



FREUDE AM BETEN – LUKAS KNIEB

Gebet ist mehr als eine christliche Pflichtübung. Gebet ist Genuss. Beten bedeutet in Begegnung mit Gott zu kommen. Bei „Freude am Beten“ lernst du ganz praktisch wie du ein erfülltes und kraftvolles Gebetsleben entwickeln kannst.

Zusammenfassung Session 05

Jeder Mensch ist einzigartig und hat daher einen individuellen Gotteszugang, eine einzigartige Spiritualität und Gottesbeziehung. Um diese Spiritualität zu entdecken braucht jeder Mensch die Inspiration unterschiedlicher christlicher Strömungen.

Um beständig in unserer Gottesbeziehung zu reifen und im Gebet zu wachsen braucht es Selbstführung – die Übernahme der Verantwortung für das eigene Leben und die Bereitschaft alle Bereiche des Lebens zu gestalten (vgl. 1Mose 2,15). Nur sehr wenige Menschen haben einen bewussten Plan, wie sie ihr geistliches Leben entwickeln wollen. Die sogenannte „Lebensregel“ ist ganz einfach ein bewusst gewählter, gezielter Plan, wie wir bei allem, was wir tun, auf Gott ausgerichtet bleiben können. Der Ausdruck „Lebensregel“ stammt vom griechischen Wort *trellis* und bezeichnet ein Gestell für Weinreben, an dem sie sich hochranken können und so mehr und bessere Frucht zu bringen. Der Startpunkt und das Fundament einer solchen Lebensregel ist der Wunsch, in der Gegenwart Gottes zu leben und ihn in allem zu lieben. Es ist ein Aufruf, unser Leben so zu ordnen, dass die Liebe zu Christus an erster Stelle steht.

„Eine Lebensregel ist eine Zusammenstellung von Prinzipien und Praktiken, die wir in den Rhythmus unseres Alltages einbauen und die uns hilft, unsere Beziehung zu Gott zu vertiefen und ihm mehr zu dienen. Wenn Bekenntnisse der Inhalt unseres Glaubens sind und Christus der Grund unseres Glaubens, dann ist eine Regel die Art und Weise, wie wir diesen Glauben im Alltag als Jünger Jesu in der Kraft des Heiligen Geistes leben.“ (Pete Greig)

Entwickle deine Lebensregel

Eine Lebensregel entwickeln bedeutet alle Aspekte deines Lebens auf Jesus hin auszurichten und pro-aktiv in dein Leben einzubauen. Entwickle einen Tages-, Wochen- und Jahresrhythmus. Folgende Gewohnheiten und geistliche Übungen können ein Anhaltspunkt sein: Bibel (lesen, beten, meditieren, studieren, auswendig lernen, etc.), Gebetsformen („Stundengebet“, Stille, Herzensgebet, inneres Gebet, Bitte, Fürbitte, Examen, uvm.), Rituale (z.B. Morgen- und Abendrituale), Tagebuch schreiben, Studium/Fortbildung (Bücher, Podcast, Kurse, Seminare, etc.), Fasten, Sabbat, etc. Dazu kommen Beziehungen, Arbeit, Freizeit, Finanzen, etc.

Eine Lebensregel ist eine dynamische Sache, höchst individuell und wird immer weiterentwickelt. Mein Tipp: 1.) Einmalig: Nimm dir Zeit eine Lebensregel zu formulieren. 2.) Regelmäßig (z.B. einmal pro Monat) überprüfe deine Lebensregel und passe sie ggf. an. 3.) Jährlich: Evaluiere grundsätzlich deine Lebensregel und vertiefe deine Gottesbeziehung bewusst.