

The background of the image is a scenic landscape. In the foreground, there is a calm body of water, likely a lake. In the middle ground, a small, dark island with a few trees is visible. The background is dominated by a range of mountains with light-colored, possibly snow-covered or rocky slopes. The sky is a pale, hazy blue, suggesting a soft light source like the sun or moon. The overall mood is serene and majestic.

EXAMEN

GEBETSWORKSHOP

36 Dann kamen sie zu einem Olivenhain namens Getsemani. Dort sagte Jesus zu seinen Jüngern: „Setzt euch hierhin! Ich gehe noch ein Stück weiter, um zu beten.“

Matthäus 26,36ff. / NeÜ

37 Petrus und die beiden
Zebedäussöhne jedoch nahm er mit.
Auf einmal wurde er von
schrecklicher Angst und von Grauen
gepackt **38** und sagte zu ihnen: „Die
Qualen meiner Seele bringen mich
fast um. **Bleibt hier und wacht mit
mir!**“

Matthäus 26,36ff. / NeÜ

GEBET = WACHSAMKEIT



GEBETSLOSIGKEIT =
AUTOPILOT

FALSCH GESCHICHTE

FALSCHES SELBSTBILD

FALSCH HOFFNUNG

EXAMEN PRAYER

37 Petrus und die beiden
Zebedäussöhne jedoch nahm er mit.
Auf einmal wurde er von
schrecklicher Angst und von Grauen
gepackt **38** und sagte zu ihnen: „Die
Qualen meiner Seele bringen mich
fast um. **Bleibt hier und wacht mit
mir!**“

Matthäus 26,36ff. / NeÜ

18 Und betet dabei zu jeder Zeit mit jeder Art **von Gebeten und Bitten, geführt durch den Heiligen Geist. Seid wachsam** darin und hört nicht auf, für alle Gläubigen zu beten.

Epheser 6,18 / NeÜ

2 Und richtet euch nicht nach den Maßstäben dieser Welt, sondern **lasst die Art und Weise, wie ihr denkt, von Gott erneuern** und euch dadurch umgestalten, sodass ihr prüfen könnt, ob etwas Gottes Wille ist – ob es gut ist, ob es Gott gefallen würde und ob es zum Ziel führt!

Römer 12,2. / NeÜ

G E S C H I C H T E

S E L B S T B I L D

H O F F N U N G

WARUM *ABENDS*?

WAS IST DAS EXAMEN
PRAYER?

Es ist eine *Tagesreflexion* mit
einem Schwerpunkt auf der
täglichen *Beziehung zu Gott*,
indem die *inneren Herzen-*
Bewegungen genau beobachtet
werden. Mit dem Ziel den
Prozess der *geistlichen Reife*
zu fördern.

EXAMEN PRAYER

1. DANKBARKEIT

- Gott ist ein liebender Geber
- Undankbarkeit ist das Nicht-Erkennen des täglichen Segens.
- nicht schnell “abhaken”
- Reflexion:
 - (1) chronologisch
 - (2) besonderer Moment

2. **BITTE**

- Das Examen Gebet ist keine Selbstreflexion/ Selbsterkenntnis aus eigener Anstrengung. Es ist ein Akt göttlicher Gnade.
- Bitte um göttliche Führung und sein Licht in der bevorstehenden Reflexion.

3. RÜCKSCHAU

- Der vergangene Tag wird im Lichte Gottes betrachtet:
 - **Wo hat Gott gehandelt?**
 - **Wie hat das Herz darauf reagiert?**
 - **Welche inneren Bewegungen hin oder weg von Gott erkenne ich? (“Tröst” & “Tröstlosigkeit”)**

3. RÜCKSCHAU

- Der Tag wird nicht analytisch bewertet, sondern wahrnehmend betrachtet: Wie in einem Film, den man gemeinsam mit Gott anschaut.
- Frage: **Wie hat mein Herz auf Gott in diesem Moment reagiert?**

3. RÜCKSCHAU

- Unterschieden wird von zwei Grundbewegungen des Herzens: Trost & Trostlosigkeit.
- Was hat mich zu Gott hingeführt? (Trost)
- Was hat mich von Gott weggezogen? (Trostlosigkeit)

4. VERGEBUNG

- Nicht in einer Atmosphäre der Selbstanklage, sondern im Licht eines Gottes, der freudig vergibt.
- Dialog & Beziehung - keine isolierte Selbstbewertung.
- Sünde sind nicht nur im engeren moralischen Sinn.

5. ERNEUERUNG

- Mit Gottes Gnade einen Vorsatz fassen!
- aus der Erkenntnis des Tages soll ein Lernprozess erfolgen
- Fragen: **Wo ruft Gott mich zu einem nächsten Schritt? Wie will ich mit einer sich wiederholenden Herausforderung umgehen?**

REFLEXION