INKA HAMMOND

Tochter Gottes, erhebe dich!

DIE GEMEINSAME REISE ZUM SEGEN.

DAS KLEINGRUPPENMATERIAL

SCM
R.Brockhaus

SCM

Stiftung Christliche Medien

SCM R.Brockhaus ist ein Imprint der SCM Verlagsgruppe,
die zur Stiftung Christliche Medien gehört, einer gemeinnützigen Stiftung,
die sich für die Förderung und Verbreitung christlicher Bücher,
Zeitschriften, Filme und Musik einsetzt.



© 2019 SCM R.Brockhaus in der SCM Verlagsgruppe GmbH
Max-Eyth-Str. 41, 71088 Holzgerlingen
Internet: www.scm-brockhaus.de; E-Mail: info@scm-brockhaus.de

Die Bibelverse folgender Ausgabe entnommen:
Neues Leben. Die Bibel, © der deutschen Ausgabe 2002 und 2006
SCM R.Brockhaus in der SCM Verlagsgruppe GmbH Witten/Holzgerlingen.
Weiter wurde verwendet:
Bibeltext der Schlachter Bibelübersetzung. Copyright © 2000 Genfer
Bibelgesellschaft. Wiedergegeben mit der freundlichen Genehmigung.
Alle Rechte vorbehalten. (SLT)

Umschlaggestaltung: Patrick Horlacher, Stuttgart |
Kathrin Spiegelberg, Weil im Schönbuch
Titelbild: iStock: Stanislav Hubkin (Bild-ID:905632262)
Satz und Pictogramme: Sarah Kaufmann, Witten
Druck und Verarbeitung: GGP Media GmbH, Pößneck
Gedruckt in Deutschland
ISBN 978-3-417-26865-2
Bestell-Nr. 226.865

INHALT

Einleitung 11
Einheit 1: Zerbrochen 13
Einheit 2: Aufstehen 21
Einheit 3: Angekommen 29
Einheit 4: Unter seinem Blick 37
Einheit 5: Der geheime Garten 43
Einheit 6: Frühlingsschrei 51
Einheit 7: Kämpfen lernen 59
Einheit 8: Mütter braucht das Land 67
Einheit 9: Seite an Seite 75
Einheit 10: Mutig träumen 83
Einheit 11: Aufbruch ins Licht 89
Nachwort 93

Einleitung

Herzlich Willkommen im Praxismaterial zum Buch „Tochter Gottes, erhebe dich!“ Du begibst dich hiermit auf eine wunderbare Reise, die dich heilen, stärken, wiederherstellen und ermutigen wird.

Das Ziel

Der Grundgedanke dieses Buches ist, dass du zusammen mit anderen Frauen innerhalb einer Kleingruppe tiefer in die Materie eintauchen kannst, die ich im dazugehörigen Hauptbuch beschreibe. Jede Einheit orientiert sich daher auch am gleichnamigen Kapitel und lädt dazu ein, das eigene Herz zu reflektieren und sich in der Gemeinschaft mit anderen auf Jesus auszurichten.

Es ist natürlich möglich, das Praxisbuch alleine durchzuarbeiten – dann lässt du in den Einheiten einfach die Elemente „Herz zu Herz“ und „Segnende Hände“ weg. Aber ich möchte dir empfehlen, wenn möglich, zumindest eine Zweierschaft dafür zu starten. Denn ein Gegenüber hilft einfach dabei, sich selbst ehrlich und offen zu betrachten und Masken abzulegen. Außerdem ist es mein Herzensanliegen, dass wir Frauen mehr und mehr zu Ermutigerinnen werden, die ihre Schwestern in Jesus anfeuern und aufbauen. Dazu eignet sich eine Kleingruppe (ungefähr 3-10 Teilnehmerinnen mit einer Gruppenleitung) oder eine Zweierschaft (keine Leitung notwendig) ganz wunderbar.

In einer Kleingruppe kann die Gruppenleitung gemeinsam bestimmt werden oder die Person, die die Gruppe ins Leben gerufen hat, übernimmt diesen Part. Die Gruppenleitung ach-

tet darauf, dass pünktlich begonnen wird, dass die Zeiten beim Zeugnis geben eingehalten werden und man während der gemeinsamen Zeit nicht vom Thema abkommt. Außerdem hat die Leitung einen Blick für die Frauen und fragt nach, wenn z.B. mal jemand fehlt und sich vielleicht distanziert, oder hilft Einzelnen dabei, ihren Platz in der Gruppe zu finden.
Ich bete dafür, dass in dieser Zeit für dich Freundschaften entstehen, die dein Leben verändern werden! (Deswegen spreche ich euch auch als Gruppe an – abgesehen von einzelnen Stellen, die mir besonders wichtig sind, und logischerweise auch bei dem persönlichen Element „Dranbleiben", das du für dich alleine bearbeiten wirst.)

