# DEINE ZEIT MIT JESUS AM KARFREITAG

Hier findest du Ideen, wie du heute einige Stunden mit Jesus verbringen kannst. Sehe die verschiedenen Schritte als Hilfestellung, nicht als starre Regel, die du befolgen musst.

Wenn du bei einer Sache Freude hast, dann bleib gerne länger dabei oder überspringe einen Schritt.

## Es ist DEINE Zeit mit Jesus.

Dem kostbarsten aller Schätze.

#### 01 Vorbereitung (~ 10 Minuten)

- Schaffe dir einen aufgeräumten Platz, wo du ungestört bist, dich nichts ablenkt. Lege bereit, was du brauchst z.B. deine Bibel, Schreibzeug, ein Notizheft/-zettel.
- Falls du später eine Runde thematischen Lobpreis hören möchtest und Spotify-Nutzer bist, kannst du dir jetzt schon <u>eine Playlist auf dein Smartphone laden</u>.
- Schalte alle Ablenkung aus, nehme dir vor die nächsten Stunden fokussiert zu bleiben, einzutauchen, Jesus als Perle neu zu entdecken.

#### Praktische Tipps:

01 Manchmal ist es schwer, in einen stillen Tag mit Jesus reinzukommen. Gib nicht auf! Zeit mit deinem Retter und König ist immer gut investiert.

02 Wenn dir Gedanken, Ablenkungen usw. kommen, ist es gut, diese aufzuschreiben und "abzulegen".
Dann müssen sie nicht wieder und wieder kommen.



02 Bewusster Beginn: Gott ist da. (~ 20 Minuten)

Schön dass du dir Zeit nimmst für die alles entscheidende Beziehung deines Lebens, für die schönste aller Perlen. Eins ist ganz sicher: Gott ist schon da und wartet auf dich!

Gottes Gegenwart ist aber manchmal schwierig wahrzunehmen, weil wir selbst woanders sind. Sein Reden ist nicht leicht zu verstehen, wenn es in uns laut ist.

### Daher darfst du jetzt zu Beginn ankommen.

Ruhig werden.

Im Hier und Jetzt ankommen.

Bei Gott ankommen.

Folgende Idee kann dir dabei helfen.

Lese und bete mehrfach nach Epheser 1,17-18. Halte zwischendurch Inne. Rechne damit, dass Gott das wirklich tun will, was Paulus ursprünglich für die Epheser gebetet hat.

Ich bete darum, dass du Gott – der Gott meines Herrn Jesus Christus, der Vater, dem alle Macht und Herrlichkeit gehört – mir den Geist der Weisheit und der Offenbarung gibst, damit ich dich immer besser kennen lerne.

Ich bitte dich: Öffne du mir die Augen des Herzens, damit ich erkenne, was für eine Hoffnung du mir gegeben hast, als du mich berufen hast, was für ein reiches und wunderbares Erbe du für die bereithältst.

## Gott ist da. Das ist die Realität.

Du jetzt auch ein wenig mehr? Glückwunsch!

Denn dieser Gott an deiner Seite ist kostbarer Schatz und wunderschöne Perle.
Ihn zu kennen ist mehr wert als alles Silber und Gold.

03 Eintauchen mit Gottes Wort: Kopf (~ 30 Minuten)

<u>Erstens:</u> Bitte Gott, dass er durch sein Wort zu dir redet. Dass sein Geist dich in die Wahrheit leitet. Über dich. Über Gott. Dass du mit offenen Herzensaugen lesen kannst.

<u>Zweitens:</u> Lese aufmerksam und langsam Johannes 19, 1-42. Fokussiere beim zweiten Lesen nochmal die Kreuzigung in den Versen 28-42. Lese dir dann aufmerksam die Parallelstelle in Lukas 23,32-49 durch. Komme mit Gott ins Gespräch und mache dir Notizen:

- Was passiert in diesen Berichten?
- Was betonen Johannes und Lukas?
- Was hat Jesus vollbracht?

<u>Drittens:</u> Wenn du noch Lust & Konzentration hast, lese für weitere Blickwinkel die anderen Parallelstellen und notiere dir die jeweiligen Besonderheiten. Worauf richten die Autoren ihren Blick? Was hast du bisher an der Kreuzigung übersehen?

