THEMENÜBERSICHT

02.02.2025 Gott nahe zu sein – Samuel Kißner

16.02.2025 im Kampf stehen – Samuel Kißner

02.03.2025 In Ehrfurcht staunen – Jan-David Ebner

get together **(zusammenkommen)** Drei Wochen ist keine lange Zeit und trotzdem wollen wir als Gruppe zusammenwachsen. Auch wenn Ihr schon länger als Gruppe gemeinsam unterwegs seid, tut es gut, erst einmal „aufzutauen" und mit der Themenreihe und den Erwartungen der anderen vertraut zu werden. Wir reflektieren die „Schritte", die wir die letzte Woche versucht haben. Mit Blick auf die Predigt vom Sonntag nehmen wir uns Zeit für einen Austausch und konkrete Fragen führen uns in das Thema ein. Wir hören aufeinander und starten mit einem Gebet. *[25min]*

get more **(mehr bekommen)** Wir nehmen das Thema in den Blick und vertiefen die Predigt vom Sonntag in einer Bibelarbeit/Input. Eine Person aus der Gruppe sollte sich vorbereiten. *[25min]*

get on **(weitermachen)** Jüngerschaft passiert „jeden Tag". Wie kann die Woche aussehen? Welche Aufgaben nimmt jeder persönlich mit? Hier muss es konkret werden. Jeder soll sich überlegen, was er in der Woche umsetzen will. *[10min]*

get ready **(bereit machen)** Gebetzeit *[10min]*

HINWEISE & IDEEN

Im Folgenden findest du kurz und überblicksartig Hinweise für das Setting eurer Kleingruppe. Wenn du Leiter der Abende bist, findest du vielleicht hilfreiche Tipps. Als TeilnehmerIn kannst du sie gerne überspringen. Wenn ihr schon länger als Gruppe unterwegs seid, fühlt euch frei den Ablauf und die Rahmenbedingungen für euch anzupassen. Auch Inhalte der einzelnen Einheiten könnt ihr so abändern, wie es für eure Gruppe stimmig ist.

Rahmen: Jeder sollte seine Bibel und am besten ein/sein Notizbuch dabeihaben. Jüngerschaft geht nur über Verbindlichkeit. Die Länge der Abende sollte auf 2 Stunden beschränkt sein. Das Material sieht 90 Minuten vor.

Inhalte: Das Kleingruppenmaterial wird individuell vom Prediger des jeweiligen Sonntags zusammen vorbereitet und dann online auf der Homepage unter der Rubrik „Predigten" als Download bereitgestellt. Die Predigt ist also „Voraussetzung" und sollte möglichst im Livestream oder per Podcast nachgehört werden.

Beachtenswert: Achtet auf Vertraulichkeit und Wertschätzung in euren Treffen. Jüngerschaft braucht Ehrlichkeit. Damit sich jeder sicher fühlen kann, bleibt alles, was bei Treffen gesprochen wird, vertraulich. Wir hören zu und verzichten auf Kommentare und Ratschläge – wenn nicht bewusst dafür gerade der Raum ist. Und denkt daran – in der Kürze liegt die Würze.

Feedback: Wir sind dankbar, wenn ihr uns als Kleingruppe Feedback zum Material gebt. Das könnt ihr unter folgendem Link für jedes Material einzeln tun: https://forms.office.com/e/CXetMAqBvS oder den folgenden QR-Code einscannen.

Samuel Kißner

EINFÜHRUNG

In dieser Predigtreihe „Einfach beten“ schauen wir Mose über die Schultern, von dem es heißt: „Gott redete mit ihm von Angesicht zu Angesicht wie ein Mann mit seinem Freund!“

Gebet ist Freundschaftspflege! Mit unserem Gebetsleben steht und fällt unsere Freundschaft zu Gott!

Auch Jesus nennt seine Jünger Freunde. Er tut das direkt nach dem Gleichnis vom Weinstock, wo er veranschaulicht, wie wichtig es ist, in der Beziehung zu Gott zu bleiben und mit ihm verbunden zu sein. Das ist die Grundlage der Freundschaft!

Viele Menschen der Bibel und auch aus unserer Zeit haben das erfahren. Es funktioniert! Aber warum fällt es uns manchmal so schwer?

„Gott nahe zu sein“, das klingt so einfach, ist im Alltag aber umkämpft!

