

FOKUS-Journaling

Gott spricht zu uns durch Bilder, Gedanken, Bibelverse, Eindrücke oder auch durch andere Menschen. Wir ermutigen dich, sein Reden aufzuschreiben, denn manchmal sind es die kleinen Puzzleteile, die später das große Bild ergeben.

Um dich zu unterstützen, nutze dein **FOKUS-Notizheft** oder eine eigenes ;) mit diesen tagesbegleitenden Impulsen.

Wir segnen deine Zeit mit Gott.

**LEBEN IN GEMEINSCHAFT MIT GOTT**

Gott hat jeden Menschen zu einer einzigartigen Beziehung und Gemeinschaft mit sich berufen. In ihr dürfen wir erkennen, wer Gott ist und wer wir in ihm sind. Gottes Beziehung zu uns ist nicht distanziert, sondern lebendig und persönlich. Er spricht zu uns, führt und leitet uns und erzieht uns in Liebe. So wie Jesus seine Jünger auf ihrem Weg begleitet hat, ist Gott heute durch seinen Heiligen Geist immer bei uns, offenbart sein Herz und nimmt uns in seine Pläne mit hinein.

DIE WAHRHEIT AUS GOTTES WORT

Johannes 17,24

Vater, ich will, dass die, die du mir gegeben hast, dort sind, wo ich bin. Sie sollen bei mir sein, damit sie meine Herrlichkeit sehen – die Herrlichkeit, die du mir gabst, weil du mich schon vor der Erschaffung der Welt geliebt hast.

SPRICH SIE LAUT AUS

„Jesus, du bist in mir und ich in dir! Du ermöglichst diese tiefe Gemeinschaft und hast mir die gleiche Liebe gegeben, mit der der Vater dich geliebt hat. Wow!!! Deine Gegenwart in mir verändert mein Denken, Reden und Handeln. Durch deinen Geist in mir wird deine Herrlichkeit in meinen Leben sichtbar.“

IMPULSE FÜR DEINEN TAG MIT GOTT

1. Schnapp dir deine Bibel und lies Johannes 15,1-8. Jesus gebraucht hier ein Bild, um seine tiefe Verbindung zu uns zu verdeutlichen. Was bedeutet das für dich? Welche Verse sprechen dich besonders an? Schreib deine Gedanken dazu auf.

2. Rede mit Gott über das, was du gelesen hast. Wenn du etwas nicht verstehst, bitte den Heiligen Geist es dir zu erklären. Schreib jede Erkenntnis auf. Bitte ihn auch, dich eng mit Jesus verbunden zu halten und seine Früchte in deinem Leben sichtbar zu machen.

3. Lebe dankbar Wenn du über den Tag, das Thema und die Worte Jesu dazu nachdenkst – was macht dich besonders dankbar und glücklich? Versuch es in Worte zu fassen, sprich es Gott zu und schreib es auf, um es nicht zu vergessen.

BERUFEN

FOKUS

LEBEN ALS BEFREITE

Kennst du das Gefühl, ständig etwas leisten zu müssen – sei es im Glauben, im Alltag oder im Blick auf uns selbst? Wir fragen uns, ob wir genug sind, genug beten oder genug glauben. Doch genau davon will uns Jesus befreien. Denn Gottes Gnade ist kein Ergebnis unserer Anstrengung, sondern ein Geschenk. Wir können es uns nicht verdienen. Jesus hat bereits alles vollbracht, damit wir nicht länger aus Angst oder Druck handeln, sondern aus Freude, die sich genauso in unseren Erwartungen anderen Menschen gegenüber zeigt.

DIE WAHRHEIT AUS GOTTES WORT

Galater 5,1

Durch Christus sind wir frei geworden, damit wir als Befreite leben. Jetzt kommt es darauf an, dass ihr euch nicht wieder vom Gesetz versklaven lasst.