- Markus 15, 33-39
- Matthäus 27,32-54

04 Lobpreis und/oder Bewegung: Herz (~ 60 Minuten)

Nachdem jetzt dein Kopf gefordert war, lass die Szene zu deinem Herzen reden. Komm mit Gott ins Gespräch und halte für dich fest:

- Was findest du faszinierend an Jesus? Was bewegt dich am meisten?
- Was glaubst du: Warum nimmt Jesus all das auf sich? Warum nimmt er Schmerz, Hoffnungslosigkeit, Gottverlassenheit auf sich und was zeigt das über sein Herz?
- Was bedeutet es für dich, dass Jesus all das vollbracht hat? Was ändert sich für dein Leben heu, durch diesen Liebesbeweis?

# Vielleicht gehst du beim Bewegen dieser Fragen spazieren.

Bewegung ist bei "stillen Tagen" immer eine gute Sache. Bevor du losgehst – nimm dir Bibel, Schreibzeug und Stifte mit. Dann könntest du auch woanders weitermachen oder Erkenntnisse notieren.

## Eventuell helfen dir folgende Ideen beim Beantworten der Frage:

- Höre die thematische <u>Spotify-Playlist.</u>
- Lies nach/während dem Spazieren einige Bibelstellen über das WARUM von Jesus. Finde auf diese Art sein Motiv und Ziel: Johannes 3,16-17 + Lukas 19,10 + Römer 5,8-9 + Jesaja 53,5

Lies hier erstmal nicht weiter, sondern bewege die Fragen jetzt.

# Bevor du weiter machst:

Sicher hast du mache Entdeckung gemacht? Sag ihm Danke für das, was er getan hat, was es für dich bedeutet!

Schreibe zum Beispiel ein Dankgebet auf. Singe ein Lied. Male ein Bild. Notiere, was dich am Jesus-Schatz fasziniert. Oder sag Jesus ganz anders danke. Einfach so, wie es zu dir passt.

05 Vertiefung (~ 60 Minuten)

Wähle jetzt EINE der folgenden Optionen aus, um das Kreuzesgeschehen zu vertiefen. Weniger ist manchmal mehr.

Du kannst einfach auf die Schrift klicken, dann kommst du zu deiner gewählten "Vertiefungsübung". Was spricht dich an? Was tut dir jetzt gut?

A: Bibel-Studium zur Deutung	<u>B: Bildbetrachtung</u>
der Szene am Kreuz	"Der lächelnde Christus" am Kreuz
<u>C: Bibel-Studium zum</u>	<u>D: Schuld gegen Vergebung</u>
<u>Thema Gnade</u>	tauschen. Beichtspiegel
<u>E: Lectio Divina:</u>	F: Vortrag von der MEHR 2024:
<u>Die Bibel mit dem Herzen lesen.</u>	Dein Inneres Feuer.

Und ich erinnere nochmal: Es sind Vorschläge. Du kannst auch "Handlettering" machen, eine Predigt anhören, einen Bibelvers 100x abschreiben, die Passion-Christi anschauen, … Was auch immer du tun willst.

Aber schau auf jeden Fall auf der letzten Seite vorbei, um deinen Tag ordentlich abzuschließen. A: Bibel-Studium zur Deutung der Szene am Kreuz In den folgenden Stellen findest du Deutungen der Szene am Kreuz:

Röm 3,21-31 Röm 5,1-11 1Johannes 1,5-2,2

Warum starb Jesus? Musste er sterben?

Was heißt das für mich? Was muss ich nicht mehr tun?

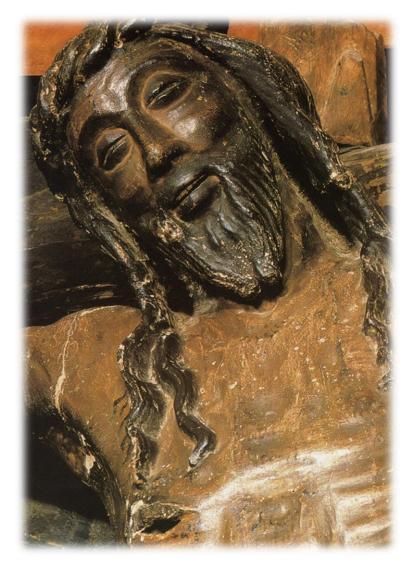
Wie kann ich teilhaben?

