

# SINNSUCHER<sup>+</sup> Nachhaltiger Sonntag



Am  
Abend

# Erzählen

Wir erzählen einander, was wir erlebt haben, was uns begegnet ist, was uns durch den Kopf gegangen ist, was uns bewegt hat ...

*Die Erzählungen beziehen sich auf den Tag und auf das, was an diesem Tag bewegt hat. Erfahrungen aus der vergangenen Woche oder der aktuellen Lebenssituation können miteinfließen.*

# Entdecken

Wir entdecken bei uns selber und bei anderen, welche Erfahrungen in den erzählten Ereignissen stecken. Die fünf Symbolkarten (Geschenk, Tür, Mauer, Herz, Brücke) liegen in der Mitte. Wir schauen uns die Symbolkarten an. Welche passen zu mir?

*Kurze Zeit zum Überlegen lassen.*

Wer mag anfangen? Der/die nimmt die Symbolkarten, die zu ihm/ihr passen, und beginnt zu erzählen.

*Danach legt die Person sie zurück und eine andere Person macht weiter. In einer weiteren Runde kann man sich auf eine andere Person beziehen, bei der man etwas entdeckt hat. Es ist ein Angebot. Die andere Person kann es ablehnen.*

# Verbinden

Wir verbinden unsere Erfahrungen und Entdeckungen mit einem Text (oder einem Lied oder einem Bild).

*Texte siehe Blatt „Am Abend. Textauswahl“. Am besten, man hat schon vorher einen Text ausgewählt. Eine Kerze kann entzündet werden. Der ausgewählte Text wird vorgelesen. Danach werden einzelne Worte von den Anwesenden oder von dem/r Vorleser\*in wiederholt:*

Wir/Ich wiederhole(n) jetzt einzelne Worte aus dem Text, die in uns/in mir nachklingen.

*Der Text wird evtl noch einmal vorgelesen.*

*Impulsfrage:* Inwieweit verbindet dieser Impuls (Text, Lied, Bild) unsere Erfahrungen mit dem Göttlichen?

# Beten

Wir halten eine kurze Stille und/oder beten gemeinsam.

*Z.B. das Vater unser, das Gebet auf der Rückseite der Symbolkarten, den Sonnengesang (im Gotteslob Nr. 19,2), das Gebet der Vereinten Nationen (Gotteslob Nr. 20,1).*

# Gemeinsam nachhaltig essen

Lasst uns gemeinsam essen.

Lasst uns verbunden sein – untereinander, mit der ganzen Erde und mit dem Göttlichen.

## Tischgebet

Du bist der Grund unseres Daseins

Du bist lebendige Gegenwart

Du berührst uns mit deinem Licht, mit deiner Liebe

Du bist in allem, was lebt

Du bist der Urgrund allen Seins

Du tiefes Geheimnis unseres Lebens

Du bist gegenwärtig hier und jetzt

Immerfort empfangen wir uns aus deiner Hand,

du Quelle allen Lebens

Du bist die Kraft, die Leben schenkt

Segne diese Speisen, segne uns

und alle Geschöpfe dieser Erde.

Amen.

Das Abendritual ist so beschrieben, dass die nicht kursiv gesetzten Texte einfach vorgelesen werden können, die kursiven Texte dienen der weiteren Anleitung. Man braucht zusätzlich die Symbolkarten und das blaue Blatt „Am Abend. Textauswahl“.

Weitere Texte und Ideen für den Abend auf  
[www.nachhaltiger-sonntag.de](http://www.nachhaltiger-sonntag.de)