Die Struktur der Einheiten

Bis auf die erste Einheit, in der das gegenseitige Kennenlernen im Vordergrund steht, folgen die einzelnen Einheiten einer festen Struktur mit wiederkehrenden Segmenten:



Lobpreis: eine Zeit, um entweder gemeinsam Lieder zu singen oder sich von einem YouTube-Video in die Anbetung führen zu lassen.



Herz zu Herz: eine Austauschrunde, in der Raum ist, über Gotteserfahrungen und Erlebtes zu reden und Gebetsanliegen weiterzugeben.



Segnende Hände: die Möglichkeit, einander zu segnen, Wahrheit auszusprechen und Eindrücke aus Gottes Herzen weiterzugeben.



In die Tiefe wachsen: das Thema des jeweiligen Kapitels aus dem Hauptbuch wird aufgegriffen und weiter vertieft. Fragen, Bibelverse und praktische Herausfor-

derungen helfen dabei. Es bietet sich an, den Text jeweils laut vorzulesen.



Zeit mit dem Wort: durch die Beschäftigung mit einem Bibelwort wird das Wort Gottes lebendig und fällt tiefer in unsere Herzen.



Eintauchen: eine Zeit, die für die Gemeinschaft mit dem Heiligen Geist reserviert ist, der unsere Herzen weich machen möchte und durch den das eben Gehörte und Gelesene tief ins Herz eingebrannt werden kann. Ein ruhiges Anbetungslied hilft dabei, in der Gegenwart Gottes anzukommen. Gerne kann im Anschluss an das Lied noch ein paar Minuten in Stille die Gegenwart Gottes genossen werden. Sollte ein Youtube-Video länger als 10 Minuten sein, kann die Gruppenleiterin das Video dann einfach ausschalten.



Dranbleiben: Die Zeit zwischen den Treffen soll dazu genutzt werden, am Thema dranzubleiben, in die Tiefe zu wachsen und Jesus besser kennenzulernen. Dazu lernst du einen Bibelvers auswendig, liest das nächste Kapitel im Hauptbuch und beantwortest persönliche Fragen.

Das Hauptbuch kann jede von euch in ihrem eigenen Rhythmus durchlesen, aber es ist von Vorteil, wenn das jeweilige Kapitel der Einheit kurz vor dem gemeinsamen Treffen noch einmal für sich persönlich durchgegangen wird.

Benötigtes Material

Zum Durcharbeiten des Praxismaterials wäre es gut, ein Tagebuch oder Notizbuch zu führen, in dem persönliche Erkenntnisse, Gedanken oder auch Gottes Reden festgehalten werden können.

Ich empfehle vor jeder Einheit eine Lobpreiszeit mit ungefähr 2–3 Liedern aus den Feiert-Jesus-Liederbüchern 3–5. Sollte niemand da sein, der den Lobpreis anleiten kann, habe ich jeweils ein Youtube-Video vorgeschlagen, das in die Anbetung hineinführt. Dann ist bei jedem Treffen ein Computer, Tablet oder Smartphone notwendig, um das Video abspielen zu können.

Der Zeitplan

Wichtiger Bestandteil im Umgang mit dem Praxismaterial ist es, dass jede von euch bereit ist, sich zu öffnen und davon zu erzählen, in welcher schwierigen Situation sie sich gefangen fühlt. Was ihre persönliche Schlammkuhle ist. Dabei ist es wichtig, dass es eine aktuelle Situation ist und nicht etwas, das schon länger in der Vergangenheit liegt. Es kostet meist etwas Überwindung, sich auf diese Weise zu öffnen und von einer Schwäche oder einem Schmerz zu erzählen. Aber es ist sehr heilsam und schweißt zusammen!