Wir wollen von Mose lernen, wie er die Nähe Gottes „suchte“ und fand.

get together *[25min]*

? Was macht für Dich eine Verabredung zu einer gelungenen Zeit?

? Wann hast Du das Gefühl, dass Gott Dir richtig nahe ist?

? Tauscht darüber aus, wie Ihr persönlich vorgeht, um Gott nahe zu sein. Wie macht Ihr das gewöhnlich? Was hilft Euch?

? Was hält Dich am öftesten davon ab? Gibt es ein „Muster“?

get more *[25min]*

! Lest 2.Mose 33, 7-11

7 „Jedes Mal, wenn das Volk Rast machte, schlug Mose außerhalb des Lagers ein Zelt auf. Er nannte es das Zelt der Begegnung mit Gott. Jeder, der den HERRN suchte, ging aus dem Lager hinaus zum Zelt der Begegnung… 9 Sobald Mose hineinging, kam die Wolkensäule herab und blieb am Eingang des Zeltes stehen. Dann redete der HERR mit Mose… 11 Der HERR sprach mit Mose von Angesicht zu Angesicht, wie ein Mensch mit seinem Freund."

! Tauscht über den Abschnitt aus. Das „Zelt der Begegnung mit Gott" kann wörtlich auch übersetzt werden mit „Zelt der Verabredung mit Gott". Was könnt Ihr im Text entdecken, was diese Verabredung begünstigt? Hast Du einen Ort außerhalb des Lagers? Wenn ja, wie sieht er aus?

„Jeder der den HERRN **suchte**…" Hier ist die Rede von „suchen".

Tatsächlich ist Gott nicht leicht zu finden, obwohl sein Geist in uns als Gläubigen lebt. Aber selbst wenn wir mit ihm verabredet sind und Zeit mit ihm haben, kann es sein, dass wir ihn noch gar nicht gefunden haben, weil unsere Gedanken noch den Tag verdauen und wir abgelenkt sind.

? Wie gehst Du mit dieser Spannung um? Was hilft Dir, um bei Gott anzukommen?

„Jeder der den **HERRN** suchte…" Hier heißt es nicht, jeder der Weisung vom Herrn suchte oder Hilfe brauchte, suchte Gott auf. Sie suchen Gott auf, weil er Gott ist! (Natürlich kommen dann auch Anliegen auf den Tisch. Aber wenn wir nur immer dann zu Gott kommen, wenn wir Anliegen haben, dann ist das keine ausgewogenen Freundschaft, dann geht es uns nicht um die Person, sondern, was sie uns bringt.

? Wie ausgewogen ist Deine Beziehung zu Gott? Interessiert Dich Gott wirklich und was er denkt und wie es ihm geht? Was kannst Du für eine ausgewogene Beziehung tun?

Auch Gott sucht uns auf! In V.9 lesen wir von der Wolkensäule, die auf den Eingang des Zeltes niederkommt. Gott nimmt die Verabredung ernst und kommt!

In 1. Mose 3 kommt Gott auch in den Garten, um wie verabredet mit Adam und Eva einen Spaziergang zu machen. Aber sie sind nicht da! „Adam, wo bist Du?" ruft er in den Garten hinein. Aber es bleibt still!

? Was war geschehen?

? Was bzw. wer hindert uns daran, die Verabredung mit Gott wahrzunehmen?

3 Modelle

Manchmal fehlen uns vielleicht auch die Worte, um ins Gespräch zu kommen. Wir sind verunsichert, wie wir uns verhalten sollen.

Hier sind drei Modelle zum Ausprobieren und Einüben

- **„das Gebet der liebenden Aufmerksamkeit"** von Ignatius von Loyola
- „Bibellesen mit Vorstellungskraft"
- und die **Lektio Divina (Heiliges Lesen) Betend Bibellesen, Benedikt von Nursia.**

(ausführlich siehe unten)

Am Besten ihr entscheidet Euch für eine der drei „Modelle" und probiert das gemeinsam aus bzw. jeder für sich aus, und tauscht dann gemeinsam darüber aus.

Ihr könnt Euch für einen Vers, Psalm, einen biblischen Abschnitt Eurer Wahl entscheiden.

Vielleicht hilft am Anfang ein Vers: „Gott nahe zu sein, das ist mein Glück!" Ps.73,28

Herzliche Einladung zu Predigt praktisch | Dienstag | 11.02.2025| 19:30Uhr | Lounge

get ready *[10min]*

„Gott nahe zu sein, das ist mein Glück!"

