

Inhaltsverzeichnis

1. Einleitung: Eine bedeutsame Erfahrung mit Persönlichkeitsentfaltung im Gebet.....	2
2. Persönlichkeitsentfaltung – Analyse dieser Erfahrung.....	4
a. Austausch über die Wirkung des Erfahrungsberichts.....	4
b. Psychologische Analyse der Befriedigung seelischer Grundbedürfnisse und ihrer Bedingungen.....	4
c. Potential dieser Lerneinheit und ihre Voraussetzungen.....	4
3. Die Suche nach dem Bedeutsamsten und Gott.....	5
a. Gottesbeweise und ihre Kritik.....	5
b. Auf der Suche nach dem persönlich Bedeutsamsten.....	5
c. Profane Eschatologie als Anfrage an die Bibel – Wer ist Gott?.....	5
d. Die Vielfalt des biblischen Gottesbildes – seine Unbegreiflichkeit und seine Vielfalt an Beziehungsmöglichkeiten.....	5
e. Vertiefung I – Perspektive und Wirkung.....	5
f. Vertiefung II – Das Verhältnis der Gottesbilder zur Christologie des NT.....	5
4. Potentiale und Risiken einer Beziehung zu Gott.....	6
a. Nach Gottes Willen fragen und christliche Freiheit.....	6
b. Potentiale und Risiken, mit Gott in Beziehung zu treten.....	6
5. Motivation für das Führen eines Gebetstagebuches.....	7
a. Gebetstagebuch.....	7
6. Anregungen zum Umgang mit Gebetserfahrungen.....	8
a. Gebetstagebuch (Praxis).....	8
7. Anhang: Tabellen zur Erarbeitung.....	9
a. Das Bedeutsamste auf dem Hintergrund von Erfahrungen auch mit Leid.....	9
b. Gottesbeziehungen der Bibel auf dem Hintergrund von Erfahrungen auch mit Leid I.....	10
c. Gottesbeziehungen der Bibel auf dem Hintergrund von Erfahrungen auch mit Leid II.....	11
d. Auswertung der Gottesbilder.....	12
e. Vorüberlegungen und -entscheidungen für ein Gebetstagebuch.....	13

Persönlichkeitsentfaltung durch Beziehung zu Gott (im Gebet)

1. Einleitung: Eine bedeutsame Erfahrung mit Persönlichkeitsentfaltung im Gebet

Persönlichkeitsentfaltung als Wiederherstellung und Perspektivwechsel durch Beziehung zu Gott (im Gebet)

Wenn der Mensch auf die Welt kommt, erfährt er wohl i.d.R. Zuwendung und Beruhigung als Baby und kleines Kind durch seine Eltern. Je älter er wird, desto größer werden die Herausforderungen, die das Leben an ihn stellt. Früher oder später macht der Mensch Erfahrungen, die er als so negativ bewertet, dass sie einen bleibenden negativen Eindruck hinterlassen. Manche sprechen z.B. von Wunden¹, andere von Grundscherz². Das verformt das Erleben und Verhalten seiner Seele und kann bisweilen auch krank machen.

Suchen Sie sich etwas, **das Ihnen nachhaltig geschadet** hat. Denken Sie einmal darüber nach, **z.B.** im Bereich Schule. Wen empfinden Sie als Täter? **Vielleicht** Lehrer? Mitschüler? Freunde? Feinde? Bekannte? Sonst wer? Wenn Sie wollen, machen Sie sich ein paar Notizen, inwiefern Sie das in Ihren Erwartungen, Ihrem Verhalten, Ihren Haltungen gegenüber Leben und Mitmensch etc. verändert oder geprägt hat. Dann will ich auch von mir erzählen.

