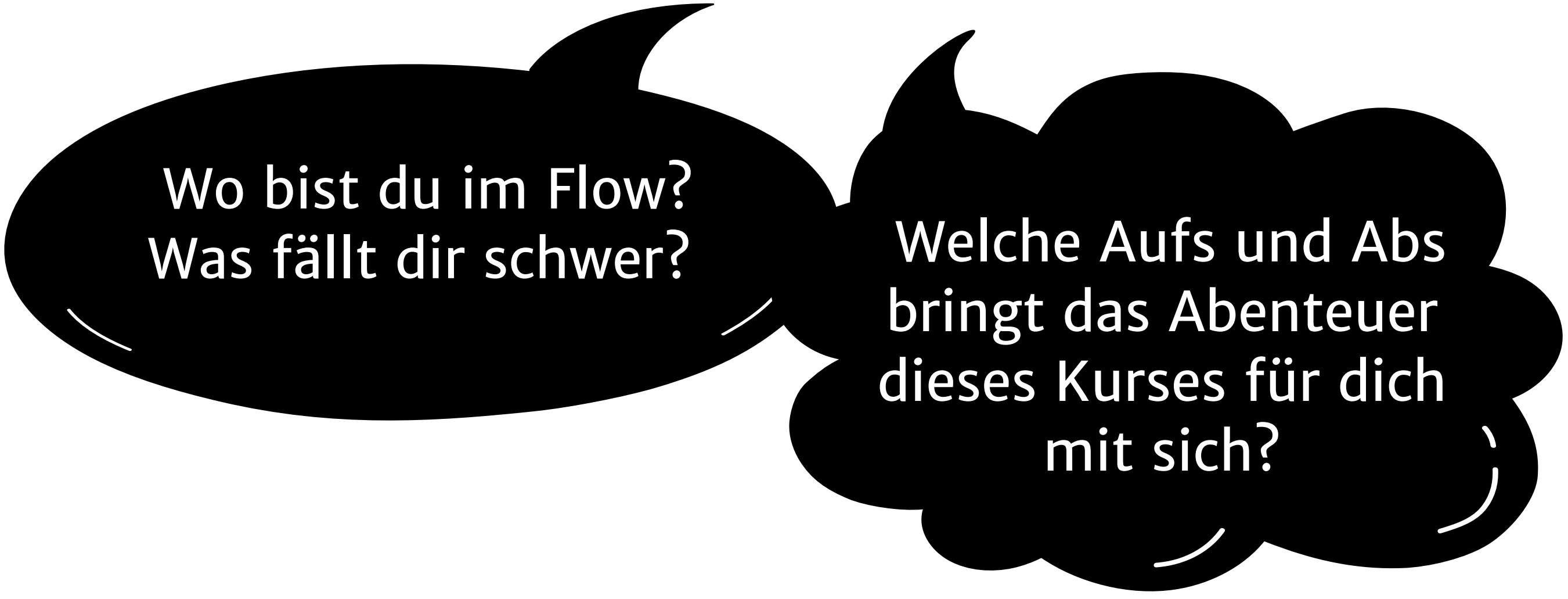
2 Oben angekommen ist der aufwendige Part geschafft. Freudige Unsicherheit entsteht durch banges Warten und Anspannung. Aber ich weiß: Die Veränderung steht bevor, der Blick ist nach vorne gerichtet.

3 Danach ist die Fahrt im Flow. Spaß und Freude sind erlebbar. Es läuft!

4 Doch jeder Flow, jede Höhe findet ein Ende. Es wird ruhiger, ein Neuanfang steht bevor, vielleicht. Aber erstmal trudelt die Fahrt aus.



GESPRÄCHSANREGUNGEN



Wo bist du im Flow?
Was fällt dir schwer?

Welche Aufs und Abs
bringt das Abenteuer
dieses Kurses für dich
mit sich?

So wie in der Achterbahn geht das Leben manchmal auf und ab. Die guten Zeiten, die Höhen, sind oft die einfachen, schönen Zeiten. Es läuft! Aber wie gehst du damit um, wenn das Hoch vorbei ist? Was hält und trägt dich, wenn der Flow endet und du in der Tiefe angekommen bist? Wenn dein Leben Unsicherheit, Zweifel, Ängste oder Orientierungslosigkeit bringt? In der Bibel werden diese Erfahrungen oft in der Wüste erlebt oder mit Wüstenerfahrungen beschrieben. In diesen Geschichten kommen die Menschen mit großen Gefühlen und Erlebnissen in Berührung. Sie verlieren Schutz und Versorgung. Sie durchleben Grenzerfahrungen: Hitze, Einsamkeit, Anfechtung und gefährliche Tiere. Gleichzeitig werden die äußeren Einflüsse reduziert: Erwartungen, Sicherheiten, Anforderungen, Wünsche. Biblische Wüstenzeiten sind ganz auf die eigene Person, die gegenwärtige Lage und Gottesbegegnung fokussiert.