# B: Bildbetrachtung "Der lächelnde Christus" am Kreuz

Auf meinen Schweigetagen wurde uns das nebenstehende Bild gezeigt. Es ist eine Nussbaumschnitzerei aus dem 13. Jahrhundert. Diese Kreuzesdarstellung ist einzigartig. Christus am Kreuz umgeben vom Dunkel der Passion. Aber wenn man Jesus anschaut, staunt man: Der Leidende, Sterbende lächelt – ist sichtlich zufrieden.

Uns wurden die folgenden Fragen mitgegeben:

- Bild wirken lassen: Was sehe ich? Wie würde ich das Bild beschreiben?
- Mein Empfinden: Was empfinde ich beim Anschauen des Bildes? Was drückt das Lächeln des Christus aus? Was spricht mich an? Was stört mich? Was reizt mich zum Widerspruch?



- Interpretation: Warum wohl lächelt dieser Gekreuzigte? Was mag er vorher gedacht / gesagt haben? Was "schaut" er wohl drüben beim Vater?
- Ich versuche mich innerlich unter dieses Kreuz zu stellen und mich lange anschauen zu lassen. Was sagt mir sein Lächeln? Was seine Freude? Ist er zufrieden mit mir? Sehnt er sich mit Sehnsucht nach Gemeinschaft mit mir!? Kann das der Grund seines Lächelns sein?

#### C: Bibel-Studium zum Thema Gnade<sup>1</sup>

Durch Gottes Gnade bist du, wer du bist (vgl. 1 Kor 15,10). Was bedeutet und beinhaltet Gnade für dich? Könntest du 1Kor 15,10 von dir behaupten?

Lies die folgenden Stellen und schlag Bibelstellen nach, die dich näher interessieren, sofern welche angegeben sind.

#### **Gnade** ist Grundlage:

Für dein Leben, dein Hiersein, dein Alles. Gnade steht am Anfang und am Ende.

# Gnade ist göttlich:

"HERR, HERR, Gott, barmherzig und gnädig und geduldig und von großer Gnade und Treue..." 2Mose 34.6 - das ist sein Name!

# **Gnade** bestimmt Gottes Handeln Er erweist Gnade. Er beschenkt mit

(Micha 7,8; 1Petr 5,10): Gott ist gnädig. Gnade. Er schenkt aus Gnade.

**Gnade** wird bekannt:

Psalm 103, 8: "Barmherzig und gnädig ist der Herr, geduldig und voll großer Gnade."

**Gnade** wird sichtbar in Jesus: 2Tim 1,9: "Gott hat uns erlöst und berufen; nicht aufgrund unserer Taten, sondern weil er schon lange, bevor es die Welt gab, entschieden hatte, uns durch Christus Jesus seine Gnade zu zeigen."

Gnade sorgt für einen Statuswechsel: Sie macht gerecht (Röm 3,23-24) und selig (Eph 2,8). Sie bietet allen, die ihr Vertrauen auf Jesus setzen, an, für immer als Gottes Kinder leben zu dürfen

**Gnade** ist unverdient und geschenkt: Eph 2,8: "Weil Gott so gnädig ist, hat er euch durch den Glauben gerettet. Und das ist nicht euer eigenes Verdienst; es ist ein Geschenk Gottes." **Gnade** kennt keine Obergrenze: Sie ist reichlich (vgl. Eph 2,7).

<sup>&</sup>lt;sup>1</sup> Nach "Mein Student Life Guide-Profile" der SLG der Liebenzeller Mission

#### Gnade ist umsonst und teuer zugleich:

Aber nicht billig: "Billige Gnade heißt Gnade als Schleuderware, verschleuderte Vergebung, verschleuderter Trost, [...]; Gnade ohne Preis, ohne Kosten. [...] Teure Gnade ist der verborgene Schatz im Acker, um dessentwillen der Mensch hingeht und mit Freuden alles verkauft, was er hatte; die köstliche Perle, für deren Preis der Kaufmann alle seine Güter hingibt; [...]