Pro Treffen gibt immer nur eine Teilnehmerin ihr Zeugnis, für das jeweils 10 Minuten pro Einheit reserviert sind. Die Gruppenleiterin macht dabei den Anfang. Wenn alle Zeugnisse erzählt wurden und ihr die Einheiten noch nicht komplett durchgearbeitet habt, könnt ihr die Zeit dafür nutzen, einander zu segnen oder euch davon zu erzählen, wie es euch seit dem letzten Treffen ergangen ist. Vielleicht gibt es

auch spezielle, dringende Gebetsanliegen, für die gemeinsam gebetet werden kann. Da es für den gesamten Ablauf des Treffens hilfreich ist, die Zeit nicht aus dem Blick zu verlieren (die empfohlene Dauer steht jeweils bei den Elementen dabei), empfiehlt es sich, bei Gesprächsrunden und Zeugnissen einen Timer z.B. mit dem Handy zu stellen. Für ein Treffen solltet ihr ungefähr 1,5-2 Stunden einplanen.

Der Segen

Ich möchte euch auch dazu herausfordern, Segensworte auszusprechen. Zum einen während der Segnungszeit nach dem Austausch und zum anderen jeweils am Ende eines Treffens. Vielleicht ist das für manche neu und ungewohnt. Deswegen gebe ich hier eine kurze Anleitung, wie so etwas aussehen kann:

Wenn man für eine Person betet, kann es passieren, dass einem der Heilige Geist einen Gedanken eingibt, z.B. einen Bibelvers, ein Bild oder einen anderen Eindruck. Oft ist man unsicher, ob dieser Eindruck tatsächlich vom Heiligen Geist kommt. Das ist normal. Aber es gibt eine einfache Richtschnur, die dabei hilft, herauszufiltern, ob der Eindruck himmlisch oder menschlich ist:

1. Gott widerspricht sich nie selbst. Ist das Wort, das Bild oder der Eindruck mit dem Wort Gottes vereinbar, dann kann man nicht falschliegen.

2. Die Eindrücke müssen immer ermutigend und aufbauend sein. Kritik und Rechthaberei sind fehl am Platz! Der Heilige Geist ist ein Tröster und ein Ermutiger. Unsere Worte sollen genau dazu dienen.

Das Segenswort am Ende kann auch ein Bibelabschnitt sein. Dazu eignen sich die apostolischen Gebete von Paulus

sehr gut (z.B. Epheser 1,17-19, Epheser 3,16-19, Philipper 1,9-11, Kolosser 1,9-12, Römer 15,13, 1. Thessalonicher 3,9-13, 1. Thessalonicher 5,23-24, 2. Thessalonicher 1,11-12).

Oder es ist ein einfaches, selbst formuliertes Segenswort, z.B.: „Ich segne meine Schwestern in Jesus mit der Kraft des Heiligen Geistes, dass das Gehörte und Gelesene auf fruchtbaren Boden fällt, wachsen kann und aufblühen wird. Amen."

Meine Hoffnung

Ich habe beim Verfassen dieses Materials eine große Ehrfurcht empfunden. Denn die große Vision meines Buchs kommt so in den Wohnzimmern an. Erweckung beginnt zu Hause. Mitten in unserem Alltag, mitten in unseren Herzen. Wenn ich darüber nachdenke, dass ihr als Frauen zusammenkommt, mit dieser großen Sehnsucht nach Jesus, mit dem Verlangen nach Heilung und Wiederherstellung, dann erahne ich Großes. Ich sehe all die Maria Magdalenas, die sich hinsetzen zu seinen Füßen und voller Hingabe für ihren Erlöser sind. Ich sehe die Marias von Magdala, die ihr Öl ausgießen, ihr Kostbarstes Jesus geben, weil sie ihn über alles lieben und weil sie erfahren haben, dass er sie frei gemacht hat.

Wenn wir Frauen anfangen, uns in Jesus zu verlieren, kann die Welt sich auf eine Armee der Liebe und Barmherzigkeit gefasst machen. Eine Armee von Frauen, die zu Hause in ihren Wohnzimmern angezündet werden für den Einen, der sie über alles liebt und alles für sie gab. Schwestern in Jesus, die alle Rivalität, allen Neid, alle Missgunst über Bord schmeißen und für die große Berufung brennen, die Menschen in ihrem Umfeld auf Jesus hinzuweisen.

Ja, Großes kann passieren, wenn unsere Wohnzimmer

oder wo auch immer wir uns treffen, zu Orten der Gemeinschaft von Frauen werden, die erahnen, wer sie sind und wozu sie geschaffen wurden.

Ich bete für euch! Ich bin zutiefst bewegt, dass ihr euch diese große Vision, dieses große Bild einer ganzen Armee von Frauen zu eigen machen wollt. Gemeinsam mit Jesus können wir die Welt verändern. Es fängt bei uns an, vielleicht klein und unscheinbar. Aber selbst die kleinste Flamme kann einen Flächenbrand auslösen.
Es ist Zeit, aufzustehen.