In unserem Leben kommen wir manchmal unerwartet oder plötzlich in Wüstenzeiten. Manche Menschen begeben sich auch eine begrenzte Zeit freiwillig in Wüstenzeiten: Verzicht, Fasten, Challenges. Und das bringt eine Chance mit sich, denn in diesen Zeiten treten viele andere Aufgaben und Reize in den Hintergrund, bewusst erzeugt oder im Leben unerwartet passiert. Auch wenn diese Zeiten vielleicht nicht einfach sind, wird der Blick



auf das Wesentliche reduziert: Auf das, was trägt, auf das, was bleibt. Sie können Wege in die Freiheit sein. Freiheit von Zwängen, Ängsten und unerfüllten Sehnsüchten. Freiheit im Vertrauen, im Geliebt-werden.

Die Chance dieser Wüstenzeiten liegt im Wachstum der eigenen Persönlichkeit, des Vertrauens und der Beziehung zu Gott.

Wenn eine Chance besteht, bedeutet das immer auch, dass etwas nicht eintreten kann. Es hängt nicht immer von uns ab. Eine Wüstenzeit kann auch eine schmerzliche Erinnerung bleiben oder unangenehme Veränderungen bewirken.

Eine eindrückliche Gottesbegegnung in einer Wüstenzeit ist in Elias Geschichte zu entdecken. Er zieht sich zurück, nach dem vorangegangenen Flow kommt die Angst. Aber Gott versorgt ihn und begegnet ihm auf ganz neue Weise. Zu lesen ist seine Geschichte in [1. Könige 19,1-15](#).





In welcher Situation hast du Wachstum deiner Persönlichkeit oder deines Vertrauens in Gott erlebt?

In der Wüstenzeit: Was lockt dich aus der Wüste heraus? Und ist das Locken etwas Hilfreiches?

GESPRÄCHSANREGUNGEN

Wie gehst du mit Ängsten und Unsicherheiten um? Wie begegnest du Gott in diesen Zeiten?

Welche Zeit „in der Wüste“ hast du erlebt? Wobei warst du auf Hilfe und Versorgung angewiesen?



INNEHALTEN

GEBET

Mit deiner ganzen Schöpfung
und als Teil deiner Schöpfung loben wir dich,
du Schöpfer der Welt.

Zu dir kommen wir mit der Freude
über ihre Schönheit
und ihren Reichtum.

Zu dir kommen wir mit dem Schmerz
über ihre Zerstörung und Zerstörungskraft.

Zu dir kommen wir.
Wir sehnen uns gemeinsam
mit der ganzen Schöpfung
nach einer anderen Welt.

Bei dir ist möglich,
was bei uns unmöglich ist.

Zu dir kommen wir.
Du liebst uns,
du stärkst uns,
du hilfst uns.

Deine Wirklichkeit bricht an,
mitten unter uns.
Öffne dafür unsere Sinne,
fülle unsere Herzen mit Freude.

Bei dir ist möglich,
was bei uns unmöglich ist.

EVTL. LIED



ACHTERBAHN

Zeichne eine Achterbahnfahrt:



(So oder so ähnlich...)

Male in die Achterbahnfahrt heute ein Kreuz für die Situation, in der du dich gerade befindest. Für deine Challenge oder andere aktuelle Lebenserfahrungen.

Was fühlt sich dabei bedrohlich an?
Oder ungewiss?
Wo entdeckst du heute Wachstum?
Wo steckt Potenzial?

Wähle dein Gebet für heute:

1 Danke Gott für mein persönliches Wachstum. Für gute Erfahrungen und Bereicherung.

2 Was passiert hier, Gott? Wohin geht meine Reise durch die Wüste? Ich kann es noch nicht sehen. Wie geht es weiter?

3 Ich denke an die Menschen, die in wüsten Zeiten stecken. Versorge sie! Gib Orientierung!



FREIES GEBET

z.B. für
Politiker*innen,

für den Wald,

für Gerechtigkeit,

für die eigene
Trägheit,

für die eigenen
Fähigkeiten,

für Hoffnungslose,

für Aktive,

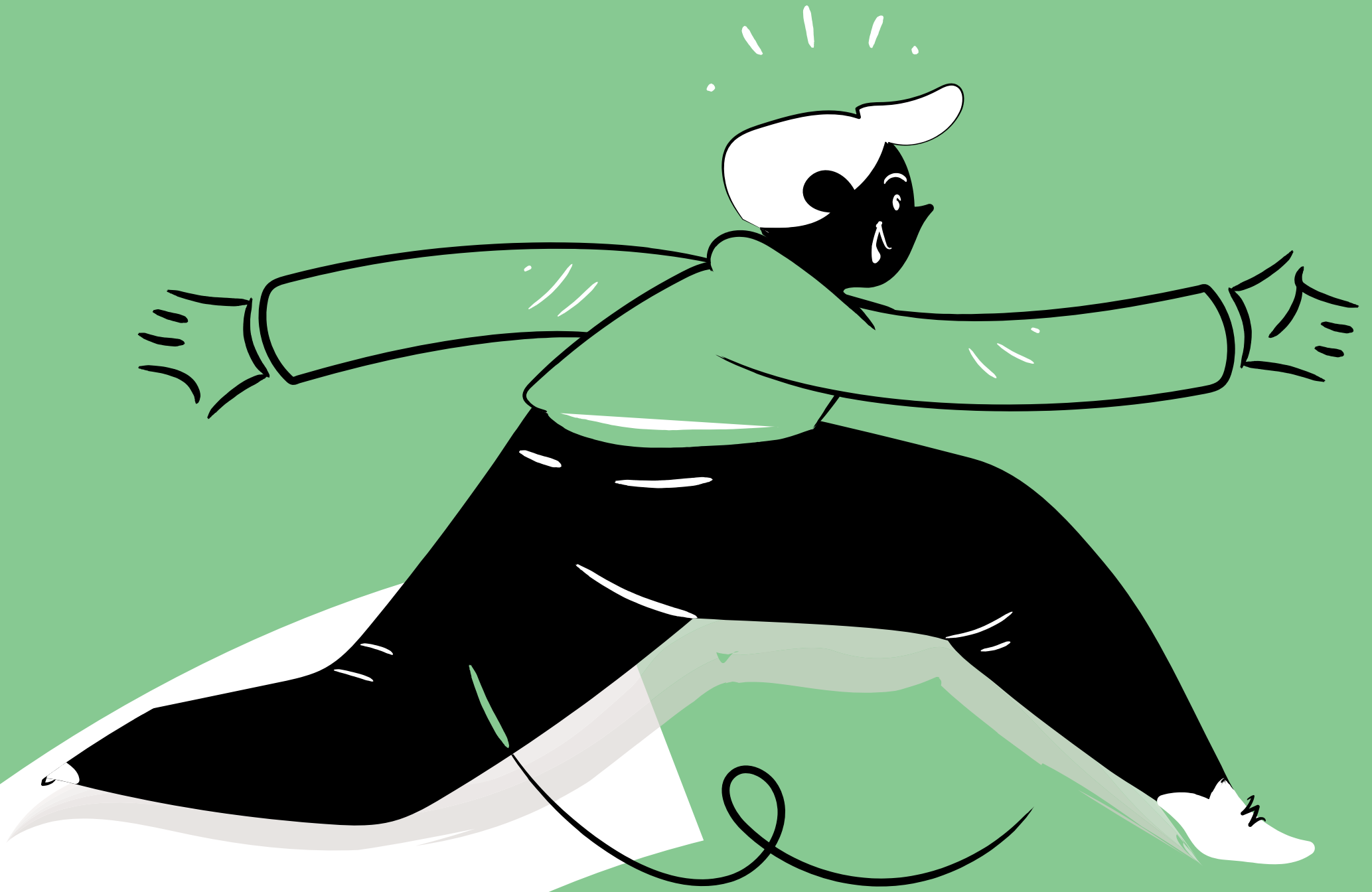
für das Klima...

SEGEN

Gott, segne und bewahre deine Schöpfung.

Gott, segne uns mit deiner schöpferischen Kraft.

AMEN



Schnell und langsam





„Es ist kein Sprint, sondern ein Marathon.“

Diese Weisheit wird gerne verbreitet, wenn jemand Aufgaben zu schnell und hektisch in Angriff nimmt. Vielleicht kennst du das Gefühl.

Beim Langstreckenlauf geht es darum, sich auf das „richtige“ Tempo einzupendeln, im Gegensatz zum Sprint. Wenn du sprintest, gibst du alles. Das einzige richtige Tempo ist deine Top-Geschwindigkeit, als ob es kein Morgen gäbe. Aber wenn Du das bei einem Marathon tätest, würdest Du bereits nach kurzer Zeit schnaufend und zusammengebrochen am Straßenrand liegen.

