

Das Sieben-Wochen-Training
für ein Leben mit Leuchtkraft



SHINE

Experience



SHINE

Experience

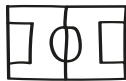
**Das Sieben-Wochen-Training
für ein Leben mit Leuchtkraft**

AUTOREN



ANDREAS BOPPART

Vielredner,
Bücherschreiber,
Vierfach-Mädchen-
vater und Chef
von Campus für
Christus Schweiz



JONATHAN BUCHER

Gern-Esser,
Fußball-Coach,
Junggebliebener,
Vierfach-Vater
und Co-Leiter
SHINE Schweiz



LEONARDO IANTORNO

Lautdenker,
Redenschwinger,
Weinliebhaber,
Doppel-Daddy und
Co-Leiter SHINE
Schweiz



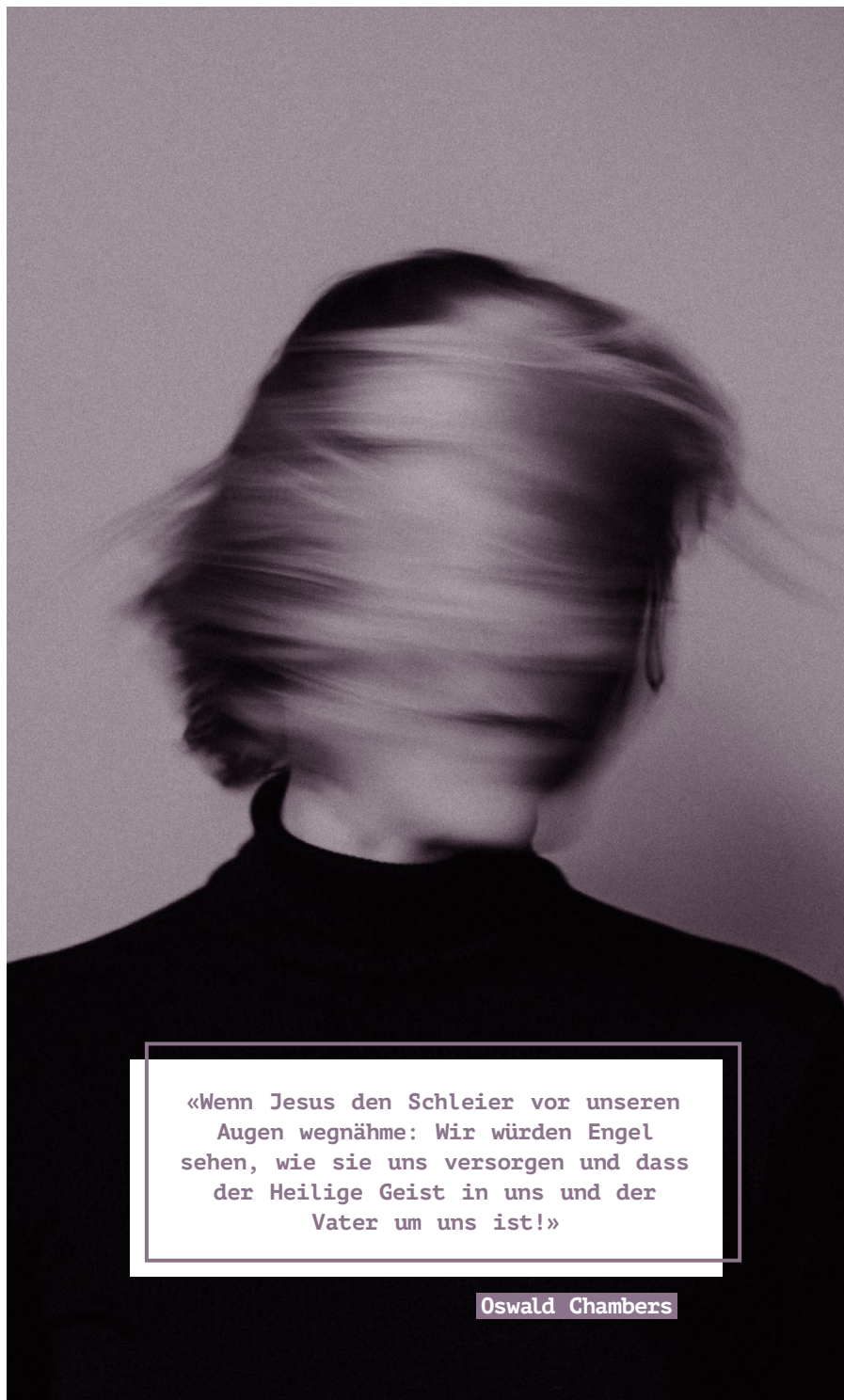
MICHAEL ZURBRÜGG

Pionier, kreati-
ver Wirbelwind,
Atlantik-Über-
querer, Hunde-
halter und Leiter
SHINE Europe

SCM

R.Brockhaus





«Wenn Jesus den Schleier vor unseren
Augen wegnähme: Wir würden Engel
sehen, wie sie uns versorgen und dass
der Heilige Geist in uns und der
Vater um uns ist!»