Hautleiden z.B. können ganz schön nervenaufreibend sein, besonders wenn sie **chronisch** sind und kein Arzt etwas wirklich Wirksames findet. Immer wenn ich mich mit einer bestimmten Aufgabe konfrontiert sah, hatte ich seit Herbst 2003 Angst, einerseits

meinem Chef, der durchaus sehr unangenehm auftreten konnte, wenn er mit mir unzufrieden war, und andererseits meinen „Kunden“ nicht zu genügen. Ich saß in der Klemme. Wenn ich die Arbeit zur Zufriedenheit meines Chefs erledigen würde, würde das meine „Kunden“ verärgern – so dachte ich. Umgekehrt, wenn ich den oberflächlichen Interessen meiner „Kunden“ entgegengekommen wäre, hätte das ein Donnerwetter seitens des Chefs bedeutet. Beides wollte ich vermeiden³. Beides ließ sich aber nicht miteinander vereinbaren. Dies verursachte meinerseits ein durch keine ärztliche Kunst dauerhaft zu heilende Erkrankung meiner Haut an der Stirn immer dann, wenn ich mit besagter Aufgabe betraut war.

Irgendwann fiel mir Folgendes auf: Ich hatte sowohl meinem Chef als auch meinen „Kunden“ gleichzeitig die größte Bedeutung in meinem Arbeitsleben zugeschrieben. Christlich gesprochen hatte ich sie beide zum alles entscheidenden Gott über mich erhoben. **Meine Seele war zum Schlachtfeld beider Götterheere geworden.** Mit Ekel ging ich höchst widerwillig an die erwähnte Arbeit. Regelmäßig hinterließ dieses Gemetzel verbrannte Erde: meine zerschundene Stirn. Das sollte sich aber durch eine klare Entscheidung in einem einzigen Gebet ca. 2008 ändern.

1 Eldredge, John: Der ungezähmte Mann. Brunnen. 2013, S. 86ff.

2 Seekamp, Helge / Herrendorf, Gero / Prentzel: Endlich leben! Brunnen. 2009, S. 43

3 Vgl. den Begriff der motivationalen Diskordanz bei Grawe, Klaus: Neuropsychotherapie. Hogrefe. 2004, S. 189f.

Persönlichkeitsentfaltung durch Beziehung zu Gott (im Gebet)

Gottes guter Einfluss bei Erledigung
60 der bestimmten Aufgabe war gestoppt gewe-
sen. Das war das Problem⁴. Seit ich sowohl
Chef, als auch „Kunden“ Gott in besagtem Ge-
bet untergeordnet habe, bekomme ich keinen
Hautausschlag mehr bei der Arbeit. Gott nach
65 christlicher Vorstellung soll für mich die
höchste Bedeutung haben. Ich erwarte von
Gott, dass er mich alles so erledigen lässt, dass
keine vernichtende Kritik mehr kommt, weder
von Seiten des Chefs, noch von Seiten der
70 „Kunden“. Er übernimmt alle Kritik am Kreuz
für mich. Das hat mich befreit. Ich benötige
keine Hautcremes oder -salben mehr. Der
Juckreiz an der Stirn ist fort, die Haut dort
schier und heil⁵.

75 Darüber hinaus erlebe ich Chefs nicht
mehr grundsätzlich als bedrohlich. Vielmehr
erwarte ich, dass Gott es (ggf. auch irgendwie)
gut meint, selbst wenn sich Menschen für mich
zunächst unangenehm äußern. „Kunden“ erle-
80 be ich mit größerer innerlicher Unabhängigkeit
und dadurch bedingt menschlicher als zuvor.
Ich habe also etwas **neu entdeckt und meine
Perspektive verändert**: dass Menschen in be-
stimmten Rollen, die mir Probleme bereiteten,
85 keine unüberwindliche Herausforderung be-
deuten müssen. Gott hat mein kindliches Le-
bensgefühl von Geborgenheit ein Stück **wie-
derhergestellt**. Die innerliche Distanz zu mög-
lichen Forderungen meiner Mitmenschen, die

90 mir Gott schenkt, bringt mich meinen Mit-
menschen paradoxerweise näher. Und oben-
drein fühle ich mich in meiner Haut wieder
wohler.

