

# Gebetswoche extra 2009

## Was geistliches Leben fördert

**ANREGUNG ZUR VERTIEFUNG DER BEZIEHUNG ZU CHRISTUS**

### **FREUNDSCHAFT MIT GOTT**

Im Mittelpunkt der Andacht Jesu stand die Vater-Sohn-Beziehung, die Konzentration auf die Güte und Macht Gottes. Darum gilt es wahrzunehmen, wie Gott es mit mir meint und wie begeistert er ist, dass wir durch Christus Gottes Kinder sind. „Das ist aber das ewige Leben, dass sie dich, der du allein wahrer Gott bist, und den du gesandt hast, Jesus Christus, erkennen.“ (Joh 17,3) Wer die Verheißungen der heiligen Schrift erforscht und für sich persönlich in Anspruch nimmt, spürt, wie ihn das auch gefühlsmäßig erfasst. Wenn die Freundschaft Gottes im Mittelpunkt der Betrachtung steht, dann gelten seine Vergebung, seine Weisungen, seine Geduld, seine Hilfe und seine Vollendung mir ganz persönlich. Daraus erwächst ein Bewusstsein von Führung, das über den Tag bleibt und im Handeln spürbar wird.

Zur Freundschaft mit Jesus gehört auch meine Antwort. Beziehe ich ihn tatsächlich in alles mit ein?

### **LESEN**

An erster Stelle steht die Bibel. Zur persönlichen Andacht wird das Bibellesen, wenn es persönlich interessiert. Was wird erzählt? Wie ist das genau abgelaufen? Wie haben die Worte geklungen? In welcher Gesinnung und mit welcher Absicht wurden sie gesprochen bzw. geschrieben? Was bedeuten sie? Textvergleiche und verschiedene Übersetzungen helfen dabei.

### **GEBET UND MEDITATION**

Es gibt keine klare Trennlinie zwischen Gebet und Meditation. Beim Beten spricht man, beim Meditieren hört man zu. Meditation gibt Gott Raum zu antworten. Das geschieht im Nachdenken über das ge-

lesene Wort Gottes. Was sagt es über mich? Welche Schlussfolgerungen ziehe ich daraus? Worum muss ich beten und was soll ich tun?

Das geschieht auch im Nachdenken über Geschehenes, die Zeitereignisse oder über Aufgaben. Wie denke und wie empfinde ich darüber? Wie sieht das aus, wenn ich es konsequent mit der Gesinnung Jesu betrachte? Welche Motive bewegen mich und welche Ziele verfolge ich: Was ist das eigentliche Ge-

## Beziehung und Zeugnis

**V**erkündigung ist eine Aufgabe der Gemeinde, das persönliche Zeugnis eine Angelegenheit eines jeden Christen. Doch so wichtig beides ist – die Grundlage dafür ist die persönliche Beziehung zu Christus, die gefördert und gepflegt werden will. Dazu bietet die Gebetswoche eine gute Gelegenheit. In vielen Gemeinden treffen sich die Gläubigen in kleinen Gruppen, um das Thema der Lesung zu betrachten, sich darüber auszutauschen, gemeinsam zu beten und Gemeinschaft zu pflegen. Diese Zeit kann zu einem geistlichen Höhepunkt werden, von dem jeder eine Weile zehren kann.

Vielleicht können wir dadurch ermutigt werden, auch in unserem täglichen Leben die Beziehung zu Gott zu suchen und zu pflegen. Denn so wie eine Woche Nahrung im Überfluss nicht für das ganze Jahr sättigt, brauchen wir regelmäßige „geistliche Mahlzeiten“, um gesund zu bleiben und zu wachsen. Einige Anregungen dafür haben wir auf den „gelben Seiten“ zusammengestellt. Sie zeigen auf, was unsere Beziehung zu Christus stärkt und was sie möglicherweise schwächt.

Möge diese Woche dazu dienen, die enge Verbindung zwischen der persönlichen Beziehung zu Gott und einem glaubwürdigen Zeugnis zu erkennen und zu erfahren.

*tl*

# Gebetswoche extra 2009

betsanliegen dabei? Was sind die Prioritäten?

Andacht beginnt mit Denken und führt zum Beten, und Beten führt wiederum zum Nachdenken, denn Beten ist Denken. Wer anbetet, der soll „im Geist und in der Wahrheit anbeten“ (Jo 4,24).

