

Kerstin Hack



In seiner Hütte

Zwei Wochen mit Gott – Begegnung erleben

DE





www.meinquadro.de

Kerstin Hack: In seiner Hütte. Zwei Wochen mit Gott – Begegnung erleben
Quadro Nr. 11

© 2009 Down to Earth · Laubacher Str. 16 II · 14197 Berlin

Gestaltung: www.michaelzimmermann.com

Fotos: photocase.com - Stefan Lechleitner (6), rolleyes (8), kallejipp (10, 18),
time. (12), flobox (14), jock+scott (16), watergirl (20), streusel (22), Susann Städter (26),
secretgarden (28), rockabella (30), goshina (32), mi.la (34), chris.kling (36);
Kerstin Hack (1)

Lektorat: MatMil Berlin

Druck: flyeralarm GmbH, Printed in Germany

ISBN 978-3-935992-76-3

Bibeltexte sind nach der Lutherübersetzung und »Hoffnung für alle« zitiert und wurden
aus Platzgründen zum Teil gekürzt. Bitte im Kontext nachlesen.

Die Zitate stammen aus der Zitate-Sammlung »Gut gesagt. 5000 Zitate und
Aphorismen auf CD-ROM«, Down to Earth Verlag.

Bezug

Im Buchhandel oder beim Verlag:

Down to Earth bei Chrismedia

Robert-Bosch-Str. 10

35460 Staufenberg

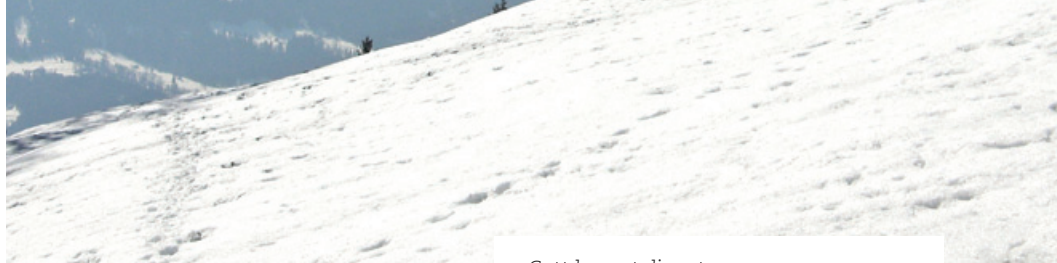
Tel: 06406 - 8346 0

Fax: 06406 - 8346 125

bestellung@chrismedia24.de

Mehr von Kerstin Hack und weitere Quadros gibt es unter

www.down-to-earth.de und www.meinquadro.de



Gott neu entdecken

■ In dem Roman *Die Hütte* erzählt William P. Young von einem Wunder. Mack macht sich mitten aus einer quälenden, schmerzhaften Lebenssituation heraus auf den Weg, Gott zu begegnen. Er erlebt tiefe Veränderung, Trost für schmerzende Wunden, findet Antworten auf manche Lebensfragen und neue Hoffnung.

»So etwas möchte ich auch einmal erleben«, hat sicher der eine oder andere Leser gedacht. Vielleicht geht es dir auch so. Du sehnst dich danach, Gott (wieder) zu begegnen – und hast möglicherweise gleichzeitig Angst davor. Oder vielleicht denkst du: »Es wäre schön, wenn Gott wirklich so wäre, wie er in diesem Buch beschrieben ist, aber wie kann ich das wissen?«

Gleichzeitig ist da auch in dir ein Fünkchen Hoffnung. Du ahnst, dass es sich lohnen könnte, Gott zu suchen – vielleicht. Es könnte ja sein, dass bei ihm Trost und Hilfe und Heilung zu finden sind. Und: Vielleicht ist Gott ja tatsächlich da – und wartet nur auf dich?

Gott kommt dir entgegen,
um dich zu lieben.

—Madeleine Delbrel

Ich kenne beides: Zeiten, in denen Gott für mich so wenig spürbar war, dass ich dachte, ich hätte ebenso gut mit meiner Stehlampe reden können. Ich war traurig, enttäuscht und habe mich gefragt, was bei mir oder Gott falsch ist.

Ich kenne auch Zeiten, die mein Innerstes so tief und so persönlich berührt haben, dass ich mir diese Erfahrungen nur als Begegnungen mit einer liebevollen Persönlichkeit – Gott selbst – erklären kann.