SPRICH SIE LAUT AUS

„Ja, Jesus, in dir bin ich wirklich frei! Und ich widerstehe jeder Form von Anklage, die mich wieder gefangen nehmen will. Ich bekenne, dass ich nichts geben kann, was deine Annahme erwirken könnte. Sie beruht auf unverdienter Gnade. Auf diese Wahrheit stelle ich mich jetzt! Danke Jesus.“

IMPULSE FÜR DEINEN TAG MIT GOTT

1. **Schnapp dir deine Bibel und lies** und lies Römer 8 und Jesaja 61. Diese Kapitel erzählen voller Hoffnung von der Freiheit, die der Messias über Gebundene und geistlich Gefangene ausrufen sollte und die nun in Jesus erfahrbar geworden ist. Denk einmal über beide Texte nach und schreib die Zusammenhänge auf.

2. **Rede mit Gott** und bitte den Heiligen Geist dir zu zeigen, wo du noch Freiheit brauchst. Bitte ihn dich zu erfüllen und zu stärken, um ein Licht zu sein für die, die noch unfrei sind. Und dann hab den Mut und die Bereitschaft dich gebrauchen zu lassen.

3. **Lebe dankbar** und freu dich, dass du in Jesus frei geworden bist, und über die lebendige Kraft des Heiligen Geistes in deinem Leben. Danke Gott, dass er dir ganz unverdient Gnade geschenkt hat. Schreib alles auf, wofür du außerdem noch dankbar bist.



BERUFEN

FOKUS

LEBEN ALS GELIEBTE

Gott liebt uns bedingungslos! Diese Liebe ist ein Geschenk und somit nicht an Leistungen geknüpft. Doch Gottes Liebe ist auch dazu gedacht, durch uns hindurch zu anderen zu fließen. *Wir sind geliebt und sollen seine Liebe weitergeben* – in Beziehungen, unserem Beruf oder in den kleinsten Begegnungen im Alltag. Diese Liebe ist nicht von eigenen Bedürfnissen getrieben, sondern fließt aus der Fülle Gottes, die wir in seiner Nähe empfangen.

DIE WAHRHEIT AUS GOTTES WORT

1. Johannes 4,10+19:

Darin besteht die Liebe: nicht dass wir Gott geliebt haben, sondern dass er uns geliebt hat und seinen Sohn gesandt hat als Sühnung für unsere Sünden...

Wir lieben, weil er uns zuerst geliebt hat.

SPRICH SIE LAUT AUS

„Ich bin in der Lage zu lieben, weil du, Gott, mich zuerst geliebt hast. Und ich danke dir, Heiliger Geist, dass du mich auch heute befähigen wirst, Menschen mit deiner Liebe zu begegnen und deine Liebe sichtbar zu machen, so dass du erkannt wirst. Dir sei alle Ehre!“

IMPULSE FÜR DEINEN TAG MIT GOTT

1. **Schnapp dir deine Bibel und lies** Epheser 1,3-14. Du kannst auch verschiedene Übersetzungen verwenden. Bitte den Heiligen Geist, dir diese Worte zu erklären und sie in dein Herz zu schreiben. Halte schriftlich fest, was er in dir bewegt..

2. **Rede mit Gott und frag ihn** „Wie kann ich deine Liebe heute sichtbar machen?“ Richte dein Herz darauf aus, nicht nur zu empfangen, sondern bewusst weiterzugeben. Wenn er dir etwas zeigt, schreib es auf.

3. **Lebe dankbar** Bevor du dich schlafen legst, denk darüber nach, worin Gott dir seine Liebe heute persönlich gezeigt hat und in welchen Momenten du daraus weitergeben konntest. Schreib auch das zur Ehre Gottes und zur Erinnerung auf.

BERUFEN

FOKUS

LEBEN ALS GERECHTE

Gott erklärt uns als gerecht, nicht weil wir es verdient hätten, sondern weil er Jesus, der nie gesündigt hat, an unserer Stelle als Sünder verurteilt hat. **Wir können nichts zu unserer eigenen Rechtfertigung beitragen.** Diese Wahrheit macht uns frei und wir dürfen zur Ruhe kommen. Denn was wir allein durch Gnade empfangen haben, können wir nicht mehr verlieren! Wenn wir das begreifen, wird unser Herz verändert und befähigt anderen in Liebe, Barmherzigkeit und Vergebungsbereitschaft zu begegnen.