Oft will ich aber gar nicht erst das „richtige“ Tempo finden. Das gilt vor allem dann, wenn die Ziele meiner Meinung nach besonders edel sind: Die Klimakatastrophe aufhalten, Jesus nachfolgen, nochmal die Herr der Ringe – extended Version an einem Stück schauen.

Bei solch noblen Absichten ist es manchmal schwer, einen Gang runterzuschalten und zu reflektieren, mit welcher Geschwindigkeit man eigentlich unterwegs sein möchte und kann, um dem Ziel möglichst nah zu kommen oder es gar zu erreichen. Gerade wenn es um die Klimakatastrophe geht, wäre doch eigentlich nur meine Top-Geschwindigkeit angemessen, oder?



Meine Geschwindigkeit – Jesus aber hat uns immer wieder gezeigt, wie es aussieht, wenn man die Dinge auf Gottes Art und Weise tut – nämlich in der Gemeinschaft, zusammen mit anderen. Immer wieder macht Jesus auf seinem Weg halt, um mit seinen Freund*innen und seinen Feind*innen zu reden, zu diskutieren, zu heilen. An einer Stelle sagt Jesus: „Ich bin gekommen, um auf der Erde ein Feuer zu entzünden. Und ich wäre froh, wenn es schon brennen würde!“ (Lukas 12,49, BB) Es geht ihm zu langsam. Sein Auftrag, sein Ziel, seine Liebe – all das fällt zu oft auf unfruchtbaren Boden. Zu viele hadern und wenden sich ab. Oft wird er aufgehalten und erlebt Rückschläge. Und dennoch geht er unaufhaltsam seinen Weg. Er verschenkt seine Liebe unaufhaltsam.

In dem Eifer, die Schöpfung zu bewahren, stellen wir womöglich fest, dass wir vielen Menschen um uns herum weit voraus sind. Vielleicht haben wir sogar ein viel klareres Bild davon, was alle tun müssten – sei es am Arbeitsplatz, in der Gesellschaft, in der Schule oder in der Gemeinde. Und es geht alles viel zu langsam.

Müssten wir jetzt nicht lossprinten, um all das aufzuholen, was die anderen versäumt und verzögert haben?

Der Weg ist weit! Weiter als ein Marathon. Wirst du diese Geschwindigkeit durchhalten? Wirst du ans Ziel kommen? Und vor allem: Kommst du alleine ans Ziel dank deiner Top-Geschwindigkeit oder kommen wir zusammen an?



Ein Vorschlag: Pendel dich in deine Geschwindigkeit ein. Es ist kein Spaziergang, aber auch kein Sprint. Wende dich wie Jesus immer wieder denen zu, die am Wege stehen mit Fragen, Zweifeln oder Hoffnung, und suche dir Menschen, mit denen du zusammen laufen kannst. Lauft so gemeinsam und unaufhaltsam eurem Ziel zu – und verschenkt Liebe.

GESPRÄCHSANREGUNGEN

Wo hängst du zurück?

Wie kommen deine Challenges in deinem Umfeld an? Hast du Menschen davon erzählt?

Wie schnell bist du?
Wärest du gerne langsamer oder schneller?

Wie kannst du andere mitnehmen, damit wir gemeinsam dem Ziel näherkommen?

In welchen Themen / Bereichen bist du Vorreiter*in?



INNEHALTEN

GEBET

Mit deiner ganzen Schöpfung
und als Teil deiner Schöpfung loben wir dich,
du Schöpfer der Welt.

Zu dir kommen wir mit der Freude
über ihre Schönheit
und ihren Reichtum.

Zu dir kommen wir mit dem Schmerz
über ihre Zerstörung und Zerstörungskraft.

Zu dir kommen wir.
Wir sehnen uns gemeinsam
mit der ganzen Schöpfung
nach einer anderen Welt.