Wunder können wir nicht machen. Aber vielleicht ein wenig den Raum für sie öffnen. Dieses Quadro bietet dir kein Patentrezept an, wie du Gott begegnen kannst. Jeder Weg zu ihm und mit ihm ist einzigartig und persönlich. Aber es gibt Impulse, die helfen können, uns für ihn zu öffnen und ihn wahrzunehmen. Manche dieser Impulse sind inspiriert durch Bücher wie *Die Hütte* und andere, viele stammen auch aus meiner Erfahrung als Mensch, Christ und Coach.



Dieses Heft behandelt fünf Themen:

- 1. Vorbereiten:** Impulse zur Ausrichtung
- 2. Aufmachen:** Für jede Begegnung ist es nötig, sich aufzumachen – innerlich wie äußerlich. Dazu lädt Abschnitt 1 ein.
- 3. Blockaden lösen:** Manchmal stehen wir uns mit unseren Denkmustern und Emotionen selbst im Weg. Dieser Abschnitt enthält Gedanken, wie du das lösen kannst.
- 4. Herz zeigen:** Es bereichert die Begegnung, wenn wir unser Herz spüren, öffnen und zeigen können. Impulse dazu gibt es in diesem Abschnitt.
- 5. Begegnen:** Anregungen über das Wesen der Begegnung.

Ich kann dir nicht garantieren, dass du Gott begegnen wirst – das liegt nicht in unserer Hand. Ich erwarte jedoch, dass du auf dem Weg der Öffnung und Begegnung auf jeden Fall bereichernde und beglückende Erfahrungen machen wirst.

Noch etwas: In diesem Quadro schildere ich viel Persönliches. Deshalb war mir das »Sie« zu steif und distanziert. Ich hoffe, es ist okay, wenn ich Sie bzw. dich mit »du« anspreche.

Ich wünsche dir viel Freude beim Lesen, Nachdenken und Ausprobieren. Und vor allem neue, belebende Begegnungen mit Gott, dir selbst und anderen Menschen.

Von Herzen,

—Kerstin Hack

P.S. Du kannst bei Fragen gerne Kontakt mit mir aufnehmen – auch, wenn du mir Feedback geben oder von deinen Erfahrungen berichten möchtest:
info@kerstinhack.de



Tipps zur Anwendung dieses Quadros

■ Dieses Quadro ist in 14 Kapitel aufgeteilt. Du kannst zwei Wochen lang täglich einen Abschnitt lesen. Oder du nimmst es zu einem Wochenende oder einer längeren Zeit der Begegnung mit Gott mit und lässt dich davon inspirieren.

■ Die einzelnen Abschnitte können fortlaufend oder auch separat gelesen werden. Du kannst gern mit dem Thema anfangen, das dich am meisten bewegt. Wenn dich ein Text besonders anspricht, lies ihn ruhig mehrfach.

■ Wenn dich etwas stört, ist das auch okay.

■ Nimm dir Zeit, über die gestellten Fragen nachzudenken und sie ehrlich zu beantworten. Was schriftlich ist, wird konkret. Deshalb empfehle ich dir, deine Antworten aufzuschreiben und dir auch Notizen zu machen, wie du die Handlungsimpulse umsetzen möchtest.

■ Du kannst für deine Notizen Zettel verwenden oder das Notizbuch *Mein Quadro*, das wir speziell für die Quadro-Serie entwickelt haben.

■ Lies die Texte gemeinsam mit deinem Partner, Freunden, einer Gruppe und sprich mit ihnen darüber. Ihr werdet feststellen, dass vieles im Gespräch klarer wird und tiefer geht.

■ Aus Platzgründen konnte ich einige Texte nur verkürzt zitieren. Lies den zitierten Text am besten im Zusammenhang.

■ Wer passiv konsumiert, bleibt passiv. Frage dich nach jedem Lesen: Wenn ich jemandem erzählen würde, was der wichtigste Impuls für mich war – was würde ich ihm oder ihr sagen?

■ Nimm dir einige Minuten Zeit, um mit Gott oder Menschen über das Gelesene zu reden – dadurch wird es besser verankert.

■ Bleib gelassen. Änderungen geschehen nicht von heute auf morgen. Erlaube dir selbst, in deinem eigenen Tempo zu lernen und dich zu verändern.

■ Freue dich über jeden kleinen Schritt der inneren Öffnung und Veränderung, den du erlebst.



Erfolgreich verhindern

■ Manchmal haben wir – ohne es zu wollen – erfolgreich Strategien entwickelt, die genau das verhindern, wonach wir uns eigentlich sehnen. Manche Menschen sehnen sich nach Beziehung und Partnerschaft. Sie ziehen sich aber aus Angst vor Ablehnung zurück oder stürzen sich so in die Arbeit, dass weder im Kopf noch im Terminkalender Raum für Begegnung bleibt. Mit Gott machen wir das manchmal unbewusst genauso. Ein Teil von uns sehnt sich nach Begegnung mit ihm, der andere torpediert genau diesen Wunsch.

