

## GEBET- Gott Erleben Beim Ersten Treffen

Was ist Gebet?

Gebet ist mehr, als Reden mit Gott. Gebet ist Beziehung mit Gott leben und Gebet kann man lernen. Die Jünger, die schon lange mit Jesus zusammen waren, baten Jesus, ihnen das Beten beizubringen. Scheinbar ist Gebet also nichts, was man einfach kann. Beten will gelernt sein und Gebet bedarf der Übung.

Gebet ist ein Aufschwung des Herzens. Das heißt, das Herz schwingt sich zu Gott auf. Dafür braucht es Muskeln. Unser Herz hat Muskeln, die trainiert werden wollen. Es ist völlig zweitrangig, wie du betest. Wichtig ist, was du mit deinem Herzen machst.

Wie kannst du deine Gebetszeit aufbauen?

1. Stelle dich unter Gottes liebenden Blick. Er ist immer da und sieht dich voller Liebe an.
2. Komme im „Hier und Jetzt“ an.  
Das nimmt die längste Zeit in Anspruch. Lass dich nicht entmutigen, wenn es länger dauert. Das ist normal. Hier kann dir deine Körperhaltung helfen. Nimm eine Haltung ein, die dich wach und fit hält. Versuche deinen Körper wahrzunehmen und mache dir bewusst, dass dein Körper der Tempel des Heiligen Geistes ist.
3. Rede doch mal mit dem Heiligen Geist.
4. Fokus ist alles  
Wenn du merkst, dass es dir schwerfällt und du dich nicht gut fühlst, mache dir bewusst, dass du gerade vor dem Thron Gottes stehst. Das wird deine Motivation ändern. Schau auf Gott und nicht auf deine Schwierigkeiten oder Lustlosigkeit.

Wenn du jetzt noch Zeit hast, kannst du dir eine Bibel holen und mit der Bibel beten.

Viel Spaß bei deiner Zeit mit Gott. Ganz wichtig, mache dir keinen Stress und sei dir immer bewusst, dass Gott dich liebt, egal was du tust oder nicht tust.

Jesus sagt zu dir: „Ich kenne deine ganze Lebensgeschichte, ich kenne jedes Skelett das du im Keller vergraben hast, ich kenne jede noch so kleine Sünde, jeden Moment der Scham, Unehrlichkeit und zerstörerischer Liebe aus deiner Vergangenheit; Ich kenne deinen oberflächlichen, schwachen Glauben im Hier und Jetzt, dein schwaches Gebetsleben, die Unbeständigkeit in deiner Nachfolge – nichts ist vor mir verborgen – und mein Wort für dich ist folgendes: Ich fordere dich heraus mir zu vertrauen, dass ich dich liebe, wie du bist, nicht wie du sein solltest. Denn du wirst nie sein, wie du sein solltest.“ (von Brennan Manning)