

21 TAGE

2024

Du + Gott  
Gemeinde  
Hamburg

**Gemeinsam  
Gott erleben  
Hamburg lieben**

# GEBET & FASTEN



2. - 22. September

## ANBETUNGSABEND

Wir starten am Sonntag,  
**1. September, 19 Uhr**, mit einem  
Lobpreis- und Anbetungsabend in  
unsere Gebets- und Fastenzeit.

## FRÜHGEBET

Von **Montag bis Freitag** treffen wir  
uns jeweils von **6.30 bis 7.00 Uhr**  
auf Zoom für das gemeinsame  
Morgengebet.

## ZOOM-LINK

Den Zoom-Link für die  
**Morgengebete** findet ihr unter  
cgbs.hamburg/gebet.

## ABENDMEDITATION

Von **Montag bis Freitag** gibt es  
jeden Abend eine Abendmeditation,  
mit der ihr persönlich gemeinsam  
mit Gott den Tag beschließen könnt.  
Die Meditation wird über den  
Telegram-Channel und unsere  
Podcast-Plattformen veröffentlicht.

## GEBET FÜR GEISTESGABEN

Am Mittwoch, **4. September, 19.30  
Uhr**. Wir kommen als Gemeinschaft  
im Gemeindehaus zusammen und  
beten für Erfüllung mit Gottes Geist.  
Wir beten füreinander für Geistes-  
gaben – egal, wie sehr du mit dem  
Thema vertraut bist.

## SOAKING-ABEND

Am Mittwoch **11. September,  
19:30 Uhr** im Gemeindehaus: Zeit  
in Gottes Gegenwart verbringen,  
sich auf Gott ausrichten und zur  
Ruhe kommen.

## ABSCHLUSS

Gebet für Barmbek-Süd:  
**Sonntag, 22. September**, nach dem  
12-Uhr-Gottesdienst. Im Anschluss  
an den Gottesdienst gehen wir in  
Teams dann in den Stadtteil, um  
für unsere Nachbarschaft zu beten  
und sie zu segnen.

# GEBETS- ANGEBOTE

# 21 TAGE GEBET & FASTEN

Wir starten als Gemeinde bewusst  
mit einer dreiwöchigen Zeit des  
Gebets in das zweite Halbjahr 2024.  
Dahinter steckt unsere Erfahrung  
und tiefe Überzeugung, dass nicht  
nur unser persönliches geistliches  
Leben, sondern auch das unserer  
gesamten Gemeinde von der  
**Begegnung mit Gott** im Gebet  
abhängig ist.

Durch diese Zeit des Gebets und  
Fastens drücken wir unseren  
Glauben aus, dass das, was unsere  
Gemeinde und unser Leben verän-  
dern wird, nicht unsere Aktivität,  
unser Einsatz oder unsere Leistung  
sein werden, sondern das **Wirken  
von Gottes Geist**.

Was könnte es deshalb Wertvolleres  
geben als eine Zeit des Gebets, in  
der wir unsere Abhängigkeit von  
Gott bekennen und uns ihm ganz  
anvertrauen.

In der ersten Woche legen wir  
den Fokus auf unsere persönliche  
Gottesbeziehung. » **Du & Gott** «

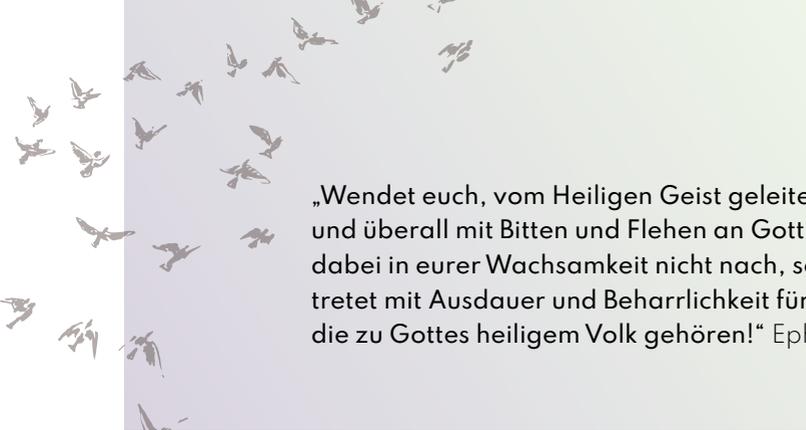
In Woche zwei beten wir für  
Anliegen aus unserer Gemeinde.  
» **Du & die Gemeinde** «

In der dritten Woche wenden wir  
uns schließlich Anliegen aus unserer  
Stadt zu. » **Du & Hamburg** «

Diese Drei Wochen des Gebets  
spiegeln damit die Ausrichtung  
unserer Gemeinde wieder. Wir  
wollen „Gemeinsam Gott erleben  
und Hamburg lieben.“

*Wir freuen uns, dass ihr mit  
dabei seid!*





„Wendet euch, vom Heiligen Geist geleitet, immer und überall mit Bitten und Flehen an Gott. Lasst dabei in eurer Wachsamkeit nicht nach, sondern tretet mit Ausdauer und Beharrlichkeit für alle ein, die zu Gottes heiligem Volk gehören!“ Epheser 6,18

## WAS HAT GOTT DURCH SOLCH EIN GEBET IN DER GESCHICHTE DER CGBS BEWEGT?

Ich bin als Kind in die Gemeinde gekommen und habe als erstes die Herzlichkeit und Freundlichkeit der Kindermitarbeiterin im Gottesdienst einer damals sehr kleinen Gemeinde mit ca. 20-30 Besuchern erfahren, die sich sonntags in einem Schulklassenraum (bis 1964) traf.

Als Jugendliche haben wir in der Gemeinde dann später in den Gesprächen mit den älteren Frauen und Männern erfahren, dass sie nach dem Krieg sonntags in den „Heiligungs-Stunden“ mit Bedauern festgestellt hatten, dass die Generation ihrer Kinder wegblieb. Das hat sie veranlasst, anhaltend zu beten für das Hinzukommen von Kindern und Jugendlichen – und zu einer Spendenbereitschaft, die dann die Anstellung des ersten jungen (25 Jahre) Pastors Reiner Tudzynski und den Kauf einer Stadtvilla in Barmbek-Süd (Wagnerstr. 32) ermöglichten.