Im Roman *Die Hütte* sehnte sich Mack nach Antworten, einer Begegnung mit Gott, die in seinem Leben wirklich etwas verändern würde. Die Frustration darüber, dass der Glaube in seinem Leben bisher zu wenig Positivem geführt hatte, war so groß, dass er es kaum mehr wagte, sich auf die Begegnung mit Gott einzulassen. Für lange Zeit zog er sich in einen stoischen, gefühllosen Glauben zurück und ignorierte dabei die zunehmende Trennung von Gott.

Der größte Gegner intimer Nähe zu Gott ist der Dienst für ihn.

—Dallas Willard

Andere Menschen haben andere Strategien, um sich Gott »vom Leibe zu halten«. Sie sperren sich und ihn in enge Glaubensdogmen und religiöse Pflichtkataloge ein, sie ignorieren ihn, halten sich beschäftigt, klagen ihn an oder sind so mit dem Dienst für ihn beschäftigt, dass die Arbeit für ihn die Begegnung mit ihm erfolgreich vereitelt. Und verhindern damit genau das, was sie eigentlich im tiefsten Inneren wollen: eine Begegnung mit Gott, die sie tröstet, stärkt, belebt und erneuert.

■ Denk mal

Stell dir vor, Gott möchte dir begegnen. Was müsstest du tun, um genau das erfolgreich zu verhindern?

■ Mach mal

Überlege, welche Strategien die Tier- und Pflanzenwelt hat, um Begegnung zu vermeiden (z. B. Einigeln). Welche kommen dir vertraut vor?



Es ist besser, das zu überschlafen, was du zu tun beabsichtigst, als dich von dem wach halten zu lassen, was du getan hast.

—Sprichwort der Igbo

Begrenzungen

■ Die Hütte beschreibt, wie unendlich schwer es für Mack ist, damit klar zu kommen, dass er seine Tochter Missy vor dem Gewaltverbrecher nicht retten konnte. Immer wieder verfolgt ihn die Frage, wieso er sie nicht schützen konnte.

Es gibt nur wenig, was so schwer zu ertragen ist, wie eigene Begrenzung. Wir wissen nicht alles – und sind deshalb oft erst hinterher klüger. Auch unsere Kraft ist begrenzt.

Als ein Vater in Thailand den Tsunami auf sich zukommen sah, rettete er sich mit seiner Tochter im Arm auf einen Baum. Ein herabfallender großer Ast brach seinen Arm und schlug ihm das Baby aus der Hand. Die Wellen rissen es mit sich fort. Ich habe geweint, als ich das las. Wie schmerzhaft muss es für den Vater gewesen sein, seine Tochter zu verlieren – und zu spüren, dass seine Kraft nicht ausreichte, um der Natur zu widerstehen.

Wir reagieren auf die Konfrontation mit unseren Begrenzungen oft mit Grübeln.

Wir denken: »Ach, hätte ich/er doch... ach, wäre ich nur... wenn ich nur...« Oder mit Vorwürfen an Gott und andere. »Ach, hätte er doch nur...!« Damit versuchen wir, die Grenzen zu leugnen. Wir wollen nicht wahrhaben, dass wir etwas nicht können, wollen wenigstens in Gedanken das Geschehene ungeschehen machen. Es kann hilfreich und heilend sein, die Trauer über unsere Begrenzung zuzulassen. »Das habe ich nicht gewusst, nicht ahnen können... und darüber bin ich traurig.« »Das war außerhalb meiner Macht. Das bedrückt mich.« Grenzen einzugestehen erleichtert.

■ Denk mal

Welche deiner Begrenzungen sind für dich besonders schmerzhaft?

■ Mach mal

Sprich mit Gott ehrlich über die Situationen, in denen du sauer warst, dass er deine Grenzen nicht aufgehoben hat.



Er ist zu einem der seltenen Menschen geworden, die sich wirklich in sich zu Hause fühlen. Ich fühle mich in seiner Gegenwart zu Hause wie bei niemandem sonst.

—Willie über Mack in »Die Hütte«, S. 14

Das beste Gespräch

■ Mich hat dieser Satz sehr bewegt. Er drückt eine tiefe Sehnsucht von mir aus: Ich wünsche mir, dass Menschen bereichert und beschenkt werden, wenn sie mir begegnen, dass sie inspiriert werden, Hilfe empfangen oder die Zeit mit mir einfach »nur« als wohltuend und angenehm erleben. Das ist jedoch nicht immer der Fall. Manchmal bin ich verschlossen, selbstbezogen und ängstlich. Dann ist es für andere nicht unbedingt bereichernd, mir zu begegnen.