Im Mittelpunkt der Meditation steht wieder das Nachsinnen über Gott. „Es würde für uns gut sein, täglich eine stille Stunde über das Leben Jesu nachzudenken. Wir sollten das ganze Erleben Jesu auf Erden mit allen Einzelheiten, besonders aber die letzten Tage, an unserem inneren Auge vorüberziehen lassen. Wenn wir in dieser Weise bei dem Opfer verweilen, das er für uns gebracht hat, wird unser Vertrauen zu ihm wachsen, unsere Liebe zu ihm lebendiger werden, und am Ende werden wir tiefer mit seinem guten Geist erfüllt sein.“ (Ellen G. White, *Das Leben Jesu*, S. 67)

## LOB UND DANK

Güte motiviert, Lob beflügelt und Dank erfreut. Lob und Dank sind Kraftquellen Gottes. Zur persönlichen Andacht gehört daher die Konzentration auf die Güte Gottes. Wofür bin ich dankbar und wofür kann ich noch dankbar sein? Welche Verheißungen Gottes



Verlagsarchiv

In vielen Ländern sind die Menschen neugierig auf die Bibel.

sind mir wichtig? Welches Loblied kann ich singen? Nur wer das Gute sieht und sich von Dank erfüllen lässt, kann zum Ruhm Gottes beitragen.

## BEKENNTNIS UND VERGEBUNG

Kann ich meine Fehler und Schwächen eingestehen und aussprechen? Oder vermeide ich den peinlich genauen Blick darauf durch eine fromme, verallgemeinernde Bitte um Sündenvergebung? Die Befreiung, die aus der Vergebung kommt, ist nicht nur eine persönliche Kraftquelle, sie macht auch den „Dienst der Versöhnung“ glaubwürdig.

## BITTE UND FÜRBITTE

Paulus schrieb dem jungen Prediger Timotheus: „So ermahne ich nun, dass man vor allen Dingen tue Bitte, Gebet, Fürbitte und Danksagung für alle Menschen.“ (1 Tim 2,1) Das Wort Gottes fordert den Diener Gottes zur Fürbitte auf (Jes 37,4).

Es ist gut zu wissen, dass wir vor Gott über alles klagen und ihn um alles bitten dürfen. Es ist besonders wichtig, die Aufforderung der Schrift

wörtlich zu nehmen: „Alle eure Sorge werfet auf ihn.“ (1 Pt 5,7) Das muss regelrecht geübt werden. Die Zeit der Fürbitte braucht darum einen festen Platz in der persönlichen Andacht des Predigers. Durch die Fürbitte solidarisiert sich der Beter mit dem Leid oder der Not des anderen und gibt zugleich die Last an Gott weiter. Für Menschen in Schwierigkeiten kann es viel bedeuten, wenn sie wissen, dass ihr Prediger für sie betet. Eine Gebetsliste hilft, dieses Versprechen zu erfüllen.

# Was geistliches Leben hindert

Geistliche Probleme lassen sich nicht einfach durch neue Methoden oder organisatorische Änderungen lösen, sondern nur durch den Geist Gottes. Verhaltensweisen können aber von Gott trennen und das geistliche Leben blockieren.

## RELIGIÖSE BETRIEBSAMKEIT STATT ABHÄNGIGKEIT VON GOTT

Das eigene Tun wird bedeutsamer als das Hören auf Gott. Ellen White warnte: „Die Rabbiner hielten es für das Wesen der Religion, stets regste Betriebsamkeit zu entfal-

# Gebetswoche extra 2009

ten. Sie bewiesen ihre überlegene Frömmigkeit durch äußerliche Leistungen. Sie trennten dadurch ihre Seele von Gott und vertrauten allein sich selbst. In der gleichen Gefahr stehen Menschen heute noch. Nimmt ihre Regsamkeit zu und ist ihr Wirken für Gott erfolgreich, laufen sie Gefahr, sich auf ihre menschlichen Pläne und Methoden zu verlassen, weniger zu beten und weniger Glauben zu üben. Wir verlieren ... unsere Abhängigkeit von Gott aus den Augen und versuchen, aus unserer Betriebsamkeit einen Heiland zu machen. Es ist nötig, beständig auf Jesus zu blicken, um zu erkennen, dass es seine Kraft ist, die alles schafft. Während wir eifrig für das Heil der Verlorenen wirken sollen, müssen wir uns Zeit lassen, um nachzudenken, um zu beten und das Wort Gottes zu betrachten; denn nur die unter anhaltendem Gebet ausgeführte und durch das Verdienst Christi geheiligte Arbeit wird am Ende zum Guten wirken.“ (*Das Leben Jesu*, S 354.355)