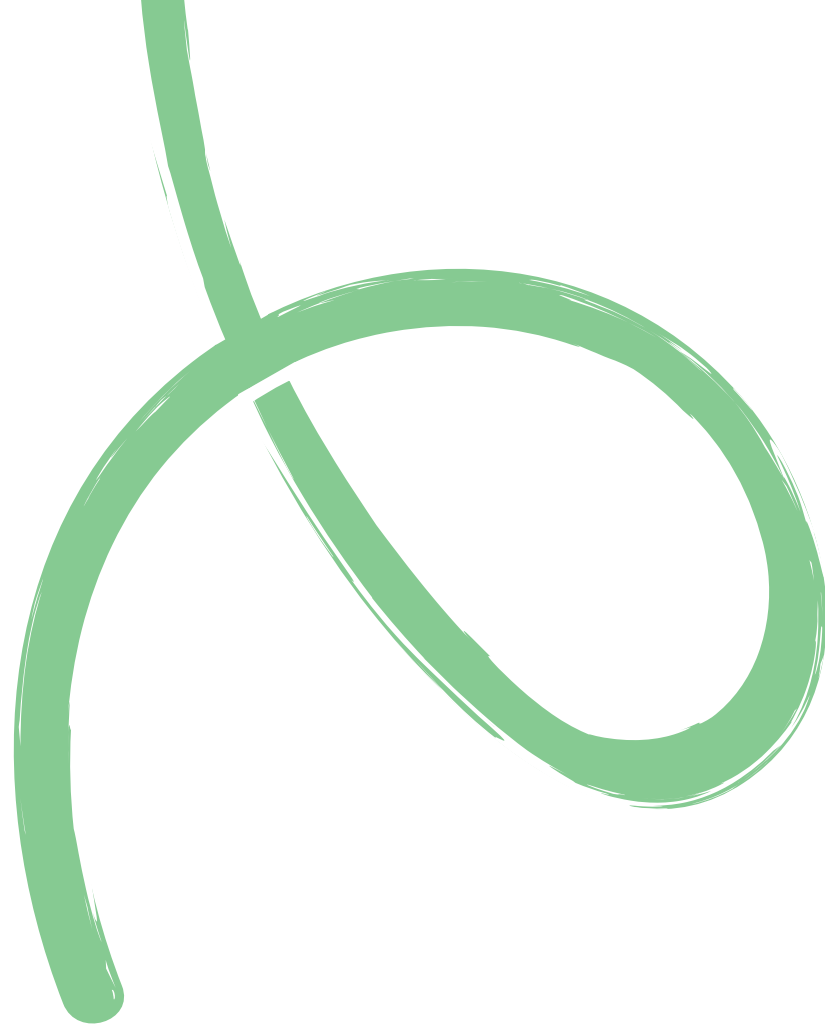
Bei dir ist möglich,
was bei uns unmöglich ist.

Zu dir kommen wir.
Du liebst uns,
du stärkst uns,
du hilfst uns.

Deine Wirklichkeit bricht an,
mitten unter uns.
Öffne dafür unsere Sinne,
fülle unsere Herzen mit Freude.

Bei dir ist möglich,
was bei uns unmöglich ist.

EVTL. LIED



FEUER

„Ich bin gekommen, um auf der Erde ein Feuer zu entzünden. Und ich wäre froh, wenn es schon brennen würde!“ (Lukas 12,49, BB)

Zeichne ein Feuer mit sieben Holzscheiten. Schreibe jeden Tag in einen Holzscheit, wofür du dir bei anderen oder dir selbst mehr Feuer wünschst, und in die Flamme eine Sache, für die du oder dein Umfeld schon brennt.

FREIES GEBET



z.B. für
Politiker*innen,

für den Wald,

für Gerechtigkeit,

für die eigene Trägheit,

für die eigenen Fähigkeiten,

für Hoffnungslose,

für das Klima...

SEGEN

Gott, segne und bewahre
deine Schöpfung.
Gott, segne uns mit deiner
schöpferischen Kraft.

AMEN



Begabung und Ohnmacht



Es gibt die Momente, in denen ich einfach nur verzweifelt bin. Wir sind mitten in der Klimakrise. Und es sieht nicht so aus, als ob wir sie noch in den Griff bekämen. Bei so großem politischem und gesellschaftlichem Versagen: Was können wir überhaupt noch tun? Können wir mit unserem Handeln die Gesamtsituation beeinflussen?

Muss ich mich mehr anstrengen, um mit einem alternativen Lebensstil zu retten, was nicht mehr zu retten ist? Ohnmacht ist ein furchtbares Gefühl. Wir brauchen viel Kraft, um sie nicht zu verdrängen und uns einzugestehen, dass sie da ist.

„Wann kommt das Reich Gottes?“ (Lukas 17,20, BB) Jesus wird diese Frage gestellt. In ihr steckt Verzweiflung, aber auch Hoffnung! Die Hoffnung auf eine Befreiung Judäas. Die Hoffnung, dass die Römer vertrieben werden, dass Gott selbst herrschen wird. Gott wird kommen – mit aller Macht – und wird die Probleme des Volkes lösen: Die Fremdbestimmung, Unterdrückung und Ausbeutung. Gerechtigkeit und Liebe werden regieren. Eine neue Wirklichkeit wird anbrechen. Wann kommt es endlich? Wann kommt



das Reich Gottes? Und ich stimme ein: Wann wird diese neue Wirklichkeit anbrechen? Wann werden Liebe und Gerechtigkeit herrschen? Wann werden wir die Klimakrise in den Griff bekommen? Wann werden wir in Frieden mit Gott und Menschen leben? Wann kommt das Reich Gottes? Jesus antwortet: „Das Reich Gottes kommt nicht so, dass man es an äußeren Anzeichen erkennen kann. Man wird auch nicht sagen: >Schau her, hier ist es!<, oder: >Dort ist es!< Nein, das Reich Gottes ist schon da –mitten unter euch.“ (Lukas 17,20–21, BB)

