

# Anleitung Praxiseinheit BETEN

## Erlebe Rooted- Gebet

Diese Einheit ist in drei Teile unterteilt: **Nach oben, nach innen und nach außen**. Damit möchten wir euch durch eure Gebetszeit führen:

**Schau nach oben:** Konzentriere dich als erstes auf die Größe und Güte Gottes.

**Geh tiefer:** Entdecke die Wahrheiten Gottes und was diese offenbaren darüber, wer er ist und wer wir sein sollen und zu was er uns berufen hat.

**Sprich es aus:** Sein Reich soll kommen, um unsere Herzen und die Welt um uns herum zu verändern.

### GRUPPENGEBETSZEIT

Alle Dinge beginnen mit Gott...mit seiner Herrlichkeit, seiner Kraft und Majestät. Wir wollen unsere Zeit damit beginnen, auf ihn zu schauen und seine Herrlichkeit zu erkennen, die über allem steht. Beim Aufschauen auf ihn wollen wir unsere Herzen gemeinsam auf ihn ausrichten.

Schriftlesung

Stille Reflektion

Gruppengebet als Antwort

### Individuelle Gebetszeit

Im Gebet lassen wir uns vom Geist Gottes leiten, um tiefer zu gehen. Tiefer in die Wahrheiten seines Wortes und tiefer in unsere Herzen, wo er uns die Bereiche zeigen möchte, die wir versuchen, vor ihm oder anderen Menschen zu verstecken. Nimm dir Zeit und erlaube Gott, durch sein Wort und den Heiligen Geist zu dir zu sprechen und steige tiefer ein.

## OPTION 1: GÖTTLICHES LESEN (LECTIO DIVINA)

1. Lesen- Erliegt nicht der Versuchung, einfach nur einen Blick über den Text zu werfen. Oft ist es hilfreich, bestimmte Passagen mehrmals zu lesen, zwischendurch anzuhalten und Gott zu bitten, die Wahrheit dieser Worte in euren Herzen leuchten zu lassen.
2. Reflektieren- Nehmt euch danach Zeit und Raum, das Gelesene zu reflektieren und in eurem Herzen darüber nachzudenken. Erlaubt Gottes Wort und seinem Geist, zu euch zu sprechen und euch die Wahrheiten des Textes zu zeigen.
3. Beten- Nachdem ihr den Text gelesen und reflektiert habt, geht ins Gebet über. Lasst Gott seine Wahrheiten in euer Herz schreiben, indem ihr euer Gebet sprechst oder aufschreibt.
4. Betrachten- Denkt darüber nach, was Gottes Wort euch gezeigt hat. Gott redet...nehmt euch Zeit, hört zu, wartet und ruht euch in Gottes Gegenwart aus, lasst euch von seiner Liebe ausfüllen.

### **Bibeltext 1: Hesekiel 37:1-9**

Stille Reflektion  
Gruppengebet als Antwort/ Aufschreiben

### **Bibeltext 2: Jesaja 43,19**

Stille Reflektion  
Gruppengebet als Antwort/ Aufschreiben

### **Bibeltext 3: Psalm 148**

Stille Reflektion  
Gruppengebet als Antwort/ Aufschreiben

## OPTION 2: MIT DER BIBEL BETEN

Bevor ihr beginnt, bittet Gott, euch alles zu zeigen, was er für euch vorbereitet hat. Wählt einen der untenstehenden Psalmen aus, sucht ihn in der Bibel und lest ihn drei Mal durch.

