

Prozessdynamik eines Ankertreffens miteinander einzeln auf Gottes Impulse horchen (4-7 Personen | ca. 35-40 min online per Zoom)

1 Eintrudeln
Ca. 1-2 min vorher einwählen.
Lockerer Hallo-Sagen.

2 Check-in
Blitzlicht der momentanen Verfassung:
Wie bist du gerade hier? Was liegt oben auf?

3 Innere Sammlung
Schließe die Augen, atme bewusst. Sei in dir.
Lasse Vergangenes und Zukünftiges ruhen.

4 Den Text laut lesen
Sich abschnittsweise den Text (15-25 Verse)
vorlesen. Den Resonanzraum eröffnen.

5 Den Geist einladen
Öffnung nach innen: Bitte im Stillen den Geist Gottes,
zu dir zu reden. Rechne mit seinen Impulsen.

6 Resonanz erspüren
Lies im Stillen mit dem „Herzen“ den Text. Was erlebst du als
wertvoll? Was inspiriert? Was ernährt deinen inneren Menschen?

wahrnehmen und
fokussieren

segnen und
gesandt sein

ausloten und
eintauchen

verinnerlichen
und ausweiten

**7 horchen und
aufleuchten
lassen**
Im Resonanzraum des Textes und durch
die Perspektiven der anderen ereignet sich ein
geheimnisvoll aufbauendes Christus-Energiefeld.

8 Mit-Teilen
Teile mit anderen, wo und wie du berührt
wurdest? Es gibt kein richtig und falsch.

Daumenregel zum Zeitablauf
ca. 10 min: Phase 1-3 (Austausch)
ca. 15 min: Phase 4-7 (Bibel)
ca. 10 min: Phase 8-12 (Gebet)

12 Und Tschüss
Verabredet euch für die kommende Woche.
Poste bei Bedarf weitere Infos in den Stream.

11 Schluss-Segen
Sprecht euch am Bildschirm
(laut) einen Segensvers zu.

10 Einander segnen
Bete im Stillen segnend für die anderen
Teilnehmenden der Ankerzelle.

9 Anliegen aufgreifen
Falls sich aus dem Austausch Gebetsanliegen
ergeben haben, bringt sie fürbittend vor Gott.

8 Beten entlang des Textes
Sprich die von dir wahrgenommenen Wahrheiten im Gebet
(laut) aus. Verankere das Wertvolle in deinem Herzen.

Austausch

Bibel

Gebet