

# LEBE! Anleitung für Einsteiger



## Was ist das „LEBE! JOURNAL“ ?

LEBE! ist Bibellese, die voll auf Dialog mit Gott setzt. Denn Gottes Wort ist mehr als Wissen oder tote Buchstaben. Weil sein Wort lebt, kann es jeden Tag neu in unser Leben sprechen und uns ermutigen, ermahnen, trösten, verändern, in Bewegung setzen usw. Die Abkürzung „LEBE!“ steht für: **L**esen, **E**mpfangen, **B**eten, **E**hren und das **!** (Rufzeichen) bedeutet Tun bzw. Aktion. Du benötigst für LEBE! eine Bibel, einen Bibelleseplan deiner Wahl und Schreibmaterial. Im Folgenden werden die einzelnen Punkte Schritt für Schritt erklärt und auf der Rückseite dieses Blattes ist Raum für deinen ersten Versuch.

Wenn du diese Anleitung gelesen hast, dann steht dir nichts mehr im Weg, Gott ganz neu durch sein Wort zu dir sprechen zu lassen! Wir wünschen dir Gottes reichen Segen dabei!

## Schritt-für-Schritt-Anleitung

Zu allererst ist es ratsam einen Ort zu suchen, an dem du möglichst ungestört bist. Sollten dir ständig ablenkende Gedanken kommen, dann schreibe diese irgendwo auf, damit du fokussiert bleiben kannst.



### LESEN

Lese den bzw. die Bibeltex**t**e, die in deinem Bibelleseplan für den aktuellen Tag vermerkt sind. Markiere, unterstreiche oder hebe farblich die Verse hervor, die dich persönlich ansprechen. Dann mache auf einer neuen Seite deines LEBE! Journals ein großes „L“ (für Lesen) in dein Heft und schreibe den Vers, der dich am meisten angesprochen hat, mit Versangabe daneben.



### EMPFANGEN

Als Nächstes nimm dir Zeit, Gott zu fragen und darauf zu hören, was er dir durch diesen Vers sagen möchte. Schreib zu einem „E“ (Empfangen) nieder, was du glaubst, dass Gott zu deinem Herzen gesprochen hat. Schreib es so auf, wie du Gottes Stimme vernommen hast. Mach dir bewusst, dass du mit der Bibel nicht irgendein weiteres Buch besitzt, sondern ein von Gott inspiriertes. Somit kannst du auch erwarten, dass er ganz direkt zu dir sprechen kann und will.



### BETEN

Nimm dir Zeit, um Gott auf das zu antworten, was er dir eben durch die Bibel gesagt hat. Schreib es neben einem großen „B“ (BETEN) auf. Bitte Gott darum, dir zu helfen und dich zu stärken, das zu tun, was er von dir will. Natürlich kannst du auch andere Anliegen mit ihm besprechen und diese ergänzen!



### EHREN

Nimm dir jeden Tag Zeit, um Gott die Ehre zu geben, ihn zu preisen und dich in Dankbarkeit zu üben. Obwohl das Leben mit ihm nicht immer wie „auf einem Ponyhof“ verläuft, tut er uns so viel Gutes! Danke Gott für seine Güte und für konkrete Dinge, über die du dich freust. Schreib dies zu einem „E“ (Ehren), um dich selbst daran zu erinnern, was Gott in deinem Leben vollbringt.



### TUN

Nun bist du an dem Punkt angelangt, die Dinge anzugehen, auf welche Gott dich angesprochen hat. Die Entscheidung, ob du auf das Reden Gottes auch reagieren willst oder nicht, liegt in deiner Hand. Schreibe an dieser Stelle in ein bis zwei kurzen Sätzen neben ein „!“ auf, was du konkret tun möchtest. Die Frage ist: Wie setze ich das Gehörte heute ganz praktisch um?

So, auf geht's! Viel Freude dabei!

Hier ist Raum, um **LEBE!** erstmals zu versuchen. Die Schritte **Lesen**, **Empfangen**, **Beten**, **Ehren** und **das ! (Tun)** sind bereits links gekennzeichnet. Vorschläge Bibeltext: Psalm 23, Markus 4, Epheser 1

**L**

---

---

---

**E**

---

---

---

**B**

---

---

---

**E**

---

---

---

**!**

---

---

---

### Einige Tipps

- Achte darauf, dass du eine Bibelübersetzung verwendest, die du flüssig lesen kannst und die du verstehst. Frage einen erfahrenen Bibelleser um Rat, wenn du Hilfe bei der Auswahl brauchst. Sehr empfehlenswert ist die Studienbibel „Begegnung fürs Leben“ mit praktischen Erklärungen.
- Besorge dir ein Notizbuch als LEBE! Journal. Du kannst dieses dann auch als Tagebuch und Gebetbuch verwenden. So kannst du später nachlesen, was du mit Gott erlebt hast.
- Nutze einen Bibelleseplan, der dich durch die Bibel führt. Wir bieten jährlich einen flexiblen Leseplan an. Achtung: Wenn du einen oder mehrere Tage verpasst hast, dann versuche nicht, aufzuholen. Setze einfach am aktuellen Tag im Plan fort. Der Versuch aufzuholen, wird dich vermutlich nur frustrieren. Vergiss nicht: Jeder Tag ist guter Tag, um neu durchzustarten!