Solche **Erfahrungen der Wiederher-**
stellung und des Perspektivwechsels mit
Gott haben Millionen Menschen seit Jahrtau-
senden⁶ gemacht. Solche Erfahrungen sind
vielfältig in verschiedenen Lebensbereichen
und diversen Problemstellungen erfahrbar,
100 wenngleich nicht berechenbar. (Aber das ist ja
bei Medikamenten z.B. gegen Schmerzen oder
für Haut- und Atemprobleme auch nicht der
Fall.)

Diese Lerneinheit will Ihnen diesen Er-
105 fahrungsraum ein Stück weit erschließen, ggf.
erweitern oder vielleicht auch nur bewusster
machen. Atheisten oder Agnostiker müssen
nicht enttäuscht sein. Wer das Wort Gott nicht
mag, darf hier einfach von dem (vorläufig) Be-
110 deutsamsten in seinem Leben reden. Die Vor-
stellung davon darf während der gesamten Ler-
neinheit beibehalten, aber auch bei Bedarf er-
gänzt, modifiziert oder ersetzt werden. Das
bleibt ganz im Belieben eines jeden und einer
jeden: „Prüfet alles und behaltet das Gute“⁷.

4 Das ist die Macht der Sünde. Ich bewertete meine
Arbeit negativ (böse) wie Adam (nach Genuss der
Frucht vom Baum der Erkenntnis von Gut und
Böse) seinen Acker außerhalb von Eden.

5 Wer noch von einer weiteren Heilung lesen möchte,
lese dieses (dort auf S. 2, Z. 12ff.).

6 Vgl. Mk 1,15, Jesus z.B. forderte die Menschen, die
mit sich unzufrieden waren, vor ca. 2000 Jahren
dazu auf, ihre Perspektive zu wechseln („Buße tun“,
„umdenken“) und guten Neuigkeiten über Gott
(„Evangelium“) und sein Einflussgebiet („Reich
Gottes“) zu vertrauen.

7 1 Thess 5,21

Persönlichkeitsentfaltung durch Beziehung zu Gott (im Gebet)

Themen und „Material“	2. Persönlichkeitsentfaltung – Analyse dieser Erfahrung	Erledigt am
<p>a. Austausch über die Wirkung des Erfahrungsberichts</p> <p>Notizblock, Netbook</p>	<p>Lesen Sie den Erfahrungsbericht (s.o.) durch.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Denken Sie darüber und die Fragen (Z. 13-23) nach, • tauschen Sie sich schließlich darüber in der Lerngruppe aus und • formulieren Sie möglicherweise Kommentare oder Anfragen an den Text. 	
<p>b. Psychologische Analyse der Befriedigung seelischer Grundbedürfnisse und ihrer Bedingungen</p> <p>Notizblock / Netbook</p>	<p>Erklären Sie das Leiden in dem Erfahrungsbericht mit Grawes Konsistenztheorie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Arbeiten Sie dazu in Partnerarbeit aus dem Text „Konsistenztheorie von Klaus Grawe“ (→ ext. Link zu http://de.wikipedia.org/wiki/Konsistenztheorie_von_Klaus_Grawe) • die seelischen Grundbedürfnisse des Menschen sowie • die Begriffe <ul style="list-style-type: none"> ◦ „motivationale Schemata“ ◦ „Inkongruenz“ ◦ „Inkonsistenz“ ◦ „motivationale Diskordanz“ <p>im Zusammenhang heraus.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Skizzieren Sie die Zusammenhänge anhand eines Schaubildes dazu. • Erklären Sie den Begriff motivationale Diskordanz am Bsp. des Erfahrungsberichtes. • Vergleichen Sie die Befriedigung der Grundbedürfnisse im Erfahrungsbericht vor dem Gebet und nach dem Gebet. 	
<p>c. Potential dieser Lerneinheit und ihre Voraussetzungen</p>	<p>Diese Unterrichtseinheit vermittelt Ihnen</p> <ul style="list-style-type: none"> • potentiell eine christliche Methode zur Veränderung Ihrer Persönlichkeit <ul style="list-style-type: none"> • i.S. von Überwindung bisheriger Verhaltens- oder Verstehens-Barrieren, • Einüben neuer Verhaltensweisen, • ggf. neues Erfahren von Lebensglück, aber auch neuer Herausforderungen, • max. Finden oder Ausschärfen einer Lebensvision sowie • nebenbei ggf. Heilung von irgendwelchen körperlichen Leiden • durch <ul style="list-style-type: none"> • eine neue erkenntnistheoretische Sichtweise auf den Gottesbegriff, • ggf. erweiterte Möglichkeiten, Gott zu sehen und anzusprechen, auf der Grundlage v.a. der Psalmen und des Vaterunsers sowie der paulinischen Christologie. <p>Voraussetzungen sind</p> <ul style="list-style-type: none"> • materiell <ul style="list-style-type: none"> • ein Notizbuch DIN A5 als Tagebuch für Ihre Gedanken, • ein Internetzugang oder eine Bibel, ein PC/Laptop/Netbook/Tablet oder Papier und Kuli, • mental <ul style="list-style-type: none"> • die Bereitschaft, sich auf eine Auseinandersetzung mit möglicherweise fremden oder aufregenden Gedanken einzulassen. 	