Oswald Chambers



PERSONAL-TIME / COMMUNITY-TIME | TAG 1

Ziehst du die SHINE Experience alleine durch, dann checke in der App für das Kapitel «Booster» ein und sieh dir jetzt das «Booster»-Video an. Als Gruppe feiert ihr Community-Time, mit Games, dem «Booster»-Video und Zeit in der Kleingruppe.

Da ist ein übernatürlicher Gott, der durch seinen Heiligen Geist in dir und durch dich wirkt. Wie tut er das? Er spricht zu dir. Deshalb ist es wichtig, wach und achtsam zu sein. Gott spricht durch seinen Geist in dein Herz – wie eine innere Stimme, die dir wichtige Impulse gibt. Manchmal hören oder sehen wir, dass Gott spektakuläre Dinge tut. Oft wirkt er aber auch im Stillen. Der Prediger Oswald Chambers sagte sinngemäß: «Normalerweise hat Gott uns nicht für das Außergewöhnliche geschaffen, sondern dafür dass wir im Normalen außergewöhnlich sind.» Das normale Leben wird zum außergewöhnlichen Abenteuer, wenn du immer und überall mit Gottes Gegenwart und dem Wirken seines Geistes rechnest!

Die Bibel

Lies die unten stehenden Bibelstellen, in denen Jesus seinen Jüngern erklärt, was es mit dem Heiligen Geist auf sich hat:

- Johannes 16,5-14
- Johannes 14,26

Und du?

- Hast du den Heiligen Geist kürzlich (oder in den vergangenen Monaten) erlebt?
- Wo hast du schon einmal gebetet, bist danach einem inneren Impuls gefolgt und hast dabei Gottes Wirken erlebt?
- Was sind positive und negative Erfahrungen, die du mit dem Heiligen Geist und mit dem Hören auf seine Stimme gemacht hast?
- Was würde dir helfen, damit du dich noch mehr auf den Heiligen Geist und auf sein Wirken einlassen kannst?



HEART | TAG 2

Muskeln wachsen nur, wenn sie trainiert werden. Wenn dein Vorbild Dwayne «The Rock» Johnson oder ein anderer Muskelmann ist und du diesem nacheiferst, dann weißt du, wo du die nächsten Jahre verbringen wirst: leidend in einem Fitnessraum. Keine/r rennt einfach mal so die 100 Meter unter 10 Sekunden, indem sie/er sich zur Vorbereitung wochenlang mit einem Softdrink am Strand sonnt.

Genauso ist das mit deinem Glauben. Geistliches Training, wie Paulus es im Vers auf der linken Seite nennt, bringt Gewinn. Timotheus wird ermutigt, seine Zeit und Kraft zu nutzen, um im Glauben zu wachsen und immer stärker zu werden (Vers 7).

Wie ist das bei dir? Die SHINE Experience ist ein Trainingstool, das dir dabei hilft, deine geistlichen Muskeln zu stärken - und das garantiert muskelkaterfrei.

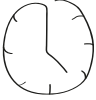
Körperliches Training hat einen gewissen Wert, aber geistliches Training ist noch viel wichtiger, denn es verspricht Gewinn in diesem wie auch im zukünftigen Leben.

1. Timotheus 4,8 *



ACTION STEP

MACH ZEHN LIEGESTÜTZEN, UM DEINE MUSKELN ZU TRAINIEREN. WENN DU DAS NICHT SCHAFFST, DARFST DU ZEHNMAL DIE BEIDEN POBACKEN FEST ZUSAMMEN KNEIFEN. LIES DANACH ZEHN MINUTEN IN DER BIBEL, UM DEINE GEISTLICHE MUSKULATUR ZU TRAINIEREN. PSALM 91 EIGNET SICH SUPER, UM MIT DEM TRAINING SO RICHTIG DURCHZUSTARTEN.



GET READY | TAG 3

Aber wenn der Heilige Geist über euch gekommen ist, werdet ihr seine Kraft empfangen. Dann werdet ihr den Menschen auf der ganzen Welt von mir erzählen - in Jerusalem, in ganz Judäa, in Samarien, ja bis an die Enden der Erde.

