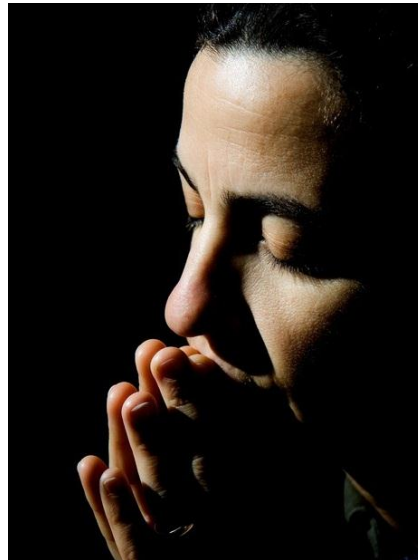


Gottesdienst vom 26. Mai 2013

Predigt: Martin Aebersold

Meditatives Gebet

*Serie: Gebetsformen neu entdeckt
Teil 4*



"Wenn ihr in mir bleibt und meine Worte in euch bleiben..."

Johannes 15,1-8



Chrischona Pfäffikon ZH
Evangelische Freikirche

Jahresschwerpunkt 2013 "Gott begegnen"

Meditatives Gebet

Bibeltext: Johannes 15,1-8 (Luther-Bibel)

Was ist meditatives (oder kontemplatives) Gebet? Meditieren kommt von lateinisch *meditatio* = Nachdenken. Kontemplation kommt von lateinisch *contemplatio* = Betrachten. Es ist ein sehr weiter Begriff für viele unterschiedliche Gebetsformen, die aber vorallem die inneren Sinne – das Herz – ansprechen sollen.

1. Sehnsucht nach Gott

Besonders im meditativen Gebet geht es um eine grosse Sehnsucht nach Gott. Nach Nähe und Verbundenheit mit ihm. Das Bild des Weinstocks ist ein gutes Bild, um zu verstehen, was denn diese innige Gemeinschaft mit Gott bedeutet. Die Rebe ist am Weinstock fest angewachsen. So ist es auch für uns wichtig, ganz mit Jesus verbunden zu sein. Nicht nur mit dem Denken, sondern auch mit dem Fühlen, mit ganzem Herzen und unserer ganzen Kraft (vgl. 5.Mose 6,5 und Matthäus 22,37).

"Ich bin der Weinstock, ihr seid die Reben. Wer in mir bleibt und ich in ihm, der bringt viel Frucht; denn ohne mich könnt ihr nichts tun."
(Johannes 15,5)

Diese Sehnsucht nach Gott kennen wir alle tief in unserem Herzen. Gott selbst hat dieses Verlangen dem Menschen ins Herz gepflanzt. Es heisst in Apostelgeschichte 17,27 (Gute Nachricht): **"Gott hat gewollt, dass die Menschen ihn suchen, damit sie ihn vielleicht ertasten und finden könnten. Denn er ist ja jedem von uns ganz nahe."** Genau das sucht das meditative Gebet.

2. In Jesus bleiben

"Wenn ihr in mir bleibt und meine Worte in euch bleiben, werdet ihr bitten, was ihr wollt, und es wird euch widerfahren." (Johannes 15,7)

Das gibt Power und die richtige Ausrichtung beim Beten. Das motiviert! Wer möchte das nicht? - Wie können die Worte von Jesus in uns bleiben? - Indem wir sie uns einprägen, wiederholen und darüber nachsinnen. Folgende Beispiele finden wir in der Bibel, wo Menschen über Gottes Wort intensiv meditierten: Gott ruft Josua dazu auf, er soll **das Buch mit den Ordnungen Gottes Tag und Nacht betrachten und darüber nachdenken** (Josua 1,8). Dann heisst es von Maria in der Weihnachtsgeschichte nachdem die Hirten von der frohen Botschaft der Engel berichteten: **"Maria aber behielt alle diese Worte und bewegte sie in ihrem Herzen"** (Lukas 2,19). Andere Beispiele finden wir in den Psalmen (z.B. Psalm 119,2.11.15.18.24.27 uvm.). Genau darum geht's beim meditativen Gebet.