Persönlichkeitsentfaltung durch Beziehung zu Gott (im Gebet)

Themen und „Material“	3. Die Suche nach dem Bedeutsamsten und Gott	Erledigt am
<p>a. Gottesbeweise und ihre Kritik</p> <p>Netbook</p>	<p>Vollziehen Sie die Gottesbeweise und ihre Kritik nach:</p> <ul style="list-style-type: none"> • den ontologischen und den • kosmologischen Gottesbeweis, • deren Widerlegung durch Kant sowie • eine Infragestellung (Analogiebegriff, Existenz als Sinngebung des Bedeutungsbegriffs, Frage nach der höchsten Bedeutung) deren. 	
<p>b. Auf der Suche nach dem persönlich Bedeutsamsten</p> <p>Netbook</p>	<p>Stellen Sie Überlegungen an, was</p> <ul style="list-style-type: none"> • für Sie persönlich das Bedeutsamste ist und • welche Beziehung Sie zum Bedeutsamsten im Lebenslauf, welche Gründe für Veränderungen Sie hatten, • halten Sie Ihre Ergebnisse in dieser Tabelle unten ggf. fest. <p>Tauschen Sie sich über Ideen des Bedeutsamsten aus:</p> <ul style="list-style-type: none"> • allgemeine Auswertung, nichts konkret Persönliches. <p>Lesen Sie den Text Profane Eschatologie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Visualisieren Sie ihn in Form einer Zeichnung und • überlegen Sie, was oder wer auf Ihrem „Richterthron“ alles sitzt. 	
<p>c. Profane Eschatologie als Anfrage an die Bibel – Wer ist Gott?</p> <p>Netbook</p>	<p>Bringen Sie Ihre Visualis. des Textes „Profane Eschatologie“ z.B. an die Tafel, Finden Sie sich in vier Gruppen zu ca. 2-4 SchülerInnen zusammen:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Arbeiten Sie die Gottesbeziehungen der Bibel auf dem Hintergrund von Erfahrungen auch mit Leid aus je einem der Texte in der Gruppe heraus. 2. Belegen Sie Ihre Behauptungen durch Kapitel- und Versangaben. 3. Tauschen Sie sich schließlich im Gruppenpuzzle (Methodenbeschreibung hier als ext. Link zur Wikipedia) über Ihre Ergebnisse zu allen Texten aus. Beziehen Sie als Verstehenshintergrund König Davids Schicksal mit ein. 4. Wiederholen Sie Aufgabe 1-3 anhand weiterer Texte. 	
<p>d. Die Vielfalt des biblischen Gottesbildes – seine Unbegreiflichkeit und seine Vielfalt an Beziehungsmöglichkeiten</p> <p>Netbook</p>	<p>Das Bilder- und Gleichnisverbot</p> <ul style="list-style-type: none"> • Formulieren Sie Ex 20,4-6 in eine einzige klare Aussage um! • Äußern Sie Thesen, welchen Sinn dieses Gebot haben könnte, und diskutieren Sie diese in der Lerngruppe! • Stellen Sie ein differenziertes Bild vom biblischen Gott und den Beziehungsmöglichkeiten zu ihm in der Lerngruppe her. Nennen Sie auch biblische Arten von Begegnung / Haltung eines Beters Gott gegenüber. Beziehen Sie dabei unbedingt Ex 20,4-6 ein! 	
<p>e. Vertiefung I – Perspektive und Wirkung</p> <p>Netbook</p>	<p>Die Perspektive auf Gott und ihre Bedeutung</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lesen Sie Lk 19,11-27, • skizzieren Sie <ul style="list-style-type: none"> • das jeweilige Gottesbild der drei Knechte, ihr jeweiliges Handeln • deren jeweiliges Schicksal und • leiten Sie daraus einen Zusammenhang ab! <p>LV: Kelleys Experiment (ext. Link zum FSI-Script „Sozialpsy., S. 8, blauer Kasten)</p>	
<p>f. Vertiefung II – Das Verhältnis der Gottesbilder zur Christologie des NT</p> <p>Netbook</p>	<p>Das Verhältnis zum gekreuzigten und auferstandenen Gott Jesus Christus</p> <p>Setzen Sie die Ergebnisse aus Psalmen, Ex 20,4-6 und Lk 19,11ff. ins Verhältnis zu</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sühne und Vergebung (Röm 3,24-26), • die unendliche Geduld Jesu als Gott (Lk 23,34; vgl. Röm 8,31-39 (Übers. Voigt), • Identifikation mit seinem Tod und seiner Auferstehung als Erneuerung des Ebenbildes Gottes im Menschen (vgl. Röm 6,3ff.). 	
<p>Anmerkung</p>	<p>Die Links zu den Bibelstellen weisen hier i.d.R. zur Lutherübersetzung auf dem Bibleserver.</p>	