## **MANGEL AN ZEIT**

Zeit haben ist eine Frage der Prioritäten. Wir nehmen uns Zeit für das, was uns wichtig ist. Jesus rät: „Trachtet zuerst nach dem Reich Gottes und nach seiner Gerechtigkeit, so wird euch das alles zufallen.“ (Mt 6,33) Bei der Verbindung zu Gott liegt die Betonung auf dem *Zuerst*.

Für das Aufrechterhalten einer Beziehung zu Christus sind geplante und gewohnheitsgemäße persönliche Andachtszeiten unerlässlich. Das hat Jesus vorgelebt (Mk 1,35; Lk 5,16; 6,12 usw.).

## **MANGEL AN PLANUNG**

Wer sich nicht vornimmt, Zeit mit Gott zu verbringen, erlebt immer wieder, dass keine Zeit dafür bleibt. Das Geheimnis der geistlichen Kraft Daniels lag in seinem Gebetsleben. Und das war organisiert: dreimal am Tag (Dan 6,11). Daran konnte nicht einmal ein königliches Verbot etwas ändern. Bei aller Flexibilität, die für die Terminplanung im täglichen Dienst nötig ist, die Zeit mit Gott braucht Planung, Regelmäßigkeit und Gewohnheitsbildung.

## **MANGEL AN PRIVATSPHÄRE**

Die regelmäßige persönliche Andacht sollte zu einer Zeit und an einem Ort stattfinden, an dem Störungen durch Telefon oder die Familie weitgehend ausgeschlossen sind. „Alle, die von Gott zugerüstet werden, brauchen die stille Stunde, damit sie mit sich selbst, mit der Natur und mit Gott Zwiesprache halten können ... Jeder muss persönlich erleben, wie Gott zu seinem Herzen spricht. Wenn alle anderen Stimmen verstummen und wir in Stille auf ihn warten, dann lässt unser inneres Schweigen die Stimme Gottes klarer hervortreten.“ (*Ministry of Healing*, 58)

## **MANGEL AN DISZIPLIN**

Geistliches Leben erfordert Selbstdisziplin. Was Bedeutung hat, fällt uns niemals leicht. Darum ist es gut, sich selbst rechenschaftspflichtig zu machen. Es kann hilfreich sein, für einige Zeit ein Tagebuch über die persönliche Zeit mit Gott zu führen. Eine Minigruppe, in der sich zwei oder drei Menschen regelmäßig treffen, Erfahrungen austauschen und gemeinsam beten, kann helfen.

Wer in einer solchen Gruppe ehrlich darüber spricht, wie er seine persönliche Zeit mit Gott plant und wie es ihm dabei ergeht, fühlt sich dann auch vor der Gruppe verantwortlich, diese Pläne einzuhalten und daran zu wachsen.

## **GEISTLICHE DURSTSTRECKEN**

Die Heilige Schrift berichtet von Boten Gottes, die ihre Verbindung zu Gott verloren und in Zweifel und Verzweiflung gerieten. Jeder kann in geistliche Durststrecken geraten. Das kann durch traumatische Erlebnisse oder durch Perspektivlosigkeit in der Arbeit geschehen, es kann aber auch ganz allmählich und kaum merklich eintreten. Was kann dagegen getan werden?

### **Auszeit nehmen**

Wird die Veränderung im geistlichen Leben selbst erkannt, so ist eine persönliche Zeit für Einkehr, Ursachenforschung und Neuanfang die beste Hilfe. Zeit und Ort müssen eine ungestörte Atmosphäre bieten. Der Alltag muss vorübergehend ausgeschlossen bleiben. Dafür können Urlaubstage verwendet werden.