Was für eine Enttäuschung! Kein Datum, auf das ich mich freuen könnte. Kein Großereignis, bei dem alles ins Lot gerückt wird. Es wird nicht einfach alles Gut. (Womit wir wieder beim Thema von „Meine Schuld und unsere Schuld“ wären).

Gleichzeitig setzt mir Jesus mit diesem Reich Gottes eine neue Hoffnung ins Herz: Gottes neue Wirklichkeit beginnt mitten unter uns.

Diese Wirklichkeit, auf die wir hoffen, ist schon im Anbruch! Wir müssen nicht warten. Jetzt ist die Zeit zu träumen und zu handeln. Denn Gott hat uns begabt, an dieser neuen Wirklichkeit mitzuarbeiten. Gott hat uns mit vielen verschiedenen Begabungen ausgestattet. Wir sind begabt, zu lieben, zu hoffen, anders zu leben, kleine oder große Schritte zu gehen. Wir sind dazu begabt, uns Gott und unseren Mitmenschen zuzuwenden. Wir sind begabt, Botinnen, Wegbereiter, Mitarbeitende, Ideengeberinnen, Zeugen, Reporter und Bestäuer dieser neuen Wirklichkeit zu werden. Niemand von uns muss die ganze Welt retten. Niemand von uns kann die ganze Welt retten. Doch wir sind begabt, dieser neuen Wirklichkeit die Tür zu öffnen. Der Rest ist Gottes Sorge.



Was sind die Geschichten, Erlebnisse, Gedanken, die dir Mut geben?

Welche Begabungen hast du, die du für eine bessere Welt einbringen möchtest?

GESPRÄCHSANREGUNGEN

Was ist der Unterschied zwischen Gottes neuer Wirklichkeit und einer "besseren Welt"?

Wo fordert dich deine Begabung heraus? Wo beschenkt dich deine Begabung?

Hast du schon mal etwas von Gottes neuer Wirklichkeit gespürt? In welchen Momenten?

An welchen Stellen fühlst du Ohnmacht?

Achtung: Der nächste Huddle ist der achte und letzte. Macht es zu einem Fest!



INNEHALTEN

GEBET

Mit deiner ganzen Schöpfung
und als Teil deiner Schöpfung loben wir dich,
du Schöpfer der Welt.

Zu dir kommen wir mit der Freude
über ihre Schönheit
und ihren Reichtum.

Zu dir kommen wir mit dem Schmerz
über ihre Zerstörung und Zerstörungskraft.

Zu dir kommen wir.
Wir sehnen uns gemeinsam
mit der ganzen Schöpfung
nach einer anderen Welt.

Bei dir ist möglich,
was bei uns unmöglich ist.

Zu dir kommen wir.
Du liebst uns,
du stärkst uns,
du hilfst uns.

Deine Wirklichkeit bricht an,
mitten unter uns.
Öffne dafür unsere Sinne,
fülle unsere Herzen mit Freude.

Bei dir ist möglich,
was bei uns unmöglich ist.

EVTL. LIED



BEGABUNG

Nimm dir einen Zettel. Überlege, wo du etwas zum Guten verändert hast. Oder wo du dich eingesetzt hast für eine gute Sache. Oder wo jemand, den du kennst, das getan hat. Schreibe mindestens zwei solcher Gedanken pro Tag auf den Zettel. Fällt dir heute nichts ein? Frage die erste Person, die dir begegnet.

FREIES GEBET

z.B. für Gerechtigkeit,
für das Klima,
für Hoffnungslose,
für die eigene Trägheit,
für den Wald,
für Aktive,
für Politiker*innen,
für die eigenen Fähigkeiten...

SEGEN

Gott, segne und bewahre deine Schöpfung.
Gott, segne uns mit deiner schöpferischen Kraft.

AMEN



Letztes und Vorletztes



Dies ist heute das letzte *möglich!*-Treffen.
Toll, dass Ihr so lange durchgehalten habt!