→ [Zurück zum Inhaltsverzeichnis](#)

Persönlichkeitsentfaltung durch Beziehung zu Gott (im Gebet)

Themen und „Material“	4. Potentiale und Risiken einer Beziehung zu Gott	Erledigt am
<p>a. Nach Gottes Willen fragen und christliche Freiheit</p> <p style="text-align: right;">Netbook</p>	<p>Jak 1,5 Wenn aber jemandem von euch Klugheit fehlt, frage er den Gott, der allen aufrichtig gibt und der keine Vorwürfe macht. Und er [dieser Gott] wird es ihm geben. (Übersetzung der Stelle Jak 1,5 aus Fridericus Brandscheid: Novum Testamentum Graece et Latine. Herder. 1901 durch B. Voigt)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Überlegen Sie, in welchem Rahmen Gottes Klugheit Orientierungshilfe für den Umgang mit Mitmenschen geben wird! • Loten Sie das Potential und die Risiken dieser Bibelstelle aus! <p>Christliche Freiheit als Hintergrund dazu</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lesen Sie 1 Kor 6,12 (ext. Link zum Bibleserver) und 1 Kor 10,23f. (ext. Link zur Volxbibel). • Erarbeiten Sie daraus ein christliches Freiheitsverständnis im Spannungsfeld der höchsten Gebote (Mt 22,34-40; ext. Link zum Bibleserver). • Arbeiten Sie den Rahmen für Gottes Klugheit (s.o.) als Orientierungshilfe zum Umgang mit Mitmenschen aus den Versen heraus! <p>Potential des biblischen Gottes als Coach</p> <ul style="list-style-type: none"> • Loten Sie nun das Potential bzw. die Risiken des biblischen Gottes als Coach aus. 	
<p>b. Potentiale und Risiken, mit Gott in Beziehung zu treten</p> <p style="text-align: right;">Netbook</p>	<p>Erarbeitung von Potentialen und Risiken, mit Gott in Beziehung zu treten</p> <p>Äußern Sie für sich begründet Vermutungen,</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ wie Gebet zum biblischen Gott aussehen kann, <ul style="list-style-type: none"> ▪ wie und mit welchen Mitteln Leid bewältigt werden kann, ○ wie Veränderung der Persönlichkeit sein könnte, i.S. von <ul style="list-style-type: none"> ▪ Überwindung bisheriger Verhaltens- oder Verstehens-Barrieren, ▪ Einüben neuer Verhaltensweisen, ▪ ggf. neuem Erfahren von Lebensglück, aber auch neuen Herausforderungen, ○ wie man max. eine Lebensvision ausschärft oder neu findet ○ bzw. ggf. Heilung erfahren könnte, <p>aber ggf. auch, welche Gefahren Sie darin sehen.</p> <p>Es bietet sich an,</p> <ul style="list-style-type: none"> • als Verstehenshilfe und Maßstab Grawes Konsistenztheorie, • als Beispiel eine Situation aus dem Leben von König David zu wählen. <p>Erarbeiten Sie Präsentationen zu den Potentialen und Risiken.</p> <p>Stellen Sie die Ergebnisse als Kleingruppe vor.</p>	

