

**TEXTSTELLEN**

Markus 1, 32-39

**Unterwegs mit Jesus – Teil 1**

Viele Menschen kommen am Abend zu Jesus. Wahrscheinlich waren es 1000-1500 Menschen. Jesus bleibt, heilt und dient den Menschen bis spät in die Nacht. Am nächsten Tag machte Jesus aber nicht einfach Pause, sondern stand früh auf und suchte sich einen ruhigen Ort zum Beten.

Für Jesus waren diese ruhigen und einsamen Momente im Gebet eine wichtige Grundlage.

**Stille ist nicht der Ort, an dem nichts passiert, sondern der Ort, an dem das Wichtigste passiert.**

Stille hat Jesus geholfen, sich nicht vom Druck der Menschen, sondern vom Willen seines Vaters bestimmen zu lassen.

- In der Stille erinnerst du dich, wer du bist.
- In der Stille erkennst du, wofür du da bist.
- In der Stille empfängst du, was du weitergeben sollst.

Stille brauchen wir nicht nur körperlich, sondern auch geistlich. Jesus hat JA zur Stille gesagt und damit gleichzeitig NEIN zu anderen Dingen gesagt.

- Nein zum Lärm
- Nein zur ständigen Verfügbarkeit
- Nein zum People-Pleasing

Wir können Ausreden suchen, um zu sagen, dass echte Stille nicht möglich ist, aber mit einem ehrlichen Blick auf unseren Kalender müssen wir eingestehen: Wir hätten die Zeit. Aber eventuell haben wir Angst davor, was in uns passiert und mit uns passiert, wenn wir uns echter Stille aussetzen.

In der Stille können Dinge auftauchen, die wir bis jetzt verdrängt haben – genau das kann Gott anfangen zu wirken, wenn wir ihm die Dinge hinhalten, die wir alleine nicht aushalten.

**HERZENSMENSCH**

FÜR DEN ICH BETEN MÖCHTE:

**GESPRÄCHSSTOFF**

*Einstieg: Weißt du was echte Stille ist?*

1. Wie oft suchst du echte Stille auf?
2. Was hilft dir echte Stille aufzusuchen und einzuhalten?
3. Was hindert dich daran echte Stille im Alltag zu suchen und einzuhalten?
4. Was könnte in deinen Gedanken hochkommen, wenn du dich echter Stille aussetzt?
5. Was könnt ihr als Gruppe tun, um euch gegenseitig zu echter Stille zu ermutigen und euch darin zu fördern?