Wir haben als Jugendliche dann die Entwicklung einer kleinen, nach innen gerichteten Gemeinde zu einer missionalen, evangelistischen Gemeinde erlebt. Unser treuer Gott hat uns mit Segen beschenkt, Menschen haben den Weg zu Gott gefunden, ihre Geistes-Gaben und Talente entdeckt und hingebungsvoll eingesetzt. In der Gemeinde-Leitung haben wir seitdem über die Jahrzehnte immer wieder im Gebet und der Erwartung der Führung durch den Heiligen Geist die wichtigen Entwicklungsschritte erbeten und erlebt:

### 1978 den Kauf und Umbau der Gebäude in der Gluckstr. 7

mit Überwindung vieler Hindernisse im Gebet und mit Opferbereitschaft an Geld (Verdoppelung der Spenden) und Eigenleistungen am Bau (jeden Samstag über ca. ein Jahr)

**1993 das Gemeindegründungsprojekt in Lüneburg.** Nach einem Jahr mit von Hamburg aus durchgeführten Sonntagabend-Gottesdiensten in Lüneburg gab es in Gemeindeleitungstreffen klare Wegweisung im Gebet, in Prophetien und innerem Frieden, den leitenden Pastor Reiner Tudzynski mit seiner Frau nach Lüneburg freizusetzen, den damaligen Vikar freizugeben (nach NRW) und zu vertrauen: „Gott wird uns versorgen und führen – auch in Hamburg!“ Das war emotional für viele Gemeindeglieder damals kein leichter Weg, aber ein von Gott gesegneter: Unsere erste Tochtergemeinde wuchs gesund heran (Matthäus-Gemeinde Lüneburg) und die Christus-Gemeinde Hamburg erlebte Gottes Treue (trotz einem Jahr ohne Pastor).

### 1996 kann dann Sven Godau als neuer Pastor eingestellt werden.

Weitere Entwicklungen sind durch Gebet und Reaktion auf Gottes Segen in der Gemeinde auf den Weg gebracht:

### 2005 Gemeinde-Gründung Christus Gemeinde Barmbek-Nord

**2009 Gemeinde-Gründung als Aufteilung der Gemeinde** in eine am Sonntag und eine am Samstag, beide zunächst in der Gluckstraße

**2013** wird die „Samstag-Gemeinde“ nach Ankauf von Räumlichkeiten in der Haldesdorfer Straße die **Christus Gemeinde Bramfeld**.

Das Gemeindeleben bleibt spannend in dem, was unser wunderbarer GOTT in uns und durch uns auf den Weg bringt. Ihr Jüngeren, fragt die Älteren. Ihr Älteren, fragt die Jüngeren, was sie mit Gott erleben, was sie inspiriert, begeistert und was sie von Gott für unsere Gemeinde und unsere Stadt erwarten. Wir sollten uns gegenseitig anfeuern, für die Dinge zu beten, die Gott durch den Heiligen Geist noch tun möchte!

„Seid allezeit fröhlich, betet ohne Unterlass, seid dankbar in allen Dingen; denn das ist der Wille Gottes in Christus Jesus für euch. Den Geist löscht nicht aus.“ (1.Thessalonicher 5,16-19)

Euer Reinhard Saß





# Beten mit dem Körper



„Wir falten jetzt die Hände, damit wir uns konzentrieren können und uns nicht irgendwie ablenken.“ So oder so ähnlich wurde mir als Kind das Hände-Falten beim Beten erklärt. In der westlichen Welt, in der wir leben, zeigt dies, wie oft wir Geistliches vom Körperlichen trennen. Glauben – Beten, das passiert (vor allem) im Innern. Deswegen stellen wir uns lieber ruhig, damit wir mehr Kapazität haben, unseren Kopf zu gebrauchen.

**Doch wir kennen es auch anders:** Ob wir zum „Vaterunser“ aufstehen, im Lobpreis die Hände heben oder knien – ja, auch Singen ist etwas Körperliches –: Wir nutzen einen Teil unseres Körpers, um Gott anzubeten.

**Die Bibel ist in einer Kultur geschrieben worden,** in der Körper und Geistliches nicht so stark auseinandergehalten wurden. Für Paulus bedeutet es, den Körper nicht durch Sünde zu verschmutzen, da er der Wohnort Gottes ist.

**David schreibt dagegen in den Psalmen:** „Gott, du bist mein Gott, den ich suche. Es dürstet meine Seele nach dir, mein Körper verlangt nach dir.“ Mit allem, was wir sind – Körper und Geist –, können wir uns von Gott wegbewegen oder ihn suchen.

**Reine Bewegungen sind erst einmal inhaltslos.** Wir können sie mit Inhalt füllen, aber das Heben unserer Arme bedeutet an sich nichts. Ob es zum Aufmerksamkeits-Gewinner im Unterricht, einer verbotenen national-sozialistischen Geste oder einem Ausstrecken nach Gott wird, kommt auf Intention und Kontext an. So ist es weder unser Wunsch, leere Rituale einzuüben noch solche einzuüben, deren Intention gottesfeindlich ist.

## Welche Bewegungen können uns also helfen zu beten?

**Zum einen bringt der Körper das Innere nach außen:** Unsere Gedanken und Gefühle drücken wir bewusst (Sprache, Gestik, Mimik) oder unbewusst (Körperhaltung, Blicke) aus. Im Gebet kann dies durch Ausstrecken unserer Hände z. B. als Ausstrecken zu Gott, Hinknien als Ausdruck unserer Ehrfurcht, Hinhalten der offenen Handflächen, welches unsere Bereitschaft zu empfangen erweist oder Tanzen aus Freude passieren.

**Zum anderen spricht der Körper auch wiederum zu unserem Innern.** Die Bewegungen und Körperhaltungen wie das Ausstrecken der Arme können unser Denken und Fühlen beeinflussen. Dabei geht es nicht darum, uns zu anderen Gefühlen zu manipulieren. Stattdessen gibt es uns die Möglichkeit, dass wir uns durch bestimmte Körperübungen Gottes Wirken emotional öffnen können. Anders gesagt: Wir haben die Möglichkeit, z. B. unsere Offenheit für oder Sehnsucht nach Gott zu steigern, wenn wir das wollen, auch wenn wir es nicht fühlen.

Bewegungen dieser Art, die weniger Bedeutung mit sich tragen und vor allem einen Effekt zum Ziel haben, sind Atem-, Entspannungs- sowie Aufwärmübungen. Sie helfen uns zur Ruhe zu kommen oder machen uns wacher und aufmerksamer.

**Stärker mit Bedeutung gefüllt sind Bewegungen, die uns an unsere inneren Überzeugungen erinnern,** wie das Anstecken der Ringe auf einer Hochzeit. Dazu gehört das biblische Handauflegen zum Segnen oder Salben von Kranken, aber auch das für uns fremde Rosenkranz-Gebet. Die Spitze dieser mit Bedeutung gefüllten Handlungen sind Abendmahl und Taufe. Eine sehr alte Bewegung dieser Kategorie ist das Kreuzzeichen, bzw. das „Sich-Bekreuzigen“, das es seit dem zweiten Jahrhundert nach Christus gibt. Neben der offensichtlichen Erinnerung an die Erlösungstat Christi am Kreuz werden je nach Tradition auch weitere Glaubenssätze (z. B. Dreieinigkeit Gottes) symbolisiert. So kann man sich durch eine Bewegung das Evangelium zusprechen.

Wenn wir beten, beten wir mit unserer ganzen Person. und dazu gehört auch unser Körper. In der ersten Woche findet ihr bei den Gebetsimpulsen Ideen, wie ihr euren Körper in euer Gebet miteinbeziehen könnt.

# Fasten — Gottes Kraft in meiner Schwäche erfahren

Fasten, das bewusste Verzicht auf Essen, war durch die Geschichte hindurch eine der zentralen geistlichen Übungen der Nachfolger von Jesus. Lange Zeit war es üblich, dass Christen an zwei Tagen in der Woche bis zum Sonnenuntergang fasteten. Doch die Praxis des Fastens ist in unserer Zeit unter Christen deutlich weniger präsent. Das mag einerseits mit dem Fokus zusammenhängen, den unsere Kultur auf körperlichen Genuss legt.

