

Lynne Brown

Gott

an die erste Stelle setzen -
durch Gebet



Gott an die erste Stelle setzen -
durch Gebet

Von Lynne Brown

Mit freundlicher Genehmigung
der Unity School of Christianity, USA
herausgegeben von

Silent Unity in Deutschland
Untere Weinbergstr. 11/1
75239 Eisingen
Tel 07232 38 30 48

E-Mail: info@silentunity.de
www.silentunity.de

Wir beten nicht mit der Absicht, Gott zu verändern, sondern wir beten, um uns selbst zu verändern.

Gott an die erste Stelle setzen – durch Gebet

Ich habe während der vergangenen Jahre von vielen großen Lehrern des Ausbildungsprogramms hier in Unity viel gelernt. Einer meiner Lieblings-Bibellehrer, Rev. Frank Guidici, erläuterte häufig ein in der Bibel immer wiederkehrendes Thema – Gott an die erste Stelle setzen.

Wie setzen wir Gott an die erste Stelle? Wie praktizieren wir das in unserem täglichen Leben? Durch Gebet. Wenn wir beten, öffnen wir unser Bewusstsein und unser Herz der unendlichen Kraft Gottes im Innern. Wir werden empfänglicher für Gottes immer gegenwärtige Güte. Wir erkennen, dass die göttliche Kraft immer zugänglich und in unserem Leben aktiv am Werk ist.

Wenn wir beten, so beten wir nicht mit der Absicht, Gott zu verändern oder ihn zu etwas zu bewegen;

sondern wir beten, um uns selbst zu verändern. Gott ist unwandelbar – eine konstante Gegenwart der Liebe, die in uns wohnt. Das Ziel unseres Betens ist es, uns des Geistes Gottes, der in uns wohnt, so bewusst zu werden, dass jeder Gedanke, jedes Wort und jede Handlung unsere göttliche Natur zum Ausdruck bringt.

Die Praxis des Gebets

Es gibt viele Arten zu beten. Ich lade Sie ein, die folgende Fünf-Schritte-Methode des Gebets zu praktizieren, die Ihnen hilft, Ihre Erfahrung der Gegenwart Gottes zu vertiefen. Sie ist in den folgenden Schritten kurz dargestellt.

Entspannen

Machen Sie es sich bequem. Es sich bequem zu machen, hilft Ihnen, Ihr Bewusstsein von äußerlichen Gedanken oder Ablenkungen zu befreien und befähigt Sie, sich auf eine heilige Zeit des Gebets vorzubereiten. Vielleicht möchten Sie im Freien in einem bequemen Sessel sitzen, an einem bevorzugten

Ort in ihrer Wohnung, oder in einer anderen ruhigen Umgebung.

Werden Sie sich Ihres Atems bewusst, beobachten Sie Ihr Atemmuster, wie Sie langsam ein- und ausatmen. Beginnen Sie ruhig zu werden, indem Sie jede Spannung in Ihrem Körper loslassen, durch bewusste Entspannung Ihrer Muskeln und das Loslassen aller negativen Gedanken oder Sorgen. Beginnen Sie, Ihre Gedanken zu beobachten.

Konzentrieren

Fokussieren Sie Ihre Gedanken. Denken Sie darüber nach, was rein und heilig ist. Schenken Sie Ihre ungeteilte Aufmerksamkeit einem einzigen Gedanken oder einer Idee, die Sie anspricht. Vielleicht ist es hilfreich für Sie, eine Bejahung zu benutzen, ein heiliges Wort oder eine Bibelstelle, wie z.B. „Seid still und erkennt, dass Ich Gott bin.“ (Ps 46,1)

Wiederholen Sie diese Idee immer wieder und lassen Sie sie zu Ihrem einzigen Gedanken werden. Wenn Sie über diese Idee nachdenken, erlauben Sie ihr, Ihr Bewusstsein zu durchdringen.