Teuer ist sie, weil sie in die Nachfolge ruft, Gnade ist sie, weil sie in die Nachfolge Jesu Christi ruft; teuer ist sie, weil sie dem Menschen das Leben kostet, Gnade ist sie, weil sie ihm so das Leben erst schenkt; teuer ist sie, weil sie die Sünde verdammt, Gnade, weil sie den Sünder rechtfertigt. Teuer ist die Gnade vor allem darum, weil sie Gott teuer gewesen ist, weil sie Gott das Leben seines Sohnes gekostet hat – "ihr seid teuer erkauft" –, und weil uns nicht billig sein kann, was Gott teuer ist. Gnade ist sie vor allem darum, weil Gott sein Sohn nicht zu teuer war für unser Leben, sondern ihn für uns hingab. Teure Gnade ist Menschwerdung Gottes." – Bonhoeffer in Nachfolge

**Gnade** bleibt nicht ohne Auswirkung: Sie erzieht uns (Titus 2,11-14).

Gnade beruhigt (Eph 2,8) und bewegt (2Kor 5,14):

"Wehe, sie bewegt uns, ohne zu beruhigen. Das ist frommer Krampf. Wehe, sie beruhigt uns, ohne zu bewegen. Das ist vergeudete Gabe Gottes."

Gnade stiftet Identität (Eph 1,3ff.):

Les Eph 1,3-13 und staune wer du durch Jesus und seine Gnade bist.

WELCHEN ASPEKT DER GNADE WILLST DU NEU IN DEIN GNADENVERSTÄNDNIS ZU INTEGRIEREN?

#### D: Beichtspiegel<sup>2</sup>

Werfe einen Blick auf dein Inneres: "Erforsche mich, Gott, und erkenne mein Herz; prüfe mich und erkenne meine Gedanken! Und sieh, ob ein Weg der Mühsal bei mir ist, und leite mich auf ewigem Wege!" (Psalm 139,23.24) Werde ehrlich und bespreche mit Gott die folgenden Prüf-Fragen, in Anlehnung an die Zehn Gebote.

- 1. Welcher Mensch oder welche Sache ist dir wichtiger als Gott? Woran denkst du morgens zuerst und abends zuletzt?
- 2. Merkt man an meinem Reden und meinen Taten, dass ich Gott kenne und liebe? Gibt es Lebensbereiche, die ich ausklammere? Macht mein Denken, Reden und Handeln ihm Ehre oder Unehre?
- 3. Fragst du bei deinen Planungen und Entscheidungen nach Gottes Willen? Nimmst du dir genügend Zeit zum Hören auf Gottes Wort oder fliehst du in Arbeit und Vergnügen?
- 4. Mit welchen Menschen lebst du in Spannungen? Wem begegnest du gleichgültig, voll Vorwurf und Verachtung innerhalb oder außerhalb deiner Familie? Wie gehst du mit deinen Eltern um?
- 5. Gibt es einen Menschen, dem du etwas nicht vergeben und vergessen kannst? Verurteilst du andere in deinem Gedanken oder Herzen? Richtest du Menschen auf oder wertest du sie ab?
- 6. Ist Gottes Gebot auch auf sexuellem Gebiet für dich maßgebend, sowohl im Hinblick auf andere als auch für dich selbst? Welches sind die Beweggründe für dein Versagen auf diesem Gebiet?
- 7. Hast du dir etwas unrechtmäßig angeeignet oder Geliehenes noch nicht zurückgegeben? Was brauchst du nicht unbedingt, das aber ein anderer dringend nötig hat? Erhält Gott seinen Anteil von deinem Verdienst?
- 8. Bist du manchmal unehrlich? Versuchst du durch deine Worte manchmal besser anzukommen als du bist?
- 9. Wen beneidest du heimlich um Aussehen oder Ansehen, um Gaben, Stellung und Besitz? Empfindest du Mitfreude oder Verbitterung, wenn du dich mit anderen vergleichst?
- 10. Bist du bereit, alles aus Gottes Hand entgegenzunehmen auch, was deinen Wünschen nicht entspricht oder dir unbegreiflich erscheint?

Was nun damit machen? Bekennen. Umkehren. Vergebung finden.

1Joh 1,9: "Wenn wir unsere Sünden bekennen, ist er treu und gerecht; er vergibt uns die Sünden und reinigt uns von allem Unrecht."

"In der Beichte bricht das Licht des Evangeliums in die Finsternis und Verschlossenheit des Herzens hinein. Die Sünde muss ans Licht. […] Die ausgesprochene, bekannte Sünde hat alle Macht verloren. Sie ist als Sünde offenbar geworden und gerichtet." – Bonhoeffer

<sup>&</sup>lt;sup>2</sup> Der Beichtspiegel ist dem "Studienbuch Beichte" des ev. Theologen Prof. Dr. Peter Zimmerling (Leipzig) entnommen und wurde leicht angepasst.