DIE WAHRHEIT AUS GOTTES WORT

Römer 3,23-24

Denn alle Menschen haben gesündigt und das Leben in der Herrlichkeit Gottes verloren. Doch Gott erklärt uns aus Gnade für gerecht. Es ist sein Geschenk an uns durch Jesus Christus, der uns von unserer Schuld befreit hat.

SPRICH SIE LAUT AUS

„Ja, ich bin errettet und gerechtfertigt allein durch Gnade. Ich kann nichts aus eigener Kraft dazu beitragen. Alles hast du für mich mit deinem eigenen Blut bewirkt, Jesus. Diese Erkenntnis ist unfassbar und ich stelle mich auf dein Wort. Diese Wahrheit lebe ich nicht nur für mich, sondern sie soll auch durch deinen Heiligen Geist in meinem Leben sichtbar werden.“

IMPULSE FÜR DEINEN TAG MIT GOTT

1. **Schnapp dir deine Bibel und lies** Römer 3,10-28, Jesaja 61,10. Was bedeutet es für dein persönliches Leben, dass du durch Glauben gerechtfertigt bist und nicht durch Werke? Versuch es mit deinen eigenen Worten aufzuschreiben.

2. **Rede mit Gott** und wage es gemeinsam mit ihm dein Herz zu prüfen, wo du hart mit dir selbst oder auch mit anderen ins Gericht gehst. Wo klagst du an und wo fällt es dir schwer, Vergebung zu leben oder für dich selbst anzunehmen? Bekenne Jesus das und lass ihn dein Herz verändern.

3. **Lebe dankbar** und juble laut über deinen Gott! . Denn er hat dir seine Rettung und Hilfe geschenkt und dich mit Gerechtigkeit bekleidet, wie mit einem schützenden Mantel. (Jesaja 61,10) Danke Jesus!



BERUFEN

FOKUS

LEBEN ALS ANBETENDE

Als Gottes Geschöpfe sind wir berufen, ihn anzubeten. **Anbetung beginnt mit Staunen über Gott** – darüber, wer er ist und wie er ist. Anbetung umfasst unser ganzes Leben, unsere täglichen Entscheidungen, unser Denken, Fühlen und Handeln. Sie entspringt einer tiefen, persönlichen Beziehung zu Jesus, in der wir von Gottes Geist und seiner Wahrheit erfüllt sind. So sind wir wie bis über den Rand gefüllte Gefäße. Anbetung fließt dann natürlich aus uns heraus und Menschen werden so Gott erkennen.

DIE WAHRHEIT AUS GOTTES WORT

Johannes 4,23-24 Es kommt die Zeit – ja, sie ist schon da –, in der die Menschen den Vater überall anbeten werden, weil sie von seinem Geist und seiner Wahrheit erfüllt sind. Von solchen Menschen will der Vater angebetet werden. Denn Gott ist Geist. Und wer Gott anbeten will, muss von seinem Geist erfüllt sein und in seiner Wahrheit leben.

SPRICH SIE LAUT AUS „Ich bin geschaffen dich, Gott, anzubeten. Du hast mir deinen Geist gegeben, so dass ich in deiner Wahrheit leben kann. Hl. Geist, fülle mein Herz, ohne dich ist meine Anbetung leer & oberflächlich. Zeig mir deine Wahrheit & öffne meine Augen für Gottes Herrlichkeit. Mein Leben soll dich ehren.“

IMPULSE FÜR DEINEN TAG MIT GOTT

1. **Schnapp dir deine Bibel und lies** Psalm 145. Vergleiche auch verschiedene Übersetzungen. Schreib alle Charaktereigenschaften Gottes heraus, die in diesem Psalm beschrieben werden. Welche Wesenszüge berühren dich beim Lesen besonders? Lobe ihn mit deinen eigenen Worten.

2. **Rede mit Gott** und halte ihm dein Herz hin. Sag ihm mit deinen Worten, was du für ihn empfindest, und entscheide dich für „Freude“ über deinen Gott. Denn das ehrt ihn am allermeisten.

3. **Lebe dankbar.** Lies dir nochmal alles durch, was du in dieser Woche aufgeschrieben hast. Überlege, welche Erlebnisse du mit anderen teilen könntest, in denen Gott dir besonders begegnet ist. Mit unseren Zeugnissen über ihn ehren wir Gott und gleichzeitig ermutigen wir andere.