→ [Zurück zum Inhaltsverzeichnis](#)

Persönlichkeitsentfaltung durch Beziehung zu Gott (im Gebet)

Themen und „Material“	5. Motivation für das Führen eines Gebetstagebuches	Erledigt am
a. Gebetstagebuch	<p>Das Gebetstagebuch</p> <ul style="list-style-type: none"> • Warum ein Gebetstagebuch? Albert Ellis, Begründer der Rational-Emotive-Behavior-Therapy, sah als Atheist nicht in den Erlebnissen die Ursache für psychische Probleme, sondern in irrationalen Bewertungsmaßstäben des Erlebens. Ich meine, dass ein Christ irrationale Bewertungsmaßstäbe durch sinnvolle Maßstäbe im Gebet ersetzen kann. • Wenn Sie das Gebetstagebuch ausprobieren wollen, müssten Sie sich ein etwa DIN A5 großes Notizbuch mit über 100 Blankoseiten besorgen. Gestalten Sie es, wenn Sie mögen angenehm oder je nach Veranlagung auch gar nicht. Es empfiehlt sich für jeden Tag das Datum zu notieren. • Denken Sie nun noch einmal über Gott bzw. das Bedeutsamste in ihrem Leben (ggf. ergänzt durch biblische Vorstellungen davon) gem. Tabelle nach. Bei Interesse können Sie auf der nächsten Seite z.T. noch weitere Seiten des biblischen Gottes kennen lernen. Füllen Sie die Tabelle aus (<i>falls Sie dieses Blatt als Ausdruck erhalten haben, bitte mit Bleistift, sodass Sie Ihre Haltungen gem. Ihren Erfahrungen später ggf. verändern bzw. erweitern können.</i>) 	

→ [Zurück zum Inhaltsverzeichnis](#)

Persönlichkeitsentfaltung durch Beziehung zu Gott (im Gebet)