Andererseits neigen wir in der westlichen Welt dazu, uns in unserer Beschäftigung mit Gott auf unser Denken zu konzentrieren, während unser Körper eine deutlich geringere Rolle spielt. Die Bibel lehrt uns dagegen jedoch eine ganzheitliche Sicht auf den Menschen. Unser Körper ist ein wichtiger Teil dessen, wer wir sind und wie wir uns Gott nähern.

## „MEINE NAHRUNG IST, DASS ICH DEN WILLEN DESSEN TUE, DER MICH GESANDT HAT“ (JOH. 4,32)

Wenn wir fasten, verzichten wir auf das Essen, um uns mit unserem ganzen Körper Gott hinzugeben. Wir öffnen uns für Gottes Wirken und stellen uns ihm zur Verfügung — nicht nur durch unsere Gedanken und unseren Intellekt, sondern auch durch unsere Körper. Dadurch geschieht Folgendes:

**1) Fasten kann uns zeigen, was uns kontrolliert.** Durch das Fasten setzen wir uns bewusst einer gewissen Schwäche aus. Dies kann dazu führen, dass das, was unter der Oberfläche in uns brodelt, für uns sichtbar wird. Wir können erkennen, wo wir von Neid oder Ärger bestimmt sind, welche Rolle Genuss für unsere Zufriedenheit hat und wo unser Herz nicht auf Gott ausgerichtet ist. Richard Foster schreibt: „Wir decken das, was in uns ist, mit Essen und anderen guten Dingen zu, aber im Fasten kommen diese Dinge an die Oberfläche.“

**2) Wir erfahren Gottes Kraft in unserer Schwäche.** Als Jesus zu Beginn seines Wirkens 40 Tage fastete (Matthäus 4), sagte er: „Der Mensch lebt nicht nur von Brot, sondern von jedem Wort, das aus Gottes Mund kommt.“ In seinem Fasten und dem Moment körperlicher Schwäche deutet er an, dass es eine andere Kraft gibt, die uns trägt und erhält: Ein Leben aus

Gottes Worten, gestärkt von Gottes Kraft. Im Fasten setzen wir uns einer gewissen körperlichen Schwäche und einem Mangel aus, um Gottes Kraft in unserer Schwäche zu erfahren.

**3) Wir stärken den Geist und schwächen das Fleisch.** Indem wir auf Genuss verzichten, lernen wir die z.T. ungeordneten Sehnsüchte unseres Körpers, die die Bibel „das Fleisch“ nennt, zu kontrollieren. Wir öffnen uns für Gottes Geist und schaffen dadurch Raum, dass er in unserem Leben wirkt und uns erfüllt.

## WIE KANN ICH WÄHREND DER GEBETSZEIT PRAKTISCH FASTEN?

- ♦ Faste einen Tag in der Woche bis zum Abendessen. Such dir einen Tag aus, der für dich gut funktioniert. Falls ein Tag bis zum Abend für dich zu Beginn zu lang ist, brich dein Fasten früher, z. B. bereits am Mittag. Beginne langsam und nicht überambitioniert. Wir wollen lernen, Fasten als regelmäßige Übung in unser Leben zu integrieren. Dazu gehört ein Prozess des Lernens.
- ♦ Nutze die Zeit, die du durch das Essen einsparst, für Gebet. Lass deine Sehnsucht nach Essen und das Gefühl des Hungers dich an deine Sehnsucht und deinen Hunger nach Gott erinnern. Suche dir für deinen Fastentag einen Bibelvers, z. B. aus der täglichen Morgenmeditation, den du den Tag über betest.

### Tipps

- ♦ Nimm ausreichend Flüssigkeit zu dir, während du fastest.
- ♦ Reduziere an deinem Fastentag auch andere Aktivitäten. Gestalte diesen Tag bewusst ruhiger, damit du präsenter bist für Gott und das, was er in deinem Leben tun möchte.
- ♦ Sei nicht entmutigt, wenn du das Fasten nicht direkt als „wirkungsvoll“ erlebst, oder es vor allem anstrengend oder unangenehm ist. Der Sinn geistlicher Übungen ist nicht, das zu kontrollieren, was geistlich geschieht, sondern uns auf Gott auszurichten und ihm hinzugeben.

### TAG 1 ≈ ERWARTUNGSVOLL

#### KÖRPER & GEBET

Zum Start in die Gebetszeit stellen wir uns einen Wecker auf zwei Minuten. In dieser Zeit geht es einfach nur darum, auf ein langsames Ein- und Ausatmen zu achten. Gern kannst du diese Übung an den anderen Tagen als Start wiederholen. Zu mehr Infos darüber, was es heißt, mit dem Körper zu beten, siehe S. 6.

#### IMPULS

Heute beginnt unsere Zeit des Gebets. Natürlich ist Gebet nicht etwas, das wir auf drei Wochen im Jahr beschränken, sondern wir wollen in diesen drei Wochen intensiver, als wir es sonst im Jahr machen, vor Gott treten und ihn suchen, weil wir glauben, dass Gott sich freut und diese Ausrichtung auf den Höchsten uns als Gemeinde gut tut. Wir wollen von Gott Großes erwarten und von ihm hören, was er zu sagen hat. Jesus hat uns dabei versprochen: „Denn wer bittet, der empfängt; und wer sucht, der findet; und wer anklopft, dem wird aufgetan“ (Lukas 11,10).

Deswegen wollen wir drei Wochen intensiv anklopfen und nach dem suchen, der all unsere Sehnsucht stillt. Was ist deine Erwartung an diese drei Wochen? Gibt es eine Bitte, die du für diese Zeit nicht loslassen willst? Dann schreib sie dir auf einen Zettel.

#### WIR BETEN

- ♦ Wir bringen unsere Gedanken, Sorgen und Erinnerungen vor Gott und geben sie bei ihm ab.
- ♦ Wir drücken Gott unsere Freude aus, nicht getrennt von ihm leben zu müssen, sondern vor ihn kommen zu dürfen.
- ♦ Wir bitten Gott, dass er unsere Erwartungshaltung groß macht.
- ♦ Wir bitten ihn, dass wir seine Liebe und seinen Geist auf neue Weise erfahren.



# Woche 1

# Du & Gott

# Gott erleben

## TAG 2 ≈ VOLLER STAUNEN

### KÖRPER & GEBET

Wenn wir Gott loben, heben wir unsere Arme. Wir bewundern seine Herrlichkeit, zu der wir uns ausstrecken. Was im Lobpreis für manche natürlich ist, geht auch ohne die Musik.

### IMPULS

In Psalm 145,3 singt König David: „Der HERR ist groß und sehr zu loben, und seine Größe ist unausforschlich.“ Wir können Gott nicht ganz verstehen, seine Größe sprengt unser Denken. Ob Länder, Kontinente, Welten oder Galaxien, nichts reicht an die Größe Gottes heran.

