



24 Stunden Gebet

25-26 OKTOBER 2024

TRAGE DICH EIN VIA [FEG-MURTEN.CH](https://www.feg-murten.ch)
ODER IN DER LISTE BEI DER INFOTHEK

Es gibt eine Gefahr, die uns am Beten hindern kann: Das Gefühl, wir müssten es irgendwie richtig machen. Aber Gott wartet nicht auf gut vorbereitete Vorträge. Er will unser Herz. Er liebt es, wenn wir vor ihm schonungslos ehrlich sind.

C.S. Lewis sagte über das Beten:

“Wir müssen das vor ihn legen, was in uns ist, nicht das, was in uns sein sollte.”

Bete, wie du kannst.

Beginne, wo du bist. Sprich mit Gott. Sprich mit ihm über die kleinen Details deines Lebens, von denen du denkst, er würde sich nicht darum kümmern. Sprich mit ihm über die Momente, in denen er dich enttäuscht hat. Sprich mit ihm über den Segen, den du nie verdient hast, und die Angst, die dich jetzt gerade plagt. Sprich einfach mit ihm.

“Seid still und erkennt, dass ich Gott bin.”

Wir haben uns an Eile gewohnt. Für uns sie die normale Art, zu leben. Wir leben nach To Do Listen und versuchen, aus jeder Minute Produktivität herauszuquetschen.

Vor Gott still zu sein, bedeutet:
Ich höre für einen Moment auf damit, über mein eigenes Leben Gott zu spielen. Ich lasse die Kontrolle los und übergebe sie dem, der sie sowieso schon immer hatte.

**sei still
vor Gott.**

Setze dich gerade hin. Lege die Hände in den Schoß. Schliesse die Augen.

Dann, sei still. Warte.

Am besten setzt du dir einen Timer, zum Beispiel auf dem Handy. Das hindert dich daran, immer auf die Uhr schauen zu müssen.

Nimm dir nicht zu viel vor – vielleicht fünf Minuten.

“Deshalb sollt ihr so beten: Unser Vater im Himmel...”

Welches ist das Hindernis, das uns am meisten vom Gebet abhält? Pastor Tyler Staton glaubt: Unsere Unfähigkeit, Gottes Liebe anzunehmen.

Jesus lehrt seine Jünger, zum “Vater” zu beten.

Immer dann, wenn wir Gott unseren Vater nennen, erinnern wir uns daran, dass wir seine Kinder sind: Vollkommen, bedingungslos und unvergleichlich geliebt.

bete *ihn* an.

Erinnere dich daran, zu wem du betest. Es ist der allmächtige Gott. Und es ist dein Vater. Bete ihn an. Das kannst du zum Beispiel so tun:

Singe ein Loblied, z.B: “So gross ist der Herr” oder “Abba”.

Bete einen Psalm. Lies langsam und laut einen der 150 Psalmen. Wenn dich ein Vers berührt, benutze ihn als “Sprungbrett” für dein eigenes Gebet.

Die Ideen für diesen Leitfaden stammen aus: Tyler Staton, Praying Like Monks, Living Like Fools, Hodder & Stoughton 2022.