

# «Die Welt überraschen durchs Hören auf Gott»

## Gruppenmaterial zur Vertiefung in Hauskreis oder Kleingruppe

Gestaltet den Beginn eurer Kleingruppe so, wie ihr es euch gewohnt seid: mit einem Austausch über euren Alltag, einem Gebet, etc.

### 1. Einstieg:

Geht reihum und erzählt euch je einen «Himmelreichsmoment» der letzten Tage oder Wochen: wo habt ihr Gott gespürt in eurem Leben? Wo habt ihr einen Blick auf das Reich Gottes hier auf Erden erhalten?

### 2. Vertiefung

In seinem Buch «Die Welt überraschen» beschreibt der Theologe Michael Frost fünf Gewohnheiten, die wir uns als Christen aneignen können, damit unser alltägliches Leben einen grösseren Einfluss auf das Leben unserer Nächsten haben kann und damit wir mehr zum Reich Gottes beitragen können. Über die nächsten Monate werden wir in diesem Gruppenmaterial je eine solche Gewohnheit anschauen und in der Kleingruppe, dem Hauskreis, im Zweiergespräch vertiefen.



Die zweite Gewohnheit ist jene des «Gott hören». Michael Frost schreibt dazu:

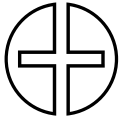
«Die meisten, die ihr Herz für Gott, für den Heiligen Geist öffnen und sich ihm zuwenden wollen, übernehmen das Reden und lassen ihm gar keine Zeit zum Antworten. Wir müssen lernen zuzuhören. Wir müssen lernen, wie wir den Heiligen Geist sprechen lassen. (...) Unser Vorhaben, großzügig und gastfreundlich zu sein, muss bewusst genährt und gestärkt werden durch die Einübung von Einsamkeit, Stille und Gebet. Wir müssen lernen, auf Gottes Stimme zu hören, weil er uns als Missionare formt und unser Herz mit der Liebe für diejenigen füllt, zu denen er uns sendet.

Wenn wir nicht jede Woche wenigstens einmal nennenswert Zeit in der Gegenwart unseres Gottes verbringen können, stehen wir in der Gefahr, auf unsere gehetzten, gestressten und rastlosen Nachbarn auch nicht anders als sie zu wirken. Diese dritte Gewohnheit nährt und versorgt uns für unseren missionalen Lebensstil und zieht uns zur Rechenschaft.

Für alle, die sich der Herausforderung von Stille und Einsamkeit als einer missionalen Gewohnheit stellen wollen, hier ein paar Hinweise, wie man sich für das Wirken des Heiligen Geistes öffnen kann.

#### EINE FESTE ZEIT EINPLANEN

Versuchen Sie nicht, zwischen Tür und Angel mit Gott, bzw. dem Heiligen Geist, in Beziehung zu treten. Planen Sie jede Woche eine feste Zeit ein. Betrachten Sie es als



wertvolle Zeit: nur Sie und Gott.

#### VERMEIDEN SIE ABLENKUNGEN

Wenn Sie ungeübt darin sind, auf den Heiligen Geist zu hören, sollten Sie möglichst alles ausschalten, was auf Ihre Sinne – Fühlen, Sehen, Riechen, Schmecken, Hören – einwirkt. Je ruhiger es im Zimmer und in der Umgebung ist, desto förderlicher für das Hören auf den Heiligen Geist. Wenn möglich, nehmen Sie sich vor, 20 Minuten oder länger sitzenzubleiben. Häufig passiert etwas nach zehn oder 15 Minuten in der Stille – wenn Sie zu früh aufhören, verpassen Sie es.

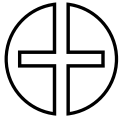
#### GOTT HEREINLASSEN

Beginnen Sie Ihre Meditation nicht damit, dem Heiligen Geist Fragen zu stellen oder ihm zu sagen, was Sie sich wünschen. Das weiß er schon. Beginnen Sie damit, sich einfach an Gottes Gegenwart zu erfreuen. Bleiben Sie ruhig sitzen und lassen Sie sich von Gottes Geist in Besitz nehmen. Sie dürfen sich immer ins Gedächtnis rufen, dass Gott Sie liebt, weil er Sie geschaffen hat. (...) Lassen Sie sich von seiner Liebe umspülen.

