**Zum Einstieg in die Bibelarbeit WGT 2020 Simbabwe Regionaltage 2019**

**(Rachel Rau, Ulm)**

*Drei Frauen liegen auf dem Rücken auf dem Boden auf Matten/Decken, Köpfe zueinander, damit das Micro leicht weiter gereicht werden kann.*

*Die Begriffe/Abschnitte werden jeweils reihum gesprochen.*

*Liegend:*

* Liegen
* Am Boden liegen
* Daniederliegen
* *Kleine Pause*
* Eingeschränkter Blickwinkel
* Hilflos
* Auf mich zurückgeworfen
* *Kleine Pause*
* Verletzlich
* Fest-gelegt
* Wundgelegen - Stille

Stimme: Steh auf!

*Langsames Bewegen und halb aufrichten:*

* Das braucht einen inneren Anlauf
* Das fordert eine Entscheidung
* Das kostet Mühe

*Weiter aufgerichtet:*

* Muskelkraft
* Koordination
* Balance finden

*Stehend:*

* Eine neue Perspektive
* Überblick
* Begegnung auf Augenhöhe
* Zurück in der Gemeinschaft
* Befreiung
* Dankbarkeit

Stimme: Nimm deine Matte!

* Nochmal runterbeugen?
* Warum?
* Mitnehmen?
* .*kleine Pause*
* Ich kann mich beugen und wieder aufrichten
* Ja, doch, sie gehört zu mir
* Ich nehme sie mit mir – sie ist Teil meiner Lebensgeschichte

*Matte/Decke einrollen und unter den Arm nehmen*

Stimme: geh deinen Weg!

* Ich bin aufgestanden
* Ich bin auferstanden
* Ich bin eine gestandene Frau

Alle drei zusammen: Ich gehe meinen Weg! Alle drei gehen weg.