Wir können Gott nicht „ausforschen“, aber ihn trotzdem betrachten und darüber staunen, was und wie er ist. Der, der mit einem Fingerschnipsen den Mount Everest verschwinden lassen könnte und der in seiner Kreativität Milliarden an Gesteinen, Pflanzen und Tieren erdacht hat, freut sich, wenn wir über ihn staunen. Er schaut uns kleine Menschen an und freut sich, wenn wir seine Größe und Herrlichkeit loben.

### WIR BETEN

- ♦ Werdet euch der Größe und Vielseitigkeit Gottes bewusst, in dem ihr die Eigenschaften Gottes für euch aufzählt. Wenn es euch hilft, macht dies schriftlich. Lasst diese innere Liste euren Tag begleiten, sodass das, was ihr seht und hört, die Liste immer länger werden lässt.
- ♦ Wir loben Gott, weil so groß und mächtig er ist, sich doch für uns klein, nahbar und ein Stück weit verstehbar gemacht hat.

## TAG 3 ≈ DANKBAR IM HERZEN

### IMPULS

Gestern haben wir Gottes Größe bestaunt, besungen und beschrieben. Heute schauen wir dankbar darauf, was Gott schon getan hat. Oft vergessen wir, was Gott Gutes getan hat. In dieser Gemeinde haben wir schon oft Gottes Gnade und Reden gehört (siehe S. 4). Wo hast du persönlich Gottes direktes Eingreifen erlebt oder siehst seine treue Hand über deinem Leben? Wenn wir Gott danken, erkennen wir an, dass es nicht unser Wirken und auch nicht unser Anrecht ist.

Manchmal ist es aber schwer zu sehen, wo Gott am Wirken war oder ist. Dann wissen wir zumindest noch, dass Gott uns am Ende in sein Reich aufnimmt. So können wir mit Paulus sprechen: „Gott aber sei Dank, der uns den Sieg gibt durch unsern Herrn Jesus Christus!“ (1. Korinther 15,57)

### KÖRPER & GEBET

Wenn wir mit anderen beten, nutzen wir selbstverständlich unsere Stimme zum Beten. Doch auch in unserer persönlichen Gebetszeit hilft es uns, wenn wir mit Gott „reden“.

### WIR BETEN

- ♦ Wir danken Gott für unser Leben, das er uns Tag für Tag schenkt.
- ♦ Wir danken Gott für unser ewiges Leben, das er uns durch Jesus Christus zur Verfügung stellt.
- ♦ Wir bitten Gott, dass er uns die Augen für sein Wirken neu öffnet und die Undankbarkeit unseres Herzens bricht.

## TAG 4 ≈ VOLLER VERTRAUEN

### KÖRPER & GEBET

Wir bringen unser Anliegen vor den höchsten Thron. Um das und unsere Abhängigkeit von Gottes Wirken auszudrücken, können wir uns vor Gott hinknien, wie ein Bürger vor seinem König kniet.

### IMPULS

Wenn Gott mächtig ist und er uns (seinen Kindern) Gutes tun will, brauchen wir ihn nur zu bitten. Doch unsere Erfahrung lässt uns zweifeln, weil Gott unsere Gebet nicht alle erhört, wie wir es gehofft haben. Entgegen aller Erfahrung und Enttäuschung sagt Jesus: „Worum ihr im Gebet auch bittet, glaubt, dass ihr es empfangen habt, dann werdet ihr es auch erhalten“ (Matthäus 7,7).

Das fordert uns heraus, nicht nur unsere Anliegen vor Gott zu bringen, sondern auch mit Vertrauen zu kommen – mit dem Vertrauen, dass Gott es gut mit uns meint, aber auch, dass Gott uns tatsächlich gibt, was wir bitten. Es gibt eine Zeit für das Abwägen, warum Gott nicht genau das tut, was wir wollen, aber heute wollen wir gemeinsam Gott zutrauen, große Dinge zu tun und mit Glauben für uns und unsere Mitmenschen bitten.

### WIR BETEN

- ♦ Wir beten, dass Gott uns Glauben schenkt und unserem Unglauben hilft.
- ♦ Wir beten für all die Situationen in unserem Leben, in denen wir weiterhin auf Gottes Eingreifen warten.
- ♦ Wir bringen Gott die Menschen, bei denen wir uns Durchbrüche zum Licht wünschen.

## TAG 5 ≈ GNADE EMPFANGEN

### IMPULS

Wir können frei zu Gott reden, weil er das, was uns aufhält, weggenommen hat. Durch den Tod von Jesus Christus am Kreuz sind wir von Sünde und von Gottes Gericht befreit. Niemand kann uns diesen Status wegnehmen. Wir können aber unsere Verbindung zu Gott beeinträchtigen, wenn wir Sünden in unserem Leben freien Lauf lassen oder krampfhaft versuchen, sie zu verstecken. Doch schon im Alten Testament werden wir erinnert: „Wer seine Verfehlungen geheim hält, wird keinen Erfolg haben.“

Ermutigend ist dagegen die zweite Hälfte: „Aber wer sie bekennt und in Zukunft unterlässt, wird Barmherzigkeit erfahren“ (Sprüche 28,13). Gott begegnet unseren Fehlern, dem, was uns beschämt, mit Barmherzigkeit. Er schmeißt dich nicht weg, nur weil du nicht funktionierst. Er liebt dich.

### KÖRPER & GEBET

Wenn wir uns schämen, fällt uns Augenkontakt schwer – wir schauen auf den Boden. Verbinde in der Bitte um Vergebung deiner Sünden das geläufige Senken des Kopfes mit einem „Aufschauen“, weil wir nicht in der Scham bleiben sollen.

### WIR BETEN

- ♦ Wir bitten den Heiligen Geist, dass er uns Erkenntnis unserer Sünde schenkt.
- ♦ Wir bringen Gott unsere sündigen Taten, Gedanken und Einstellungen und bereuen es, anderen, von Gott geliebten Menschen geschadet zu haben.
- ♦ Wir machen uns bewusst, dass Jesus uns unsere Sünde abnimmt.

### KÖRPER & GEBET

Um uns die Vergebung durch Jesus noch bewusster zu machen, zeichnen wir mit unseren Finger ein Kreuz von der Stirn bis zur Brust und zwischen den Schultern. Er hat alles getan.

**TAG 6 ≈ DEIN SCHREI****IMPULS**

Auch wenn diese Welt vieles Schönes in sich trägt, ist sie in vieler Hinsicht kaputt. Vom Lebensstandard geht es uns in Deutschland so gut wie noch nie, und trotzdem gibt es Hass, Neid, Depression, Unfälle, Einsamkeit.

Vielleicht spürst du nicht nur diesen Schmerz für die Welt, sondern trägst deinen persönlichen Schmerz oder deine Wut mit dir herum. In all unserem Schmerz dürfen wir wissen: Jesus fühlt und weint mit, so wie er um seinen verstorbenen Freund Lazarus weinte (s. Johannes 11,35).

Gott hält es aus, wenn wir unsere Wut, Trauer und unseren Frust an ihm rauslassen. Deswegen wollen wir uns bewusst Zeit nehmen zu klagen. Wenn du nicht das Gefühl haben solltest, klagen zu müssen, dann klag doch für deine Geschwister im Glauben mit und nimm Teil an ihrem Leid.