Themen und „Material“	6. Anregungen zum Umgang mit Gebetserfahrungen	Erledigt am
<p>a. Gebetstagebuch (Praxis)</p> <p>Notizbuch</p>	<p>Das Gebetstagebuch (Praxis)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Schauen Sie sich Ihre Entscheidungen an und setzen Sie sie, wenn Sie mögen, mit Hilfe von Gebet und Gebetstagebuch um. • Kleben Sie die Tabellen dann (s.u.) in das Gebetstagebuch ein. • Denken Sie nach längeren Zeiträumen einmal darüber nach, was sich verändert hat. Darf ich Ihnen Anregungen zur Interpretation geben? <ul style="list-style-type: none"> • Gab es Chaos? Das wäre normal. Jede Veränderung kann schmerzhaft sein. Denken Sie daran, wie es war, als sie Fahrrad, Inliner oder Schlittschuh fahren lernten. Der erste Sturz war nicht der letzte, vielleicht gab es sogar mal blutige Knie – was ich Ihnen nicht wünsche. Wenn der Himmel dennoch hell über Ihnen scheinen darf, können Sie Ihr Ziel im Auge behalten. Paulus z.B. hatte einiges unterwegs auf seinen Reisen zu leiden (2 Kor 11,25ff.) und doch verfolgte er sein Ziel immer weiter, bis er Christus im Mittelmeerraum soweit verkündet hatte, dass Rom die neue Religion 250 Jahre später sogar anerkannte und sich ihr 320 Jahre später sogar verschrieb. <ul style="list-style-type: none"> ◦ Sollten Sie mit bestimmten Dingen nicht fertig werden, suchen Sie je nachdem einen Arzt, Psychotherapeuten oder Seelsorger auf. • Gab es für Sie in den letzten Wochen Segen? Gab es Trost? Gab es Frieden? Gab es gewünschte Veränderung? Notieren Sie das, immer wieder. Vielleicht gehen Sie die Liste oben erneut durch und erweitern Ihr Bild vom Bedeutsamsten. Ihm zu danken bedeutet für Sie Erinnerung an Ihr Vorankommen und damit Ihre Stärkung. Ihn an die erste Stelle zu setzen kann für Sie Kraft, Klarheit und Unabhängigkeit bedeuten. • Ich ermutige Sie in keinem Falle dazu, etwas zu tun, was Folgendem entgegensteht: <ul style="list-style-type: none"> • dem Gebot „Liebe deinen Nächsten <u>wie dich selbst</u>“ (Mt 22,34-40), • Paulus‘ Hinweis, sich nicht abhängig von irgendetwas (außer Christus) zu machen, • oder der Menschenwürde, wie sie aus dem Wert des Menschen entspringt, dass Gott in Christus sogar bereit war, sich für den Menschen am Kreuz zu opfern. <p>• Diskutieren Sie kritisch über diese Anregungen.</p>	

→ [Zurück zum Inhaltsverzeichnis](#)

Persönlichkeitsentfaltung durch Beziehung zu Gott (im Gebet)

7. Anhang: Tabellen zur Erarbeitung

Vorbemerkung: Füllen Sie diese Tabelle bei Bedarf nur im Kopf aus oder treffen Sie Maßnahmen, Ihre Aufzeichnungen vor Mitschülern geheim zu halten.

<i>a. Das Bedeutsamste auf dem Hintergrund von Erfahrungen auch mit Leid</i>		
Persönlicher Bezug	Individuelle Vorstellungen	Mögliche Ursachen
Umgang mit Leid vor dem Bedeutsamsten <ul style="list-style-type: none"> • Art der Äußerung (auch inhaltlich) • Haltung gegenüber dem Bedeutsamsten • Verarbeitung von Emotionen 		
Des Bedeutsamsten <ul style="list-style-type: none"> • Kompetenz(bereich) • Güte • Vision 		
Hilfegrad bei Veränderung der Persönlichkeit i.S. von <ul style="list-style-type: none"> • Überwindung bisheriger Verhaltens- oder Verstehens-Barrieren, • Einüben neuer Verhaltensweisen, • ggf. neues Erfahren von Lebensglück, aber auch neuer Herausforderungen, • max. Finden oder Ausschärfen einer Lebensvision 		
Was wäre hier wünschenswert, dass das Bedeutsame noch an Bedeutsamkeit hinzugewönne?		