Psalm 16, 20, 23, 70, 93, 121 oder 138

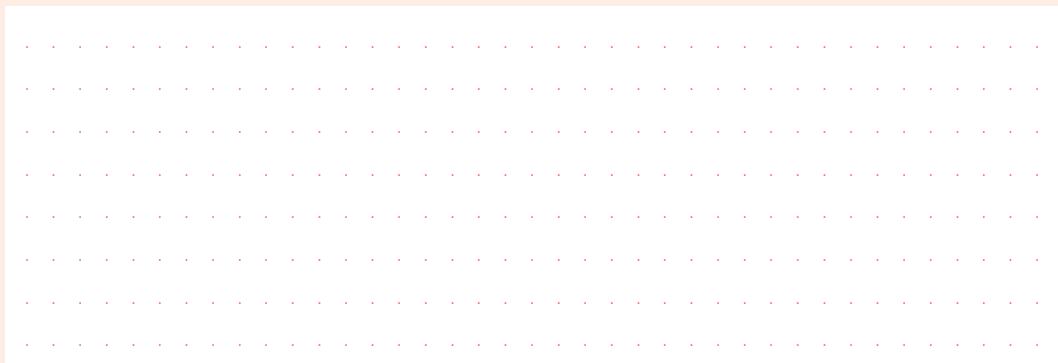
- Erstes lesen: Lest den Psalm langsam durch und achtet auf Wörter und Sätze, die euch auffallen. Schreibt diese Wörter und Sätze auf!
- Zweites lesen: Findet Worte, von denen ihr glaubt, Gott möchte sie für euch aus dem Psalm hervorheben. Macht euch Notizen dazu und fragt Gott, warum er euch genau diese Worte zeigen möchte. Nehmt euch dann Zeit, Gott zuzuhören. Was möchte er euch durch diese Worte sagen?
- Drittlesen: Macht diesen Psalm zu eurem eigenen Gebet! Achtet besonders darauf, was Gott euch gezeigt hat. Ihr könnt den Psalm auch mit euren eigenen Worten aufschreiben, um ihn persönlicher werden zu lassen.

A large, blank sheet of white paper with horizontal red ruling lines. It is intended for the user to write their responses or a prayer in the space provided.

## OPTION 3: P.R.A.Y. **PRAISE (LOBEN/ PREISEN)**

*"Ihr könnt stolz darauf sein, dass er euer Gott ist! Welche gewaltigen und furchterregenden Taten hat er vor euren Augen vollbracht!"* **5.Mose 10:21 (HfA)**

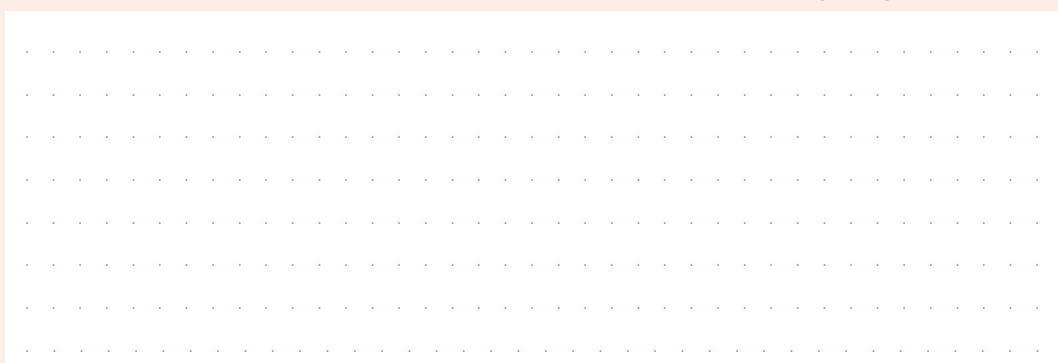
Nehmt euch Zeit, Gott zu loben, für seine Güte, Kraft, Weisheit und Gnade. Dankt ihm für den Weg, den er euch persönlich gezeigt hat.