**WIR BETEN**

- ♦ Wir klagen Gott die Missstände in dieser Welt und die Lücken in unserem Leben.
- ♦ Wir bitten, dass Gott uns sein Mitgefühl und seinen Trost mitspüren lässt.
- ♦ Wir bitten Gott um Kraft auszuhalten und Vertrauen auf seine Güte.

**KÖRPER & GEBET**

Wenn du an einem ungestörten Ort bist, kannst du versuchen, deinem Frust, deiner Trauer oder Wut mit der Lautstärke deiner Stimme Ausdruck zu verleihen.

**TAG 7 ≈ OHREN AUF****IMPULS**

In unserer schnellen und lauten Welt fällt es mir manchmal schwer, meinem Gegenüber richtig zuzuhören. Wie viel mehr Ruhe oder Aufmerksamkeit braucht es, Gottes Reden zu vernehmen.

Der später große Prophet Samuel erfährt als Kind zum ersten Mal Gottes Reden in der Stille, nämlich in der Nacht. Er hat zwar keine Ahnung, was da passiert, aber folgt treu den Anweisungen seines Lehrers, seine Ohren aufzumachen: „Da kam der HERR und trat herzu und rief wie vorher: Samuel, Samuel! Und Samuel sprach: Rede, denn dein Knecht hört“ (1. Samuel 3,10). Samuel war weder geübt darin noch wusste er was ihn erwartete, aber er war bereit, Gott zu sich sprechen zu lassen.

**KÖRPER & GEBET**

Öffne deine Hände – so, als würdest du etwas überreicht bekommen. So unterstützen wir unsere innere Erwartungshaltung, dass Gott zu uns reden will.

**WIR BETEN**

- ♦ Wir laden Gott mit einfachen, wenigen Worten ein, durch seinen Geist zu uns zu sprechen. Ihr könnt euch vorher gern einen Wecker stellen, so müsst ihr nicht auf Gott und die Zeit achten und könnt euch herausfordern, länger in dieser Haltung zu verbringen.
- ♦ Und dann verbringt die Zeit in der Stille und nehmt eine offene innere Haltung ein und wartet auf Gott.

# Woche 2

# Du & die Gemeinde

# gemeinsam



## TAG 8 ≈ AN DER LIEBE ERKENNBAR

### IMPULS

In einer seiner Abschlussreden gibt Jesus den Jüngern und damit seiner Gemeinde einiges an Hinweisen und Motivation mit. Und einer dieser einprägsamen Sätze lautet: „An eurer Liebe zueinander werden alle erkennen, dass ihr meine Jünger seid“ (Johannes 13,35). Jesus sagt uns, dass das Hauptmerkmal, woran man erkennen kann, dass wir Christen, also Christus zugehörig, sind, der liebevolle Umgang miteinander ist.

In einer wachsenden Gemeinde hat man die Möglichkeit, diese Liebe selektiv auszuleben und anderen eben aus dem Weg zu gehen. Doch Jesus meinte nicht, dass wir an einem Schauspiel von Liebe erkennbar werden, sondern an tatsächlich gelebter Liebe – besonders da, wo die Sympathie fehlt.

### WIR BETEN FÜR

- ♦ neue Erfüllung unserer Gemeinde mit Gottes Liebe
- ♦ Offenbarung unseres Mangels an Liebe oder unterschwelliger Konflikte
- ♦ Mut aufeinander zuzugehen, wo Distanz eingekehrt ist
- ♦ einen weiten Blick für neue Leute in unserer Gemeinschaft
- ♦ Mitgefühl mit den Trauernden und neidlose Freude an den Geschichten anderer



### TAG 9 ≈ UNSER BAUPROJEKT

#### IMPULS

Anfang des Jahres wurde klar, dass wir nicht so bauen können wie zunächst gedacht. Doch das Schöne ist, dass wir es uns nicht leisten können, räumlich nichts zu tun. Dafür schenkt uns Gott zu viele Menschen, ob groß oder klein. Wir feiern Gott dafür, dass er uns Grund gibt, unsere Räume groß zu machen, die Pflöcke weit zu stecken. Diese Gnade haben längst nicht alle Gemeinden.

#### WIR BETEN

- ◆ Dank für Wachstum und die Notwendigkeit neuer Räume
- ◆ Bitte um Gottes Weisheit und Führung bei baulichen und finanziellen Entscheidungen: dass wir glaubensvoll und verantwortungsvoll entscheiden
- ◆ Bitte um Freiheit im Bauteam und in der Gemeinde, ein neues Projekt anzugehen
- ◆ Bitte um Gunst bei Entscheidungsträgern in den Behörden
- ◆ Bitte um gesegnete Zusammenarbeit mit Fachleuten
- ◆ Bitte um Weitsicht für die Gemeindeleitung



### TAG 10 ≈ JUNGE GENERATION

**IMPULS:** Wir sind eine Gemeinde, die immer wieder durch das Investment in die jüngeren Generationen sowie deren Engagement aufgelebt ist. Unter anderem deshalb ist die junge Generation für uns immer besonders im Fokus. Wir beten heute für die Kinder und Jugendlichen in unserer Gemeinde und segnen sie.

#### SCHATZINSEL: UNSER KINDERGOTTESDIENST

- ◆ für Begegnungen mit Gott bei und sein Wirken unter den Kindern
- ◆ für Befähigung aller Mitarbeitenden durch den Heiligen Geist, Gottes gute Wahrheit in die Lebenswelt der Kinder hineinzusprechen
- ◆ für Weitblick und Wahrnehmen von Gottes Reden für die Team- und Gesamtleitenden

#### BICK: BIBEL-INTENSIV-CRASH-KURS

- ◆ für ein schnelles Zusammenwachsen der in zwei Wochen neu startenden Gruppe und das Entstehen von neuen Freundschaften
- ◆ für das neue Mitarbeiter-Team: Verständnis und Liebe sowohl untereinander als auch zu den Teens und Gottes Gedanken für das Lehren und Leiten
- ◆ für Erkenntnis der Liebe und Wahrheit bei den Teens

#### CONNECT: UNSERE JUGENDGRUPPE

Wir beten dafür, dass

- ◆ jede/r bei Connect Gottes Liebe erlebt und Jesus persönlich kennenlernt, an ihn glaubt und ihm vertraut. Wir wollen eine Jugendgruppe sein, die Jesus nachfolgt.
- ◆ Connect Gottes Geist immer wieder neu erlebt, angesteckt wird von seinem Feuer und jede/r, die/der neu dazu kommt, Teil unserer lebendigen Gemeinschaft wird.
- ◆ Connect mutig und offen ist, den Glauben an Jesus und seine gute Botschaft weiterzugeben.

## TAG 11 ≈ GEMEINDELEITUNG & TEAM

### IMPULS

Wir sind sehr dankbar für die Frauen und Männer, die ehren- und hauptamtlich in unserer Gemeinde Leitungsverantwortung übernehmen. Heute beten wir für unsere Gemeindeleitung sowie unser Team von angestellten Mitarbeitenden.