Dankt Gott für dieses Glück.

3 Modelle, die eine Hilfe sein können, Gott nahe zu sein

„Betend Bibellesen" Lektio Divina (Heiliges Lesen)

Benedikt von Nursia: „Unsere Gedanken kommen in Übereinstimmung mit Gottes Wort."

1. Ankommen im Hier und Jetzt vor Gott
2. Rückblick auf den Tag in der Gegenwart Gottes
3. Einen Bibelvers oder Abschnitt betrachten.
   Langsames, betendes Verarbeiten und Verdauen von
   Gottes Wort durch mehrmaliges lautes oder leises
   betendes Lesen.
   Ich verweile bewusst bei einzelnen Aussagen.
4. In vier Schritten reagiere ich auf das Wort Gottes:
   - Ich stimme der Aussage zu, indem ich sie mit eigenen Worten wiedergebe und auf mich beziehe.
   - Ich formuliere daraus einen Wunsch für mein Leben.
   - Ich spreche diese Wahrheit Gottes über mir aus!
   - Ich entscheide mich, danach zu leben und dieser Wahrheit Raum in meinem Leben zu geben!
5. Gebet

Tipp: Zettel und Stift. Beim „Ankommen" kommen auch oft Termine, Ideen und Themen an. Aufschreiben, ablegen, später damit befassen

(Quelle: Papst Benedikt: „Das Leben Jesu")

„Bibellesen mit Vorstellungskraft“

Unser Kopf ist voller Geschichten, Bilder und Erinnerungen, durch die der Hl. Geist uns näher zu Jesus führen kann.
Wenn wir uns mit unserer Vorstellungkraft in eine Bibelstelle vertiefen, kann Gott uns ein tieferes Verständnis dieser Begebenheit schenken. Wir tauchen mit allen Sinnen in das Geschehen ein und gewinnen dadurch neue Erkenntnisse über uns und über Gott.

Stell Dir diese Szene vor.
Was siehst Du? Was hörst Du? Was riechst Du? Was fühlst Du?
Wie ist das Setting? Wer ist noch anwesend auch wenn er/sie nicht explizit erwähnt werden?
Wie ist die Stimmung?

Stell Dir vor, Du bist Teil der Szene.
Wer bist Du? Wo bist Du? Was fühlst Du? Was sagst Du? Was sagt Jesus zu Dir? Was willst Du?
Suche das Gespräch mit den anderen Personen.

Reflektiere betend, das, was Du in dem Text erlebt hast. Was möchte Gott Dir mitteilen?
(*Quelle: „Unterwegs mit Dir“ von Sharon Garlough Brown)*

„Gebet der liebenden Aufmerksamkeit“ (Examen) Ignatius von Loyola (16.Jhr.) (Kurzversion)

1. Ankommen im Hier und Jetzt vor Gott
2. Gebet um Klarheit
3. Rückblick auf den Tag in der Gegenwart Gottes

- Wann warst Du Dir heute der Gegenwart Gottes bewusst?
- Wann hast Du Gottes Abwesenheit gefühlt?
- Wann hast Du Dich besonders lebendig und energiegeladen gefühlt?
- Wann hast Du Dich erschöpft, beunruhigt oder aufgewühlt gefühlt?

4. Hier lässt sich die Lektio Divina einbauen.

5. Ausrichtung auf den neuen Tag

(*Quelle: „Unterwegs mit Dir“ von Sharon Garlough Brown)*

Ausführliche Version des Gebets der liebenden Aufmerksamkeit

Das Meditationsgebet der "liebenden Aufmerksamkeit" hilft, die Spuren Gottes im eigenen Leben neu zu entdecken und zur Ruhe zu kommen. Es dauert ca. 15 Minuten. Dieses Gebet geht auf den Hl. Ignatius von Loyola zurück. Wenn man es regelmäßig betet, hilft es einem, das eigene Leben ehrlich zu betrachten, ohne es zu bewerten, zu verurteilen, ohne etwas zu beschönigen oder zu verdrängen. und es mit dem Blick zu sehen, mit dem Gott auf mich schaut: mit Lieben und Erbarmen.

In dieser Viertelstunde kann ich dem Raum und Zeit geben, was während des Alltags nur wenig Beachtung gefunden hat: Gefühle, Stimmungen, Regungen.
Besonders der Abend ist eine gute Zeit, um den Tag mit Gott ausklingen zu lassen und unser Leben in seine Hände zurückzulegen.