Mit welchem Bild lässt sich
beschreiben, wie es euch in den
letzten Wochen ergangen ist?
War es eine Bergwanderung mit
anstrengendem Anstieg und
atemberaubender Aussicht?
Eine Laufgruppe? Eine Schatz-
suche? Etwas ganz anderes?
Wie war es für euch?

Wenn es etwas Letztes gibt, dann gibt es auch
etwas Vorletztes. Einfach zwei Dinge nachein-
ander. Ihr sollt jetzt aber nicht den Impuls der
letzten oder vorletzten Woche noch einmal le-
sen, sondern „Letztes und Vorletztes“, das meint
hier einen inhaltlichen Unterschied.

Das Letzte ist tatsächlich das Letzte. Danach
kommt nichts anderes mehr. Und alles davor, ist
Vor-Letztes.

Schon in der letzten Woche ging es um die
Hoffnung. Christen erwarten, dass Gott im Letz-
ten alles heilt. Für diese Erwartung gibt es eine



ganze Reihe von Bildern in der Bibel. Mir gefällt besonders gut Offenbarung 21,1–5 (BB):

„Sieh her: Gottes Wohnung ist bei den Menschen! Er wird bei ihnen wohnen und sie werden seine Völker sein. Gott selbst wird als ihr Gott bei ihnen sein. Er wird jede Träne abwischen von ihren Augen. Es wird keinen Tod und keine Trauer mehr geben, kein Klagegeschrei und keinen Schmerz. Denn was früher war, ist vergangen.

Dann sah ich einen neuen Himmel und eine neue Erde. Denn der erste Himmel und die erste Erde sind vergangen, und das Meer ist nicht mehr da. Und ich sah die heilige Stadt: das neue Jerusalem. Sie kam von Gott aus dem Himmel herab –für die Hochzeit bereit wie eine Braut, die sich für ihren Mann geschmückt hat.

Und ich hörte eine laute Stimme vom Thron her rufen: ‚Sieh her: Gottes Wohnung ist bei den Menschen! Er wird bei ihnen wohnen, und sie werden seine Völker sein. Gott selbst wird als ihr Gott bei ihnen sein. Er wird jede Träne abwischen von ihren Augen. Es wird keinen Tod und keine Trauer mehr geben, kein Klagegeschrei und keinen Schmerz. Denn was früher war, ist vergangen.‘

Der auf dem Thron saß, sagte: ‚Ich mache alles neu.‘“

Gott kümmert sich um jede*n, zückt ein Taschentuch und wischt jede Träne ab. Eine Welt ohne Tod, ohne Klagegeschrei, ohne Katastrophen, Pandemien, ohne Ungerechtigkeit, ohne Klimakrise.



Aber wir leben noch im Vorletzten. Als Christ*in im Vorletzten zu leben bedeutet, Bot*in für das Letzte zu sein. Gegründet in der Hoffnung auf das Letzte immer wieder zu fragen: Wie kann ich schon hier etwas davon zeigen? Erlebbar machen? Wenn sich jemand im Namen Jesu für Gerechtigkeit oder für die Schöpfung einsetzt, wird Christus gegenwärtig erlebbar und die Hoffnung sichtbar.

2022 sagte die Klimaschutz-Aktivistin Luisa Neubauer:

„Die Klimakrise ist menschengemacht, und die wird auch nur von Menschen aufgehalten werden können. Manche Menschen wollen mir erklären, dass wir doch in Gottes Händen sind und er sich um die Dinge kümmern wird, aber wenn wir sie kaputt gemacht haben, dann müssen wir sie auch wieder reparieren.“ (Quelle)

Hier wird eine Alternative aufgezeigt – aber ist es überhaupt eine? Weder müssen wir alles wieder reparieren, noch macht Gott das einfach für uns. Im ersten Fall landen wir irgendwann in der Depression oder Verzweiflung, im zweiten Fall in der Gleichgültigkeit. Vielleicht hilft ein Gedanke von Dietrich Bonhoeffer weiter. Kurz vor Ende des zweiten Weltkrieges wurde er für seine Überzeugungen und Handlungen von den Nazis hingerichtet. Er sagte, in der Zeit des Vorletzten, in der Welt, wie wir sie kennen, müssten wir leben und handeln, „also ob es Gott nicht gäbe“.

Und dennoch wissen wir dabei, dass Gott da ist, trägt, schützt, hält. Diese Perspektive ver-



ändert viel. Ich handle so, als ob es Gott nicht gäbe. Ich handle so, als ob alles von mir abhinge. Ich bin dabei aber gelassen, weil ich weiß, dass es Gott gibt und Gott errettet.