Apostelgeschichte 1,8

Gehörst du zu den Menschen, die morgens nur mit einem Energy-Drink aus dem Bett kommen? Das griechische Wort für «Kraft» ist Dynamis. Gott will dir seine Dynamis geben - den Heiligen Geist! Diese himmlische Power verleiht im Gegensatz zu Red Bull tatsächlich geistliche Flügel! An Pfingsten kam der Heilige Geist vom Himmel auf die Nachfolger von Jesus und ihr Leben wurde grundlegend verändert. Jesus selbst hat erst mit Wundern und Heilungen begonnen, nachdem bei seiner Taufe Gottes Geist auf ihn kam. Auch dich will Gott heute mit seinem Heiligen Geist erfüllen. Er bringt «Dynamis» in dein Leben. Nicht zu verwechseln mit Dynamit. :) Lass dir das nicht entgehen!

Folgendes verspricht uns Jesus in Lukas 11,9-13:

Deshalb sage ich euch: Bittet, und ihr werdet erhalten. Sucht, und ihr werdet finden. Klopf an, und die Tür wird euch geöffnet werden. Denn wer bittet, wird erhalten. Wer sucht, wird finden. Und die Tür wird jedem geöffnet, der anklopft. Gibt es einen Vater, der seinem Kind eine Schlange hinhält, wenn es um einen Fisch bittet? Oder wenn es um ein Ei bittet, reicht er ihm dann einen Skorpion? Natürlich nicht! Wenn aber selbst ihr sündigen Menschen wisst, wie ihr euren Kindern Gutes tun könnt, wie viel eher wird euer Vater im Himmel denen, die ihn bitten, den Heiligen Geist schenken.

ACTION STEP

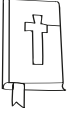
MACH GLEICH JETZT, EGAL WO DU BIST, DEINE ZIMMERTÜR ODER DEIN FENSTER AUF. FALLS DU IRGENDWO DRAUSSEN SITZT UND WEDER TÜR NOCH FENSTER IN DER NAHE SIND, DANN ÖFFNE DEINE JACKE, DEINEN MUND ODER ETWAS ANDERES. IRGENDETWAS WIRD SICH SCHON FINDEN LASSEN!

DIES STEHT SINNBILDICH FÜR EINE EINLADUNG AN DEN HEILIGEN GEIST, DER MIT NEUER KRAFT IN DEIN LEBEN KOMMEN SOLL.

BITTE GOTT DARUM, DASS DER HEILIGE GEIST NICHT NUR ALS GAST ZU BESUCH KOMMT, SONDERN DASS ER DEIN HERZ UND DEN ORT, AN DEM DU BIST, ERFÜLLT. WARTE DANACH MINDESTENS FÜNF MINUTEN. VIELLEICHT KOMMT DIR EINE IDEE ODER DU SPÜRST GOTTES GEGENWART.

WENN NICHT, VERGISS NICHT, DASS DER HEILIGE GEIST IMMER BEI DIR IST, UND VERSUCHE ES MUTIG WIEDER.





BIBLE | TAG 4

Ihr sollt euer altes Leben wie alte Kleider ablegen. Folgt nicht mehr euren Leidenschaften, die euch in die Irre führen und euch zerstören. Gottes Geist will euch durch und durch erneuern. Zieht das neue Leben an, wie ihr neue Kleider anzieht. Ihr seid neue Menschen geworden, die Gott selbst nach seinem Bild geschaffen hat. Ihr gehört zu Gott und lebt so, wie es ihm gefällt.

Epheser 4,22-24 (HFA)

So wie du jeden Morgen Kleider anziehst, so zieh auch jeden Morgen das «neue Leben» an, das Jesus uns vorgelebt hat und für das der Heilige Geist uns bevollmächtigt. Denn nach zwei, drei Tagen ist es für dich und dein Umfeld auch nicht mehr ganz so angenehm, wenn du dasselbe T-Shirt trägst. Gott bietet dir jeden Tag frische Kleidung an. Wenn du also deine Socken oder deine Unterhose anziehst, kannst du Gott bitten, dass er dir mehr Liebe für den nervenden Sitznachbarn in der Schule gibt. Oder dass er dich mit mehr Geduld für deine Eltern bekleidet. Ziehst du dir ein Shirt über die Ohren, dann sprich dir doch selber zu, dass Gottes Geist dich heute begleitet und dich erneuert.

Werdet stark durch den Herrn und durch die mächtige Kraft seiner Stärke! Legt die komplette Waffenrüstung Gottes an, damit ihr allen hinterhältigen Angriffen des Teufels widerstehen könnt.

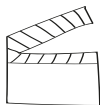
Epheser 6,10-11



ACTION STEP

**WENN DU DEN BIBELTEXT IM
EPHESERBRIEF WEITERLIEST, FINDEST
DU SECHS GEGENSTÄNDE, DIE DIESE
WAFFENRÜSTUNG AUSMACHEN.
LIES EPHESER 6,14-17 IN DEINER BIBEL
UND MARKIERE DIE SECHS GEGENSTÄNDE.
ÜBERLEGE DIR JETZT, WAS WOHL
DAMIT GEMEINT IST, UND VERSUCHE,
ES AUF DEIN LEBEN ZU BEZIEHEN.**





ACTION | TAG 5

Ihr seid das Licht der Welt. Lasst euer Licht leuchten vor den Leuten, damit sie eure guten Werke sehen und euren Vater im Himmel preisen.