In *Die Hütte* wird beschrieben, wie Mack nach seiner Begegnung mit Gott noch mehr als zuvor auf eine stille, angenehme Art für andere Menschen bereichernd ist. Dies war sicher nicht der Zweck der Begegnung mit Gott – sie war zuallererst und vor allem ein Geschenk an ihn selbst, Trost für seine Schmerzen und Antwort auf manche Fragen. Aber jede lebendige Begegnung wirkt sich auf andere aus. Wo Leben fließt, fließt es weiter. Du musst das nicht produzieren oder machen.

Kein Mensch kann Leben hervorbringen. Aber du kannst es zulassen, dich darauf einlassen und es durch dich fließen lassen. Ich hoffe, dass du in der Zeit, in der du dich mit diesem Quadro beschäftigt hast, bereichernde Begegnungen mit Gott, dir selbst und anderen erlebt hast. Wenn du magst, kannst du mir davon erzählen (info@kerstinhack.de). Ich wünsche dir, dass es weitergeht und du dich immer mehr dem Leben und Gott selbst öffnen kannst, so dass Gottes Liebe durch dich andere berührt.

■ Denk mal

Was zeichnet für dich Menschen aus, denen du gerne begegnest?

■ Mach mal

Mal dir ein Bild vor Augen, wie es ist, wenn du reiche und tiefe Begegnungen mit Menschen und Gott hast. Was ist auf diesem Bild zu sehen?



William Paul Young
Die Hütte
Ein Wochenende mit
Gott, 304 Seiten

Eine tief bewegende Erzählung. Mack verliert seine Tochter durch ein Verbrechen. Ihre letzten Spuren findet man in einer Hütte im Wald. Vier Jahre später erhält Mack einen Brief, der ihn in eben diese Hütte einlädt. Der Absender: Gott. Ein bewegendes Wochenende beginnt.

Buch



Harald Sommerfeld
No more Blues
Glauben ohne Schuld-
gefühle, 40 Seiten

Schuldgefühle sind treue Begleiter im Leben vieler Christen. Doch sie müssen nicht sein! Dieses Quadro zeigt, wie Gott zu dir und deiner Schuld steht, wie du falsche Schuldgefühle »entsorgen« und zu einem entspannten Leben als Christ finden kannst.

Quadro Nr. 8



Kerstin Hack, Birgit
Schilling
Stille finden
Aus der Ruhe leben
lernen, 40 Seiten

Zur Stille zu finden – wer wünscht sich das nicht. Dieses Quadro gibt vier Wochen lang tägliche Impulse für den Weg zur Stille. Es zeigt, wie man im Alltag Momente der Stille einbauen oder auch besondere Zeiten der Stille gestalten kann.

Quadro Nr. 10



Kerstin Hack
Spring
Hinein ins volle Leben,
160 Seiten

Manchmal sind wir emotional wie abgestorben. Das Buch von Kerstin Hack zeigt lebensnah und praktisch, wie man Haltungen und Denkmuster, die Lebensfreude verhindern, entdecken und entsorgen kann, so dass das Leben wieder leichter und froher wird.

Buch

Viele Titel auch als
E-Book erhältlich.

Q In seiner Hütte

Gott neu begegnen:
www.mein-wochenende-mit-gott.de

Gott kommt dir entgegen, um dich zu lieben. —Madeleine Delbrel

Viele Menschen haben irgendwann einmal voll Vertrauen an Gott geglaubt, dann aber Enttäuschungen, Schmerz und Kummer erlebt – oder Erfahrungen gemacht, die sie nicht verstehen und einordnen konnten. Das hat ihnen den Glauben schwer gemacht. Sie haben den lebendigen Draht zu Gott verloren, sehnen sich aber nach einem Neubeginn. Vielleicht geht es dir auch so.

Dieses Quadro lädt dich ein, die Begegnung mit Gott neu zu wagen und gibt dir ganz praktische Tipps und Impulse, wie die Beziehung zu ihm wieder belebt werden kann.

Das Quadro begleitet dich mit vier Impulsen pro Tag:

- Ein prägnantes Zitat
- Ein anregender Denkanstoß
- Eine provokante Frage
- Ein praktischer Handlungsimpuls

Ideal für alle, die neu mit Gott beginnen möchten.

Q Quadro | Besser leben – leicht gemacht

DTE
Down to Earth

ISBN 978-3-935992-76-3



9 783935 992763