Dokumentation der Breklum - Jahrestagung 2010 des Pädagogisch-Theologischen Institut Nordelbien

„Der (Un-)Bekannte: Jesus“
Bruder – Sündenbock – Frauenversteher – Revolutionär – Liebhaber – Christus…

Titel der Arbeitsgruppe:
Zugänge zu Jesus als Heiler. Der kontemplative Weg

Ausschreibungstext:

Gegenwärtig wird viel über Mystik gesprochen. Aber mit welchen Techniken arbeiteten die christlichen Mönche und Nonnen tatsächlich? Wie gelange ich auf einem sicheren Weg zu einer Gotteserfahrung im Hier und Jetzt?
Der Workshop führt praxisorientiert in die wichtigsten Techniken auf dem christlichen kontemplativen Weg ein. Um den Einsatz solcher Methoden im Unterricht reflektieren zu können, werden jeweils einleitend Informationen dazu gegeben.
Im Kern handelt es sich um Methoden, die zugleich eine starke persönlichkeits-verwandelnde Kraft besitzen. Im mystischen Sinne sprach man von „purificatio“ (vom Weg der Reinigung). Bevor solche Methoden in einem performativen Unterricht eingesetzt werden, ist daher Voraussetzung, sie jeweils im eigenen Leben ausprobiert und bewährt zu haben.
Der Workshop will hierfür alle grundlegenden Einführungen bieten.

Verantwortlich (V.i.S.d.P.)

Prof. Dr. Sabine Bobert, Institut für Praktische Theologie, Prodekanin der Theol. Fakultät, Christian-Albrechts-Universität zu Kiel, sabine_bobert@hotmail.com

Kommentierte Literaturliste:

Bücher zu den Bereichen Meditationsforschung, Neuroplastizität und dem therapeutischen Potenzial spiritueller Übungen:

Sharon Begley, Neue Gedanken, neues Gehirn, München 2007.

Herbert Benson, Heilung durch Glauben, München 1997.

Sabine Bobert, Jesusgebet und neue Mystik, Kiel 2010.

Jon Kabat-Zinn, Gesund durch Meditation, 2006.
Wolf Singer/Matthieu Ricard, Hirnforschung und Meditation, Frankfurt M. 2008.

Der Workshop bietet eine theoretische und praktische Einführung in die MTS-Methode. Hierbei handelt es sich um ein neues Konzept, das für die Seelsorge und ein spirituelles Coaching entwickelt wurde. Den Kern bilden sehr einfach auszuführende Übungen, die eine starke therapeutische und persönlichkeitsentwickelnde Kraft besitzen. Für den Alltag (MTS Stufe 1) eignen sie sich zur Leistungsoptimierung (Neuroenhancement), zur emotionalen Stabilisierung und zur Stressreduktion. Für eine persönliche spirituelle Entwicklung (MTS-Stufe 2) führen die Übungen Menschen auf einem mystischen Weg, der in der Erlebnisqualität mit Zen vergleichbar ist. Die Übungen entstammen der christlichen Mönchstradition. Sie sind an den Alltag des westlichen Menschen angepasst.

Didaktische Hinweise:
Im schulischen Kontext lassen sich die Übungen in Projekte für die Sek II einbauen, z.B. zum Bereich „Selbstkompetenz“: „sich mit jeder Form von Vereinnahmungsversuchen kritisch auseinander zu setzen“, ferner zum Bereich „Religiöse Entwicklung“.