Meditieren

Meditation ist eine Zeit in der man sich völlig dem Geist Gottes anvertraut. Es ist eine Zeit, in der wir alle Emotionen, alle vorgefassten Ideen über das Ergebnis des Gebets, beiseite lassen und unser Bewusstsein und unser Herz dem Geist Gottes im Inneren öffnen. Übergeben Sie Ihre Gedanken dem Frieden, der in Ihnen ist und Sie umhüllt, während Sie sich in ein tieferes Bewusstsein für die Gegenwart Gottes hineinbewegen. In diesem empfänglichen Bewusstseinszustand sind Sie offen für göttliche Ideen, für göttliche Antworten auf Ihre Gebete.

Verstehen

Erkennen Sie aus der Tiefe Ihres Wesens, dass Sie eins sind mit Gott und mit aller Schöpfung. Dieses Erkennen, dieses Begreifen, wenn Sie die Gegenwart Gottes in der Stille erfahren, ist die „stille Seelenverbindung“. Wenn Sie mit Gott kommunizieren, hören Sie auf diesen „sanften leisen Hauch“ (1. Könige 19,12) – unhörbar, aber sehr wirklich für Sie, vielleicht als neue Offenbarung, inneres Wissen, als tiefer und dauerhafter Friede.

Dank

Lassen Sie Dankbarkeit die Antwort Ihres Herzens sein auf die Freude, die Sie fühlen, wenn Sie sich mit Ihrer Quelle des Lebens, des Lichts, der Liebe und allem, was gut ist, verbinden. „Wir treten vor ihn mit unserem Dank ...“ (Ps 95,2).

Lassen Sie Ihr dankerfülltes Herz von Lob überfließen. Erkennen Sie die Kraft des gesprochenen Wortes, sagen Sie Worte des Lobes und des Dankes ... oder sagen Sie sie einfach in der Stille Ihres Seins.

Fünf Schritte:

Entspannen, Konzentrieren, Meditieren, Verstehen und Danken.

Diese Schritte werden Ihnen zu einem größeren Verständnis der göttlichen Kraft in Ihnen verhelfen – der Kraft, die Ihnen Leben und Atem und Weisheit gibt, der Kraft, die die Erfüllung Ihrer tiefsten Herzenswünsche ist.

Wenn Sie beten, so dürfen Sie wissen, dass Silent Unity ebenfalls betet. Zusammen, in einem bewussten

Gewahrwerden Gottes halten wir am Gebet und am Glauben fest und bejahen für jedermann, mit dem und für den wir beten, dass Gott in jeder Person und in jedem Umstand und in jeder Situation im Leben gegenwärtig und aktiv ist.

Setzen Sie Gott durch das Gebet an die erste Stelle. ❖

Um Gebet

Schreibe an

Silent Unity in Deutschland
Untere Weinbergstr. 11/1
75239 Eisingen

Telefon

07232 38 30 48

Fax

07232 38 30 84

Online

www.silentunity.de

E-Mail

info@silentunity.de

Oder in Englisch an

Silent Unity, 1901 NW Blue Parkway
Unity Village, MO 64065-0001, USA
Telefon (001)-(816) 969-2000

Wenn Ihnen diese Schrift gefallen hat ...

... vielleicht sind Sie dann auch an weiteren Veröffentlichungen interessiert, die Unity anbietet – z.B.

- Das Tägliche Wort
- JA-Zeitschrift
- Bücher

Kostenlose Probeexemplare der Zeitschriften JA und Das Tägliche Wort können Sie anfordern beim

Frick Verlag GmbH
Postfach 447
75104 Pforzheim

Telefon	07231 10 28 42
Fax	07231 35 77 44
E-Mail	Frick.Verlag@t-online.de www.frickverlag.de

Die Herausgabe der Kleinschriften von Silent Unity in Deutschland wird finanziell getragen von freiwilligen Spenden. – Wir danken allen Spendern, die uns dies ermöglichen.

Spenden-Konto
Silent Unity in Deutschland

IBAN DE06 6665 0085 0000 8457 36
SWIFT PZHSDE66XXX



Silent Unity in Deutschland
Gebetsdienst
Untere Weinbergstr. 11/1 • 75239 Eisingen
Telefon 07232 38 30 48 • Fax 07232 38 30 84
E-Mail: info@silentunity.de
www.silentunity.de