Tagesgebet der liebenden Aufmerksamkeit (zum Mitlesen)
Manche nennen es Examen, manche Tagesrückblick, der schönste Ausdruck ist wohl „Gebet der liebenden Aufmerksamkeit". Sie schauen aufmerksam und wohlwollend (auch mit sich selbst!) auf einen gewissen Zeitraum zurück, um die Spuren Gottes darin wahrzunehmen. Eine sinnvolle Zeiteinheit könnte dabei ein Tag sein. Und wenn Sie dieses Gebet wiederholen, vielleicht sogar täglich, können Sie Ihren Blick schärfen dafür, wie Gott in Ihnen wirkt. Ignatius von Loyola, auf den diese Gebetsform zurückgeht, nennt dies die wichtigste Viertelstunde des Tages. Dieses Gebet hat einen einfachen Ablauf, der gleichbleibt.

Hier schon einmal die Schritte:

- Ich werde gegenwärtig
- Ich bitte um Klarheit
- Ich schaue den Tag an
- Ich bringe das, was sich mir zeigt, vor Gott
- Ich stelle mich ein auf den nächsten Tag

Sie füllen nun diese Schritte mit dem, was Ihren jeweiligen Tag ausmacht.
(Wir laden Sie ein, dieses Gebet zu versuchen, die Anleitung will Sie dabei unterstützen. Suchen Sie sich zunächst einen Ort, wo Sie gut, entspannt und ungestört für ca. 10 bis 15 Minuten präsent sein können. Gerne eine Kerze anzünden, als Zeichen der Gegenwart Gottes. Sie blicken mit ihm zusammen auf Ihren Tag zurück!)

- **Ich werde gegenwärtig und komme an**

Ich bin jetzt da. Ich spüre mich in meinem Körper. Ich nehme die Kontaktflächen wahr: zum Boden, zum Stuhl oder Hocker, meine Hände. Ich nehme mein Aufgerichtet-Sein wahr.
Ich spüre, wie es mir jetzt geht, was mich bewegt - es darf so sein, wie es ist. Ich versuche, still zu werden. So bin ich gegenwärtig, und mache mir Gottes Gegenwart bewusst. Ich zünde eine Kerze an. Gott ist hier bei mir!

- **Ich bitte um Klarheit**

Ich bitte Gott um Klarheit und um einen liebevollen Blick, dass ich den Tag so sehen kann, wie er war.

- **Ich schaue den Tag an**

Ich schaue aufmerksam und liebevoll auf das, was heute war: in mir, durch mich, um mich ... Ich kann den Tag - Stunde für Stunde - an mir vorbeiziehen lassen, nicht beurteilend, sondern wahrnehmend, wahr sein lassend.
Ich beginne mit dem Aufwachen am Morgen und gehe bis zum jetzigen Moment.
Wenn es eine Situation gibt, die mich besonders beschäftigt, schaue ich diese ausführlicher an, gehe dann aber auch wieder weiter.
Dafür habe ich jetzt einige Minuten in der Stille Zeit (ca. 2 bis 4 Minuten Stille, evtl. die Pausentaste drücken)

- **Ich bringe das, was sich mir zeigt, vor Gott**

Mit dem, was ich jetzt spüre, wende ich mich an Gott.
Das kann Freude und Dankbarkeit sein, aber auch Betroffenheit und Unruhe, Schuld oder Sehnsucht. Vielleicht sogar Scherben und Wunden.
Ich kann all das, und auch betroffene Menschen dieses Tages, Gott anvertrauen
Ich kann ihm danken, bitten, loben, je nachdem, wonach mir zumute ist.

- **Ich stelle mich ein auf den neuen Tag**

Schließlich schaue ich auf den nächsten Tag, meine Hoffnungen und Befürchtungen oder die nächsten Schritte.
Ich bitte um Kraft und Entschiedenheit, für das, was mir notwendig scheint und was mir begegnet.
Ich beende das Gebet ganz bewusst, etwa mit einem Kreuzzeichen oder einer Verneigung, oder was mir selber entspricht.

Wir sind am Ende des Gebets:
Vielleicht mögen Sie sich im Anschluss ein paar Notizen in Ihr Tagebuch machen. Wenn Sie die Gebetsübung hilfreich gefunden haben, wiederholen Sie sie morgen. Vielleicht noch einmal mit Anleitung; und ab dann gerne in Ihrer eigenen Weise und Ihrem eigenen Tempo.