Jesus sagt: „Wer mir dienen will, der folge mir nach; und wo ich bin, da soll mein Diener auch sein“ (Joh 12,26). Für uns alle und umso wichtiger für unser Leitung gilt es, Gott da zu dienen, wo er ist. So soll nicht nur die Gemeinde und ihre Bereiche organisatorisch am Laufen gehalten werden, sondern das wahrgenommen werden, was Gott tun will und die Gemeinde dorthin mitgenommen werden. Das geht nicht ohne Gottes Geist und seine Führung – persönlich, im Team und von außen.

### WIR BETEN FÜR

**Führung** und Befähigung der Teams durch Gottes Geist, Hören von Gottes Reden und Treffen mutiger Entscheidungen aus Glauben

**Einheit** und Teamgeist in der Gemeindeleitung und in unserem hauptamtlichen Team

**Freude** und sich vertiefende Beziehungen im gemeinsamen Arbeiten

**Weisheit** im Umgang mit Herausforderungen und möglichen Konflikten.



**Daniel Schnepel**  
Pastor



**Matthias Voigt**  
Pastor



**Philip Quast**  
Pastor



**Antje von Mahren**  
Schatzinsel-Leitung



**Ruben Lambertus**  
Vikar



**Melina Glagowski**  
Trainee



**Judith Friedrich**  
Gemeindeleitung



**Ute Arnold**  
Gemeindeleitung



**Inga Gerckens**  
Gemeindeleitung



**Reinhard Saß**  
Gemeindeleitung



**Yannik Monien**  
Gemeindeleitung



**Alexandra Engst**  
Büroassistentin



## TAG 12 ≈ KLEINGRUPPEN

### IMPULS

Am 23. September starten wir in unsere nächste Kleingruppen-Phase. Es werden wieder viele verschiedene Kleingruppen angeboten – von Gruppen rund um Aktivitäten bis hin zu langfristigen Gruppen in verschiedenen Stadtteilen. Unsere Kleingruppen sind der Ort, wo wir das Leben und den Glauben miteinander teilen, wo wir gekannt sind und miteinander Gott tiefer kennenlernen. Wir beten heute für unsere Kleingruppen und ihre Leiterinnen und Leiter.

### WIR BETEN,

- dass wir intensive Gemeinschaft und gute Gespräche in den Kleingruppen haben
- dass die Teilnehmenden durch die Gruppen Gott tiefer kennen lernen und Schritte in ihrem persönlichen Glauben gehen
- dass die Leiterinnen und Leiter Kraft und Ideen haben, wie sie ihre jeweiligen Gruppen gestalten können
- dass Leute durch die Kleingruppen ihren Weg in geistliche Gemeinschaft finden und Gottes Familie auf diese Weise erleben
- dass von den Kleingruppen auch Segen für ihr Umfeld ausgeht.



### TAG 13 ≈ UNSERE MISSIONARE

#### IMPULS

Wir haben als Christus-Gemeinde momentan drei Missionare/innen ausgesandt, die in Deutschland und weltweit sich dafür einsetzen, dass Gottes Liebe die Menschen erreicht. Heute beten wir für sie. Wir beten für Christian Linkert, der mit der Vereinigten Deutschen Missionshilfe in Peru tätig ist. Für Fenja Giesmann, die mit Jugend mit einer Mission in der Schweiz arbeitet. Und für Nora Aust, die sich bei SHINE in Nürnberg dafür einsetzt, dass Schülerinnen und Schüler Gottes Liebe erleben können. Paulus ermutigt seine Gemeinde, wie sie ihm auf seiner Mission helfen können: „Auch ihr könnt dabei mithelfen, indem ihr für uns betet. Wenn viele das tun, werden dann auch viele Gott für die Gnade danken, die er uns erfahren lässt“ (2. Korinther 1,11). So wollen wir auch für unsere Missionare beten und Gott ehren für das, was er durch sie tut.

#### WIR BETEN FÜR

- ♦ neue und tiefere Erfahrungen von Gottes Liebe und Gnade, die ihnen die Sicherheit, Kraft und den Mut verleihen, die sie für ihren Dienst brauchen
- ♦ tiefe persönliche Beziehungen und Freundschaften, die ihnen Halt und Kraft sowie Geborgenheit geben
- ♦ Weisheit für die alltägliche Arbeit und Befähigung durch Gottes Geist
- ♦ Mut und Kraft für herausfordernde Situationen und offene Fragen.



### TAG 14 ≈ EINHEIT

#### IMPULS

Wir kehren zurück zur Abschlussrede von Jesus an die Gemeindestarter, seine Jünger. Jesus betet für sie und für uns: „Ich bete darum, dass sie alle eins sind – sie in uns, so wie du, Vater, in mir bist und ich in dir bin. Dann wird die Welt glauben, dass du mich gesandt hast“ (Johannes 17,21). Jeden Sonntag begegnen wir über hundert Menschen, die nicht in allem unserer Meinung sind und kommen trotzdem gemeinsam vor Gottes Thron. Auch wenn wir theologisch oder ethisch nicht einer Meinung sind und immer etwas anders machen würden als der Nächste, erleben wir eine durch Gottes Gnade geschenkte Einheit als seine Familie. Wir wollen dafür eintreten und uns verändern lassen, dass wir auch in der Zukunft auf das eine Ziel, Jesus Christus, schauen.

#### WIR BETEN

- ♦ Wir danken Gott, dass er uns in der langen Geschichte der Gemeinde mit Frieden und Einheit gesegnet hat
- ♦ dass Gott uns weiter in der Frucht der Demut und Freundlichkeit wachsen lässt
- ♦ dass Gott diese Gemeinde schützt vor Menschen, Themen oder Mächten, die uns entzweien wollen
- ♦ dass Gott unseren Blick auf Jesus und die Verbreitung seines Reiches immer wieder schärft.

### TAG 15 ≈ ARBEIT AUF DEM KIEZ | HEILSARMEE

**IMPULS** » EPHESER 6,12/JOHANNES 1,5

Hamburg ist bekannt für seine Reeperbahn. Neben seinem Tourismus und seinen Partys ist der Hamburger Kiez ebenfalls ein Hotspot für Armut und Menschenhandel, und vielen Menschen ist die geistliche Realität dort bewusst. Jesus war diesen Menschen schon damals nicht fern, und auch heute gibt es Organisationen wie die Heilsarmee, die mitten im Kiez Sozialberatung, Seelsorge, Gottesdienste, Duschen, Lebensmittel und warme Mahlzeiten anbieten. Auch für die Frauen in den Bordellen bietet die Heilsarmee Gebet und Hilfe an. Die Hilfe der Heilsarmee ist nicht nur praktisch, sondern greift auch auf, dass bei all diesen Themen letztendlich geistliche Mächte immer wieder versuchen, Leben anzugreifen.