### **Hilfe annehmen**

Dem Betroffenen nahestehende Personen (z. B. Ehepartner, Freund) merken die Auswirkungen einer geistlichen Durststrecke häufig früher als er selbst. Hilfe ist möglich, wo auf Nahestehende gehört und das vertrauensvolle Gespräch gesucht wird.

- Seelsorge annehmen. Vertraue dich einem Pastor an.
- Beter suchen. Vertraute, gläubige Menschen ansprechen mit der Bitte um Fürbitte.
- Geistliche Partnerschaft. Sich regelmäßig mit gleich gesinnten Menschen treffen. Mit ihnen gemeinsam lesen, beten, Ursachen erforschen, Gedanken und Erfahrungen austauschen, Wege und Schritte bedenken.
- Geistliche Angebote (Rüstzeiten, Einkehrwochen etc.) nutzen.
- Professionelle Hilfe. Gespräche mit gläubigen Beratern und Therapeuten können auch bei Glaubenskrisen Ursachen aufdecken und Wege zur Überwindung zeigen.

Aus „*Handbuch für Prediger*“, Advent-Verlag Lüneburg, 2002 (herausgegeben von der Euro-Afrika-Division der Siebenten-Tags-Adventisten), S. 42–48 (gekürzt und bearbeitet).

# Gebetswoche extra 2009

## Beten – einmal anders

### VORSCHLÄGE ZUR GESTALTUNG EINER GEBETSZEIT

#### SCHRIFTLICH BETEN

Schreiben ordnet die Gedanken und hilft, sich zu konzentrieren. Wenn du Probleme hast, im Gebet „bei der Sache“ zu bleiben, schreibe dein Gebet einfach nieder.



#### LIEDER SINGEN

Gestalte eine Gebetszeit mit Musik und Gesang. Singen und Musizieren zur Ehre Gottes wird in der Bibel häufig erwähnt: „Lobet ihn mit Posaunen, lobet ihn mit Psalter und Harfen! Lobet ihn mit Pauken und Reigen, lobet ihn mit Saiten und Pfeifen!“ (Psalm 150,3.4 GNB) Gemeinsamer Gesang ehrt Gott, ermutigt die Seele und macht Spaß.

#### EIN LIED DICHTEN

Wenn du musikalisch und textlich begabt bist, komponiere ein Lied für Gott. Oder bilde mit einigen Gleichgesinnten eine Gruppe und dichtet gemeinsam ein Lied.

#### EIN GEDICHT SCHREIBEN

Wenn du gerne Gedichte oder Prosatexte schreibst, verfasse doch einmal ein Gedicht oder einen Prosatext für Gott.

#### GEBETSWAND

Schreibe dein Lob und deinen Dank, deine Bitten und Fürbitten auf ein Blatt Papier und hefte es an eine Wand. Wenn viele Gemeindeglieder sich daran beteiligen, kann im Laufe der Gebetswoche in der Gemeinde eine Gebetswand gestaltet werden. Einige selbst gemalte Bilder oder andere Gestaltungselemente lassen diese Wand zu einem Blickfang werden, zu dem man gerne hingehet.

#### EINEN BRIEF AN GOTT SCHREIBEN

Stelle dir vor, Jesus wäre dein Brieffreund. Schreibe ihm doch einfach, was dich beschäftigt, welche Fragen du an ihn hast und wo er in deinem Leben wirken soll. Er antwortet bestimmt – auf seine Weise!

#### ERGÄNZUNGSGEBET

Der Leiter der Gebetsgruppe oder der Gemeinde formuliert zu Beginn einige Sätze als öffentliches Gebet, macht dann eine Sprechpause, und die übrigen Beter ergänzen seine Einleitung gedanklich mit ihren eigenen Worten. Beispielsweise dankt der Vorbeter für die Führung Gottes in der Gemeinde während des letzten Jahres, und die Beter konkretisieren diesen allgemeinen Dank in ihren persönlichen, stillen Gebeten. Nach einer Pause kann diese Form auch mit Lob Gottes, Bitte und Fürbitte wiederholt werden.

#### GEBETSSPAZIERGANG

Die Gemeinde geht im Park spazieren und versammelt sich an markanten Punkten zu Gebetsgemeinschaften, in denen Gott gelobt und ihm gedankt werden kann sowie Bitten und Fürbitten ausgesprochen werden können.