E: Lectio Divina: Die Bibel mit dem Herzen lesen.

Heute kannst du einen kleinen Bibelabschnitt mit Herz & Verstand entdecken. Es ist eine alte Methode, die auch heute noch sehr lebendig ist und nennt sich "Lectio Divina" (= göttliche Lesung).

Schon in im mittelalterlichen Mönchtum wurde ihr viel Aufmerksamkeit geschenkt: Mit diesem Übungsweg wird die Bibel zur lebendigen Quelle der Gottesbeziehung. Wer die Schrift so liest, ist mit dem Wort der Bibel unterwegs – lässt die Bibel durch den Geist Gottes zu sich reden. Es geht um einfache, sich wiederholende Schritte beim Lesen der Bibel.

Genug der Vorrede – so geht es: Lese einen kurzen Bibel-Abschnitt viermal laut unter einem anderen Auftrag – jeweils gefolgt von einer Zeit

01 der Stille – einfach nur sein

02 des Auf-Gott-Hörens (daher der Name "göttliche Lesung"), ihn fragen.

Dabei gibt es verschiedene Varianten.

### Heute kannst du die folgenden Frage-Runden mit Jesus ausprobieren:

01 Lesen: Höre beim ersten Lesen einfach zu.

**02 Nachdenken:** Nach dem zweite Lesen. Warum ist Jesus Schatz und Perle? Warum bin ich durch ihn mit dem ganzen geistlichen Segen aus der Himmelswelt beschenkt?

03 Vertiefen: Nach dem dritten Lesen. Was möchte Gott durch diese Verse in mir bewirken? Wie möchte er mich durch diese Verse und Wahrheiten segnen?04 Ruhen: Frage nichts, sondern ruhe in der Gegenwart Gottes.

Epheser 1,3-8a: "Gelobt sei Gott, der Vater unseres Herrn Jesus Christus, der uns durch ihn mit dem ganzen geistlichen Segen aus der Himmelswelt beschenkt hat. Denn in Christus hat er uns schon vor Gründung der Welt erwählt, einmal heilig und tadellos vor ihm zu stehen. Und aus Liebe hat er uns schon damals dazu bestimmt, durch Jesus Christus seine Kinder zu werden. Das war sein eigener gnädiger Wille, und es dient zum Lob seiner herrlichen Gnade, mit der er uns durch seinen geliebten (Sohn) beschenkt hat. Durch ihn wurden wir freigekauft – um den Preis seines Blutes –, und in ihm sind uns alle Vergehen vergeben. Das verdanken wir allein Gottes unermesslich großer Gnade, mit der er uns überschüttet hat."

F: Höre einen Vortrag von der MEHR 2024: Dein inneres Feuer. Höre dir einen starken Vortrag von Johannes Hartl von der MEHR 2024 an über einen Weg zu neuer Jesus-Begeisterung... und dann verweile einfach ganz zweckfrei noch ein bisschen bei deinem Jesus.

⇒ <a href="https://www.bibeltv.de/mediathek/videos/349548-dein-inneres-feuer">https://www.bibeltv.de/mediathek/videos/349548-dein-inneres-feuer</a>

06 Rückblick (~ 15 Minuten)

Schreibe deine Erkenntnisse auf, bevor du die Zeit beendest.

Was hast du entdeckt über dich, über Gott?

Was hat Gott wichtig gemacht?

Was kannst du nicht glauben?

Was hat er heute getan?

#### Merkst du, du brauchst bei deinen Fragen noch Unterstützung?

Dann such dir einen Weggefährten, eine Seelsorgerin oder Vertraute und geht gemeinsam zu Jesus, der dich kennt & liebt wie niemand sonst.

07 Ausblick: Hand (~ 15 Minuten)

Überlege, wie die Entdeckungen sich in deinem Leben zeigen sollen

Was für Auswirkungen wünscht du dir?

Was willst du künftig tun oder glauben? Was nicht mehr?

Über was willst du jemanden befragen?

Was willst du mit jemandem teilen?

Und zum Schluss:

Höre dir das Lied "<u>Jesus, meine Hoffnung lebt</u>" an und gehe geliebt, befreit und gerettet

# verändert –

in die nächsten Tage!