3. Praktische Möglichkeiten

Es gibt Dutzende von meditativen Gebetsformen. Die folgenden zwei Beispiele eignen sich gut für unseren hektischen Alltag. Das dritte Beispiel – die Lectio Divina – braucht mindestens 10-15 Minuten, je nach Textlänge.



Bibelveise wiederkauen

Martin Luther sagte: "**Schriftmeditation ist ein Wiederkauen im Herzen.**" Nimm zum Beispiel das Gebet "**Dein Reich komme, dein Wille geschehe wie im Himmel so auf Erden**" in deinem Herzen mit hinein in den Alltag. In der Küche, beim Zufahren, im Büro oder der Werkstätte. Es wird dich bestimmt verändern.



Atemgebet

Um zur Ruhe zu kommen und sich auf Jesus auszurichten, hilft das Atemgebet (auch Jesusgebet oder Herzensgebet genannt). Man betet den ersten Teil beim Einatmen – und den zweiten Teil beim Ausatmen. Immer wieder. Nicht formelhaft wie in der östlicher Meditation, sondern ausgerichtet auf Jesus. Persönlich. Während es bei der buddhistischen Meditation um die Entleerung (das Nirwana) geht, ist das Ziel jeder christlichen Meditation das Gefülltwerden mit Jesus und seinem Wort! Zum Beispiel:

Christus – Jesus

Herr Jesus – erbarme dich (nach Lukas 18,38)

Du bist in mir – ich bin in dir (nach Johannes 15,5)



Lectio Divina

Der Bibeltext wird viermal laut/halblaut gelesen. Dazwischen Stille. Bitte den Heiligen Geist, dass er dich in der Stille schützt und führt.

1. Lesen: Hör beim ersten Lesen einfach zu, wie die Worte laut klingen.
2. Nachdenken: Frage dich beim zweiten Lesen: was an dieser Stelle berührt mein Leben heute?
3. Reagieren: Frage dich nach dem dritten Lesen: Wozu fordert Gott mich heute auf?
4. Ruhen: Frage dich beim vierten und letzten Lesen nichts, sondern ruhe einfach in der Gegenwart Gottes und erlebe, wie er dich durch sein Wort führt.



Termine 27. Mai – 9. Juni 2013

Mo	27		
Di	28	14.00	Senioren Ausflug
		19.30	Gemeindeleitungs-Sitzung (gleichzeitig Gebet)
Mi	29	20.00	Gebet für Pfäffikon in der Kirche Neu Hof
Do	30	12.00	Mittagsgebet
Fr	31		
Sa	1	14.00	Yoyo Jungschar
So	2	10.00	Gottesdienst Chinderhüeti, Kids-Treff, Follow-me
		19.00	Godi (Jugendgottesdienst in Wetzikon)
Mo	3		
Di	4	20.00	Gemeindeversammlung fällt aus!
Mi	5	9.30	Yoyo Sing-Spiel-Treff
		10.00	Bibelstudie
Do	6	12.00	Mittagsgebet
Fr	7	19.00	TC Teenagerclub
Sa	8	9.00	Time-out-Modul (2.+3. Sek.)
		19.00	Kätschup
So	9	10.00	outdoor-Gottesdienst mit Brassband im Grüebli ob Humbel mit anschliessendem Picknick Detailinfos siehe Flyer im Foyer oder online bei Regen: Familiengottesdienst in der Chrischona mit Chinderhüeti (Info ab 08.00 Uhr online oder Telefon 079 619 38 55)

Vorschau:

14.-16. Juni: CREA- Jugendmeeting auf St. Chrischona
(Anmeldung bei Mirjam Weidmann)

Predigten und aktuelle Daten auf www.chrischona-pfaeffikon.ch