#### GEBETSANLIEGEN

- ♦ Spürbare Hoffnung für Menschen, die bei der Heilsarmee Hilfe suchen: Liebe und Fürsorge Gottes spüren und Trost in ihrer schwierigen Situation erfahren
- ♦ Unterstützung der Organisation mit Personal und Spenden
- ♦ Offenheit und Möglichkeiten der Begegnung mit dem Evangelium: Mögen sie in den Angeboten der Heilsarmee Gelegenheiten finden, dem Glauben zu begegnen und eine persönliche Beziehung zu Gott zu entwickeln
- ♦ Aufbau von langfristigen und vertrauensvollen Beziehungen zu den Hilfesuchenden, die helfen, stabile und gesunde Lebenswege zu finden und nachhaltig aus der Spirale von Armut und Menschenhandel auszubrechen
- ♦ Schutz und Stärkung der Mitarbeitenden. Gebet für Weisheit, Kraft und Liebe, um die wichtige Arbeit fortsetzen zu können
- ♦ gesellschaftliche Sensibilisierung und Unterstützung



# Woche 3

# Du & Hamburg

# Hamburg lieben

### TAG 16 ≈ POLITIKER

**IMPULS** » SPRÜCHE 16,9/JESAJA 55,9/1. TIMOTHEUS 2,2

Die Europa- und Bezirkswahlen sind vorbei, und die Stimmen wurden ausgezählt. Es wird deutlich, dass viele Deutsche unzufrieden mit der aktuellen Regierung sind, und viele sind schockiert oder beängstigt über die Ergebnisse.

Doch die Bibel versichert uns, dass unabhängig von Wahlergebnissen und Weltgeschehen Gottes Pläne vollendet werden und über jeglichen Plänen von Menschen stehen. Diese Zusage ist keine Bestätigung der aktuellen Regierung, sondern vielmehr eine Hoffnung, auf die wir uns gründen können.

Als Christen richten wir uns nach Gottes geplanter Ordnung für diese Welt, unabhängig von politischen Parteien. Diese Ordnung ist geprägt von Inklusion, Nächstenliebe, Gnade, Einheit und Gerechtigkeit – all das sind Dinge, die wir als Christen in diese Welt tragen und im Gebet festigen sowie von Gott erbitten können.

#### GEBETSANLIEGEN

- ♦ Weisheit und Führung Gottes bei der Wahl des neuen Präsidenten bzw. der neuen Präsidentin und Bildung der Fraktionen sowie bei der künftigen Beschließung neuer Gesetze
- ♦ Aufnahme und Veränderung relevanter Probleme und aktueller Themen in der Politik
- ♦ Dank für Politiker/innen, die sich für Nächstenliebe, Gnade, Einheit und Gerechtigkeit einsetzen
- ♦ Dank für Gottes Zusagen und Standhaftigkeit in seinen Worten

### TAG 17 ≈ KIRCHE IN NOT

**IMPULS** » 2. KORINTHER 1,3-4/HEBRÄER 12,24

Die Lage im und um den Gaza-Streifen bringt viel Zerstörung und Leid mit sich. Gleichzeitig bietet Leid und Zerstörung immer wieder auch eine besondere Möglichkeit, Gottes Wesen, seine Hoffnung und Errettung zu offenbaren.

Als Christen haben wir nicht nur die Aufgabe zu helfen, sondern besonders den Auftrag, unsere Glaubensgeschwister zu unterstützen und Errettung möglich zu machen. Gerade um dies in Gebieten zu schaffen, die wir nicht eigenständig erreichen können oder in denen großes Leid herrscht, können wir Organisationen wie „Kirche in Not“ unterstützen.

Mit Lebensmitteln, Medikamenten, ärztlicher Versorgung, aber auch mit Seelsorge und geistlicher Unterstützung ist „Kirche in Not“ auch im Westjordanland, in Israel und im Gaza-Streifen aktiv.

#### GEBETSANLIEGEN

- ♦ ein schnelles Ende von Zerstörung und Leid; Frieden für die Bevölkerung
- ♦ praktische Hilfe und Versorgung der Notleidenden
- ♦ geistliche Erweckung und Offenbarung von Gottes Hoffnung in ausweglosen Situationen und Gebieten
- ♦ Stärkung von (christlichen) Hilfsorganisationen und ihren Helfern durch Spenden und verbesserte Bedingungen
- ♦ Bewahrung und Heilung von Traumata und Verletzungen psychischer und physischer Art bei den Betroffenen, vor allem bei Kindern

## TAG 18 ≈ GEMEINDEGRÜNDUNGEN

**IMPULS** » JOHANNES 1,7

Laut einer Studie der Bundeszentrale für politische Bildung waren 2020 34,8 % der Hamburger Mitglied einer katholischen oder evangelischen Kirche. Auch wenn dieser Prozentsatz nicht alle Christen in Hamburg erfasst, zeigt er doch auf, dass wahrscheinlich mehr als die Hälfte der Hamburger bisher nicht an Jesus Christus, Gottes Sohn, glauben oder zumindest nicht mit ihm leben. Auch wenn die Gründe dafür vielseitig sind, braucht es Gemeinden und Christen, die Menschen lokal, mit passenden Angeboten, unterschiedlich und mit Hingabe Gottes Liebe weitertragen und ihnen in ihren Gewohnheiten, Fragen und Sehnsüchten begegnen. Als Christen bilden wir eine Gemeinde unter Christus und wollen daher auch geistlich andere Gemeinden und Gemeindegründungen unterstützen. Besonders beten wir für



**Victor Akko**  
Hey Church



**Chris Pieper**  
Gründungsinitiative  
Hamburg Nord-Ost



**Rudi Opoku**  
VIA Kirche

### GEBETSANLIEGEN

- ♦ geistliches Wachstum bei den bisherigen Mitgliedern und durch neue Bekehrungen
- ♦ Zusammenhalt und Support anderer Gemeinden und Einheit als eine geistliche Gemeinde/Kirche
- ♦ Sichtbarkeit und Aufmerksamkeit für die Gemeinden in ihren Stadtteilen und ihrer Umgebung
- ♦ Versorgung mit finanziellen, personellen, räumlichen und weiteren Ressourcen
- ♦ Freude und Hoffnung in herausfordernden Phasen

## TAG 19 ≈ AUFMERKSAM DURCH DEN ALLTAG

**IMPULS** » MARKUS 5,25-34

Überall, wo Jesus mit seinen Jüngern hinget, sammeln sich Menschenmassen. Trotz der vielen Menschen gibt es eine Frau, die es schafft, Jesus nur kurz an seinem Mantel zu berühren – in der Hoffnung geheilt zu werden. Trotz der Massen bemerkt Jesus dies sofort, bleibt stehen und wendet sich der Frau zu. Auch wir begegnen jeden Tag Menschenmassen auf dem Weg zur Arbeit, zur Uni oder Schule, zum Einkaufen oder Sport. Unser Alltag scheint bereits voll, und die Massen können überstimulieren, weshalb häufig abgeschaltet, ignoriert und abgelenkt wird. Was wäre, wenn wir all diese Momente nutzen würden oder zumindest offen für Gottes Wirken wären und etwas aufmerksamer durch unseren Alltag gingen? Vielleicht könnte dann jeder dieser Momente Wunder hervorbringen oder zum Zeugnis werden.