→ [Zurück zur Übersicht](#)

Persönlichkeitsentfaltung durch Beziehung zu Gott (im Gebet)

<i>b. Gottesbeziehungen der Bibel auf dem Hintergrund von Erfahrungen auch mit Leid I</i>				
Gruppe	A: Ps 22 <small>(ext. Link zur Volxbibel)</small>	B: Ps 88 <small>(ext. Link zur Volxbibel)</small>	C: Ps 136 <small>(ext. Link zur Volxbibel)</small>	D: Lk 11,2-13 <small>(ext. Link zur Volxbibel)</small>
Umgang mit Freud und Leid vor Gott <ul style="list-style-type: none"> • Art des Gebets • Haltung gegen Gott • Verarbeitung von Emotionen 				
Gottesbild <ul style="list-style-type: none"> • Kompetenz • Moral • Vision 				
Vergleich mit persönlichen „Gottes“bildern (optional)				
Erweiterungspotential für die eigene Vorstellung vom Bedeutsamen? (optional)				

→ [Zurück zur Übersicht](#)

→ [Beispielhafte Lösung](#)

Persönlichkeitsentfaltung durch Beziehung zu Gott (im Gebet)

<i>c. Gottesbeziehungen der Bibel auf dem Hintergrund von Erfahrungen auch mit Leid II</i>				
Gruppe	A: Ps 6 <small>(ext. Link zur Volxbibel)</small>	B: Ps 94 <small>(ext. Link zur Volxbibel)</small>	C: 139 <small>(ext. Link z. Bibleserv.)</small>	D: Ps 30 <small>(ext. Link zur Volxbibel)</small>
Umgang mit Freud und Leid vor Gott <ul style="list-style-type: none"> • Art des Gebets • Haltung gegen Gott • Verarbeitung von Emotionen 				
Gottesbild <ul style="list-style-type: none"> • Kompetenz • Moral • Vision 				
Vergleich mit persönlichen Gottesbildern (optional)				
Austausch über Ursachen für Unterschiede (optional)				

→ [Zurück zur Übersicht](#)

→ [Beispielhafte Lösung](#)

Persönlichkeitsentfaltung durch Beziehung zu Gott (im Gebet)

d. Auswertung der Gottesbilder		
Gottesbild	Mögliche Haltungen gegenüber Gott	Regulation von Emotionen

→ [Zurück zur Übersicht](#)

→ [Beispielhafte Lösung](#)

Persönlichkeitsentfaltung durch Beziehung zu Gott (im Gebet)

e. Vorüberlegungen und -entscheidungen für ein Gebetstagebuch

Gott	Potentiale und Risiken, die Sie darin für Ihre Entwicklung und Ihr Wohlbefinden sehen	Entscheidung zur Übernahme als regelmäßige oder potentielle Gebets-handlung bzw. Ablehnung
... Leid und Last klagen, auch ohne jedes Lob für Gott (Ps 88),		
... Leid und Last klagen, in voller Hoffnung auf Gott auch angesichts von totaler Hoffnungslosigkeit (Ps 22),		
... Rachewünsche äußern (Ps 94),		
... überschwenglich danken (Ps 136),		
... nach veränderbaren Bereichen im eigenen Verhalten fragen (Ps 139,23),		
... um Vergebung bitten (Lk 11,4; Ps 6),		
... vergeben (Lk 11,4),		
... nach Klugheit z.B. zur Veränderung fragen (Jak 1,5),		
... um Befreiung von Zwängen bitten (Mt 7,7-11 ; ext. Link zum Bibleserver),		
... loben (Ps 30),		

Persönlichkeitsentfaltung durch Beziehung zu Gott (im Gebet)

Gott	Potentiale und Risiken, die Sie darin für Ihre Entwicklung und Ihr Wohlbefinden sehen	Entscheidung zur Übernahme als regelmäßige oder potentielle Gebets-handlung bzw. Ablehnung
... als letztlich Un- erforschlichen im Bewusstsein haben (Ex 20,4),		
... als Licht (der Hoffnung) über al- les Dunkel im All- tag setzen (Joh 8,12 ; ext. Link zum Bibleserver),		
... im Bild als Bezwinger des interpersonalen Bösen in einer Situ- ation des Alltags morgens für den kommenden Tag einsetzen,		
... auf den Thron: Platz 1 in der Seele setzen – als gekreuzigten Richter über alles : Christus,		
... und seinen Na- men heiligen (Lk 11,2).		

→ [Zurück zur Übersicht](#)