## **REPENT(BEREUEN)**

*"Kehrt jetzt also um und wendet euch ihm, dem Herrn, zu, damit er die Schuld auslöscht, die ihr durch eure Verfehlungen auf euch geladen habt."* **Apg. 3:19 (NGÜ)**

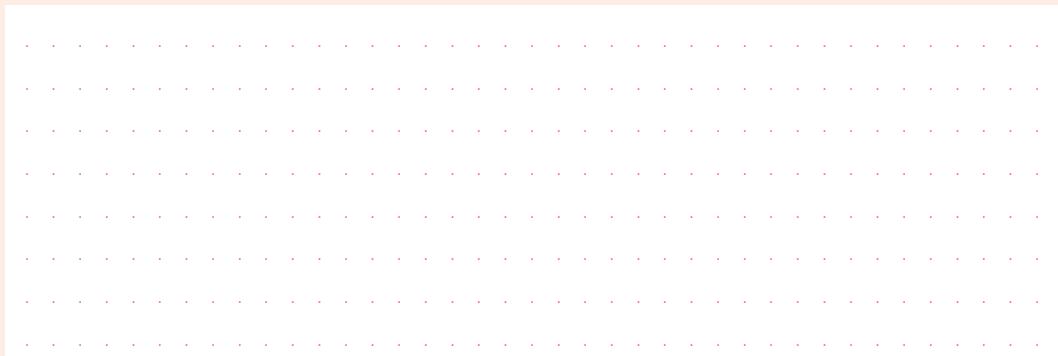
Buße tun bedeutet ganz einfach, umzukehren und zurück zu Gott zu laufen. Weil keiner von uns perfekt ist, ist es wichtig, seinen Sünden vor Gott zu bekennen und ihn zu bitten, uns zu helfen, einen anderen Weg zu gehen.



## ASK (BITTEN)

*"Macht euch um nichts Sorgen! Wendet euch vielmehr in jeder Lage mit Bitten und Flehen und voll Dankbarkeit an Gott und bringt eure Anliegen vor ihn." **Philipper 4:6 (NGÜ)***

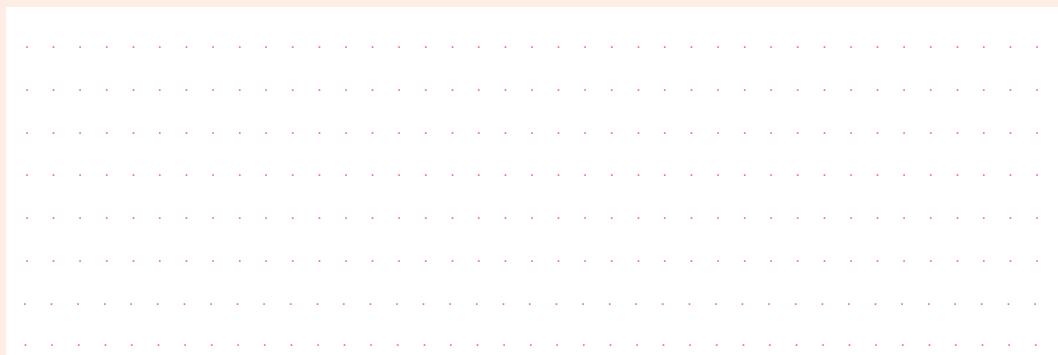
Gott ermutigt uns, ihn nach Dingen zu fragen, die uns beschäftigen. Wir werden nicht immer die Antwort bekommen, die wir erwarten, aber die Bibel sagt uns, dass Gott ein guter Vater ist und uns gute Gaben geben will.



## YIELD (RAUM GEBEN)

*"Verlass dich nicht auf deinen eigenen Verstand, sondern vertraue voll und ganz dem HERRN! Denke bei jedem Schritt an ihn; er zeigt dir den richtigen Weg und krönt dein Handeln mit Erfolg." **Sprüche 3:5-6 (HfA)***

Verbringt Zeit in der Stille und Hingabe, hört auf das, was Gott euch sagen möchte. Wenn wir uns regelmäßig Zeit nehmen, zuzuhören, werden wir in der Lage sein, Gottes Stimme zu hören. Schreibt alle Bilder, Worte und Sätze auf, die euch in den Kopf kommen.



### **Abschluss und Auswertung (alle gemeinsam)**

Nehmt euch danach Zeit, eure Erfahrungen auszuwerten. Tauscht euch darüber aus, wie ihr Gott begegnet seid und wie ihr seine Stimme im Gebet und beim Bibel lesen gehört habt.