In der Zeit, in der Bonhoeffer darüber nachgedacht hat, zu leben, „als ob es Gott nicht gäbe“, ist auch ein Gedicht von ihm entstanden. Dort heißt es:

Noch will das Alte
unsere Herzen quälen,
noch drückt uns böser Tage
schwere Last.
Ach, Herr, gib unsern
aufgescheuten Seelen
das Heil, für das Du
uns bereitet hast.

Von guten Mächten
wunderbar geborgen,
erwarten wir getrost,
was kommen mag.
Gott ist mit uns am Abend
und am Morgen
und ganz gewiss
an jedem neuen Tag.





GESPRÄCHSANREGUNGEN

Zu handeln, als ob es Gott nicht gäbe und gleichzeitig auf Gott zu hoffen. Wie hört sich das für dich an?

Was waren besondere Momente in den letzten Wochen? Hoch- und Tiefpunkte?

Wie geht es nach *möglich!* für dich weiter? Nimmst du etwas dauerhaft mit?

Was ist in dieser Zeit passiert oder möglich geworden, das du vorher für unmöglich gehalten hast?

Wie stehst du zu dem Zitat von Luisa Neubauer?



ABSCHIEDSSEGEN

GEBET



Mit deiner ganzen Schöpfung
und als Teil deiner Schöpfung loben wir dich,
du Schöpfer der Welt.

Zu dir kommen wir mit der Freude
über ihre Schönheit
und ihren Reichtum.

Zu dir kommen wir mit dem Schmerz
über ihre Zerstörung und Zerstörungskraft.

Zu dir kommen wir.
Wir sehnen uns gemeinsam
mit der ganzen Schöpfung
nach einer anderen Welt.

Bei dir ist möglich,
was bei uns unmöglich ist.

Zu dir kommen wir.
Du liebst uns,
du stärkst uns,
du hilfst uns.

Deine Wirklichkeit bricht an,
mitten unter uns.
Öffne dafür unsere Sinne,
fülle unsere Herzen mit Freude.

Bei dir ist möglich,
was bei uns unmöglich ist.

EVTL. LIED





SEGEN

Gott, segne und bewahre deine Schöpfung.
Gott, segne uns mit deiner schöpferischen Kraft.



AMEN





*Wie geht
es weiter?*



Hast du noch nicht genug? Sucht ihr als Gruppe etwas Neues? Dann gibt es hier Tipps für euch.

Beim OIKOS-INSTITUT für Mission und Ökumene der Evangelischen Kirche von Westfalen gibt es allerlei, z.B.:

KLIMAFASTEN: Nachhaltige Ideen für die Fastenzeit.

EXIT FAST FASHION: Fast Fashion und wie es anders geht.

SPUR8-KURS: Entdeckungen im Land des Glaubens.

LUV: Ein Sehnsuchtskurs für offene Menschen und Sinnsucher*innen.

Ans Herz legen möchten wir euch auch die **MICHA-INITIATIVE**, welche sich durch Bildungsarbeit und auf politischer Ebene für Gerechtigkeit einsetzt:

MICHA-LOKALGRUPPEN: Zum Weitermachen oder Vernetzen.

JUST-PEOPLE-KURS: „Führt deine Gruppe auf eine neue Reise“

Etwas für die Ohren und für's Herz? Hier ein interessanter Podcast:

LEBENSLITURGIEN: Nachhaltigkeit und Spiritualität (Staffel 2)



PROJEKT- GRUPPE



BIRGER FALCKE

Promovent der Praktischen
Theologie, Münster



DANIEL CHAM JUNG

Pfarrer bei connect,
einem Projekt für junge Erwachsene
im Ennepe-Ruhr-Kreis



KUNO KLINKENBORG

Pfarrer für missionarischen Gemeinde-
aufbau und Förderung Ehrenamtlicher im
Leitungsamt, oikos-Institut, Dortmund



SIMON SCHU

Theologischer Referent in der Diakonie,
Bielefeld



STEFFI VOLLMANN

Gemeindepädagogin bei juenger unterwegs
im Kirchenkreis Minden



IMPRESSUM

möglich! wird herausgegeben vom

**oikos-Institut
für Mission und Ökumene
der Evangelischen Kirche von Westfalen**
Olpe 35
44135 Dortmund

Veröffentlichung: Juni 2023
Redaktion: Kuno Klinkenborg
Design: Nick Böse

Bibeltexte:

Lutherbibel, revidiert 2017, © 2016 Deutsche
Bibelgesellschaft, Stuttgart (Kürzel im Text:
LU17)

BasisBibel, © 2021 Deutsche Bibelgesellschaft,
Stuttgart (Kürzel im Text: BB)

oikos-Institut
für Mission und Ökumene
Evangelische Kirche von Westfalen



*Bye,
bye!*