### GEBETSANLIEGEN

- ♦ Offenheit und Aufmerksamkeit im Alltag für Gottes Wirken. Gebet für erhöhte Sensibilität für Gottes Wirken, um die kleinen und großen Gelegenheiten zu erkennen, in denen Gott uns und andere durch uns berühren möchte.
- ♦ Gottes Leitung in und zu Situationen, in denen Gott sich offenbaren möchte
- ♦ neues Bewusstsein für den Wert unserer Lebenszeit und wie wir diese nutzen
- ♦ Erkennen und Ablegen von schlechten Gewohnheiten und unnötigen Ablenkungen, damit wir unsere Zeit und Energie auf das Wesentliche konzentrieren können
- ♦ Empathie und Mitgefühl für die Menschen um uns herum. Auf Bedürfnisse und Nöte unserer Mitmenschen eingehen und bereit sein, Hilfe und Unterstützung zu leisten, wo immer es möglich ist
- ♦ Zeugnis unseres Glaubens in alltäglichen Begegnungen durch Einklang von Worten und Taten

## TAG 20 ≈ GEWALT IN HAMBURG

### IMPULS » MATTHÄUS 5,3-11

Viele von uns genießen die Sicherheit, die Hamburg bietet. Doch auch wenn die Anzahl der Straftaten in Hamburg sinkt, steigt leider die Anzahl der Gewalttaten. Immer wieder hören wir von gewalttätigen oder sogar tödlichen Auseinandersetzungen zwischen Polizei und Tätern sowie zwischen Mitmenschen. Auch Mobbing und seine Auswirkungen sind ein großes Thema z. B. an Hamburger Schulen. Gewalt entsteht häufig aus einer Eskalation heraus, kann aber auch Folge von Hilflosigkeit und Frust sein. Hamburg ist eine Großstadt, in der unterschiedlichste Meinungen, Vorstellungen und Haltungen aufeinandertreffen. Keins dieser Dinge muss jedoch zu gewalttätigen Auseinandersetzungen führen. Jesus ist das größte Vorbild darin, Ungerechtigkeit ohne Gewalt zu begegnen und diese Herangehensweise auch seine Jüngern zu lehren. Wir können nicht ändern, wie andere Menschen handeln, aber wir können unser eigenes Verhalten ändern und uns gegenseitig gegen Gewalt schützen. Jesus zeigt uns auch, dass Gewaltlosigkeit nicht Passivität bedeutet, sondern aktive Veränderung im Selbst und überall dort, wo er hinging.

### GEBETSANLIEGEN

- ♦ Alternativen und Wege, mit negativen Emotionen wie Frustration oder Wut umzugehen, ohne auf Gewalt zurückzugreifen
- ♦ Selbstbeherrschung und Weisheit für Personen in regelmäßigen Konfliktsituationen, besonders im Bildungssektor, der Sicherheitsbranche und der Polizei
- ♦ Dank für Bewahrung und Schutz vor Gewalt. Dank für Stärke und Mut, gegen Angst und gegen Ungerechtigkeit einzustehen
- ♦ Lösungen und präventive Maßnahmen für grundlegende Probleme wie soziale Ungerechtigkeit, schwierige Systeme und frühe Erfahrungen mit Gewalt
- ♦ Stärkung von Zivilcourage und gegenseitiger Unterstützung bei der Deeskalation. Bitte um Erleben der Frucht des Heiligen Geistes: Liebe, Freude, Frieden, Geduld, Freundlichkeit, Güte, Treue, Sanftmut und Selbstbeherrschung

## TAG 21 ≈ GEMEINSAM FÜR HAMBURG

### IMPULS » APOSTELGESCHICHTE 4,32

Zwei Dinge machten die ersten Christen und ihre Gemeinden wahrscheinlich so stark: der Heilige Geist und ihre gegenseitige Unterstützung. Die Briefe des Paulus an die Gemeinden zeugen von Zusammenarbeit, Vernetzung und Unterstützung unter Christen und Gemeinden. Gott schenkt uns alles, was wir brauchen, durch seinen Geist, und dennoch weiß er, dass wir Gemeinschaft und Austausch brauchen – mit ihm, in unseren Gemeinden und darüber hinaus.

Gottes Plan war es schon immer, seine Botschaft und Errettung bis an die Enden der Welt zu tragen und uns für diese Mission zusammenarbeiten zu lassen. Christliche Netzwerke wie „Gemeinsam für Hamburg“ machen dies deutlich einfacher und folgen damit diesem Aufruf.

### GEBETSANLIEGEN

- ♦ Segen für aktuell anstehende Veranstaltungen und Angebote des Netzwerks. Mögen sie gut besucht sein und positive Auswirkungen auf die Teilnehmer haben, indem sie Gemeinschaft fördern und den Glauben stärken
- ♦ finanzieller Segen in Form von Spenden für das Netzwerk, um noch mehr Menschen zu erreichen
- ♦ Aufmerksamkeit für die Angebote für unterschiedliche Zielgruppen in Hamburg
- ♦ Stärkung des Netzwerks durch die Einheit seiner Mitglieder



# JAHRESRHYTHMUS 2024

Wir glauben, dass Gott uns für ein Leben in gesunden geistlichen Rhythmen geschaffen hat – ja, dass Phasen der Anspannung und der Entspannung sich in einem gesunden Maße abwechseln sollten. Das können wir persönlich einüben z. B. durch einen täglichen Rhythmus, der Momente der Stille oder mit einem Wochenrhythmus, der einen Ruhetag beinhaltet. Wir wollen auch als Gemeinde einen gesunden Jahresrhythmus leben – mit Phasen der Ruhe, Phasen des Gebets und Phasen der Aktivität. Wir haben diese drei Elemente in unserem Jahresrhythmus:

**Gebetszeiten:** Wir starten bewusst mit drei Wochen des Gebets in beide Halbjahre. Wir nehmen uns Zeit, Gott zu begegnen und ihm unser Leben und unsere Gemeinde anzuvertrauen.

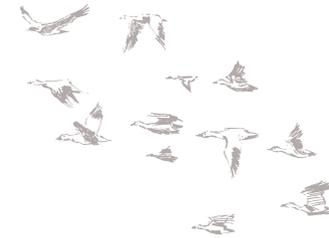
**Kleingruppenzeiten:** Mit unseren Kleingruppenzeiten schaffen wir verschiedene Angebote, damit Menschen ihren Weg in geistliche Gemeinschaft finden, gemeinsam Gott erleben und im Glauben wachsen können.

Aber auch **Ruhezeiten** gehören zu unserem Jahresrhythmus. Über den Sommer und über den Jahreswechsel machen unsere Kleingruppen Pause, und wir fahren viele Aktivitäten des Gemeindelebens herunter, damit unsere Leiter/innen und Mitarbeiter/innen zur Ruhe kommen, sich erholen können und aus der Ruhe dann Neues entstehen kann.

JAHRESSTRUKTUR 2024



Images by rawpixel, Unsplash, Pexels  
Texte: Ruben Lambertus, Luna-Marie Post,  
Reinhard Saß, Matthias Voigt



**CHRISTUS-GEMEINDE  
BARMBEK-SÜD**

Gluckstraße 7  
22081 Hamburg

040 299 50 11

ruben.lambertus@cgbs.hamburg  
www.cgbs.hamburg