#### GOTTES FÜHRUNG FOLGEN

Vielleicht ruft Ihnen der Heilige Geist den Namen oder das Gesicht einer Person vor Augen, die Sie segnen oder mit der Sie gemeinsam essen wollen (...). Vielleicht fordert der Heilige Geist Sie auf, mit jemandem Kontakt aufzunehmen, den Sie letzte Woche gesegnet haben, oder er erinnert Sie an etwas, das Sie jemandem sagen sollten, aber vergessen haben. Sie werden im Herzen seine Gegenwart spüren. Diese Gegenwart wird Ihren Arm stärken, sie wird Ihre Seele Sauerstoff atmen lassen und Sie werden mit seiner Belohnung erfüllt werden: mit Liebe, Freude, Friede – oder einer anderen Frucht des Geistes.

Viele, die missional leben wollen, empfinden es als Schwierigkeit, eine gute Balance zu finden: weder distanziert und ablehnend zu sein noch sich vollkommen an das – möglicherweise «gottlose» – soziale Umfeld anzupassen. Wer als Christ wirklich missional leben will, wird an keinem Ende des Spektrums glücklich werden. Aber die „Regeln“ sind an den jeweiligen Enden viel einfacher. Wir wissen, wie ein totaler Rückzug aus dem sozialen Umfeld von Nichtchristen aussieht. Wir wissen, wie es ist, unsere gesamte Freizeit mit anderen Christen zu verbringen. Völlige Distanz und völlige Anpassung sind eindeutig. Weitaus schwieriger ist es, eine Balance zu finden oder die Spannung zu halten zwischen Distanz und Anpassung. Den Weg der Mitte zu finden, nämlich auf geistliche, anziehende, unternehmungslustige, fröhliche Weise am Leben anderer teilzunehmen, ist schwer. Hier kommt die missionale Stimme des Heiligen Geistes ins Spiel. Seine Führung hilft uns, eine gute Haltung zu finden. Und wenn wir in unserem wöchentlichen Rhythmus vertrauter mit dem Hören auf den Heiligen Geist werden, werden wir auch in anderen Situationen eher in der Lage sein, den Heiligen Geist wahrzunehmen: wenn wir unsere Nachbarn und Bekannten treffen, wenn wir sie segnen oder gemeinsam mit ihnen essen und wenn wir auf andere Weise Kontakt haben zu den Menschen um uns herum.



Aus:

«Die Welt überraschen: Fünf Gewohnheiten für einen missionalen Lebensstil»  
von Michael Frost, hier erhältlich:

<https://www.orellfuessli.ch/shop/home/artikeldetails/A1053741831>

### 3. Ausprobieren

Probiert doch eine solche Stille Zeit aus. Nehmt euch ca. 20-25 Minuten Zeit, in der ihr in einer bequemen Position verweilt, still seid und versucht auf Gott zu hören. Was will Gott euch persönlich oder eurer Gruppe heute mitgeben?

Manchmal ist es einfach, solche Sachen gemeinsam auszuprobieren, statt alleine.

### 4. Fragen zur Vertiefung:

Kommt miteinander zum Erlebten und Gelesenen ins Gespräch:

- Habt ihr Gott gehört? Was hat Gott gesagt und wie hat Gott zu euch gesprochen?
- Wie hat sich diese Stille Zeit für euch angefühlt?
- Wie ist euer Umgang mit so einer Stillen Zeit? Macht ihr dies regelmässig? Fällt es euch einfach oder schwer?
- Kennt ihr diese Balance, die Michael Frost im letzten Abschnitt anspricht? Wie sieht diese in eurem Leben aus?

**Ermutigung:** Nehmt euch doch gegen Ende eurer gemeinsamen Zeit vor, diese Gewohnheit mal in den nächsten Wochen auszuprobieren. Wie oft wollt ihr euch je vornehmen andere zu segnen? Einmal in der Woche? Einmal pro Tag? Mehrmals pro Tag? Startet euer nächstes Treffen dann mit einem Austausch darüber, wie es euch mit dieser Gewohnheit gegangen ist, was euch entsprochen hat und was nicht.

### 5. Gebet und Abschluss:

Gibt es etwas, das ihr nun noch ganz bewusst vor Gott im Gebet bringen wollt? Gibt es Gespräche oder Gesprächspartner, die ihr Gott ganz bewusst heute Abend hinlegen wollt? Dann dürft ihr dies gerne noch gemeinsam tun.

Den Abschluss eures Treffens könnt ihr wiederum so gestalten, wie es euch wohl und ihr es euch gewohnt seid: im Gebet, mit einem gemeinsamen Essen, etc.