Matthäus 5,14-16 (LUT)

Die Idee eines U-Boots ist, dass es sich unter Wasser fortbewegen kann, ohne entdeckt zu werden. Manchmal leben wir auch unseren Glauben an Jesus wie ein U-Boot - wir bleiben unentdeckt und schwimmen immer tief genug unter der Wasseroberfläche. Das entspricht aber nicht der Idee von Jesus. Im Gegenteil: Wir sollen klar sichtbar vor den Menschen unser Licht und unseren ansteckenden Lifestyle leuchten lassen, damit andere Gott erkennen und ihn auch kennenlernen können. Auftauchen ist angesagt.

Gegenüber welcher Person willst du keinen U-Boot-Glauben mehr leben?

Name: _____

Für welche Person kannst du heute dein Licht scheinen lassen?

Name: _____

Womit oder wodurch lässt du dein Licht bei dieser Person scheinen?



LEARN | TAG 6

Wenn man einen Frosch in einen Kochtopf mit kaltem Wasser legt und dieses Wasser dann langsam erhitzt, springt der Frosch nicht heraus. Er gewöhnt sich an die steigende Temperatur, bis es zu spät ist und die Hitze ihn hopsgehen lässt.

Ganz ähnlich ist es mit dem Glauben. Wenn du passiv dasitzt und dich glaubensmäßig nicht bewegst, wird dieser die Temperatur deines Umfelds annehmen und irgendwann «hopsgehen». Aber du kannst dich auch entscheiden, nicht einfach sitzen zu bleiben, sondern aktiv zu werden und einen Sprung aus dem gemütlichen Topf zu wagen.

Deshalb orientiert euch nicht am Verhalten und an den Gewohnheiten dieser Welt, sondern lasst euch von Gott durch Veränderung eurer Denkweise in neue Menschen verwandeln. Dann werdet ihr wissen, was Gott von euch will: Es ist das, was gut ist und ihn freut und seinem Willen vollkommen entspricht.

Römer 12,2

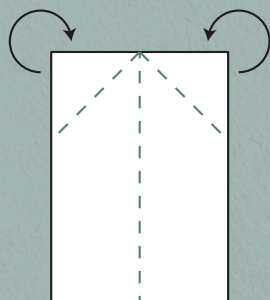
Das hier verwendete griechische Wort für «Veränderung» heißt anakainosis. Es bedeutet «Erneuerung». Um den SHINE Lifestyle zu leben, müssen wir unsere Denkweise regelmäßig von Gott «anakainoisieren» lassen. So sehen wir Dinge, wie Gott sie sieht, und sind fähig zu handeln, wie Jesus es tat.

ACTION STEP

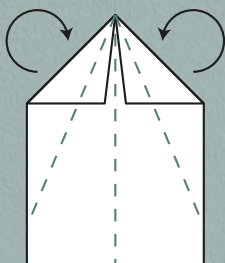
NIMM EINEN KUGELSCHREIBER ODER STIFT ZUR HAND UND ZEICHNE EIN FRAGEZEICHEN SICHTBAR AUF EINEN DEINER HANDRÜCKEN. DAS FRAGEZEICHEN HILFT DIR BEI FOLGENDER AUFGABE: ÜBERLEGE DIR HEUTE IMMER WIEDER, WAS JESUS AN DEINER STELLE TUN WÜRD. ALLERDINGS IST ES VÖLLIG OKAY, WENN DU BEI DER FRAGE, WELCHE SOCKEN DU ANZIEHEN SOLLST, DEIN HIRN EINSCHALTEST UND SELBST ÜBERLEGST. AUS IRGEND EINEM GRUND HAT GOTT ES DIR JA GEGEBEN.



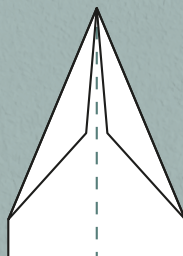
ANLEITUNG



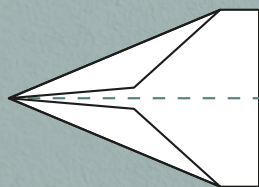
1.



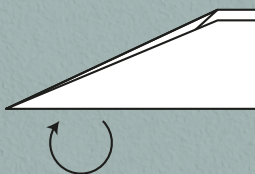
2.



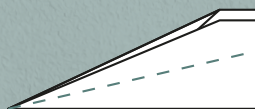
3.



4.



5.



6.



SURPRISE | TAG 7

Schnall dich an und starte mit Gott so richtig durch. Nimm ein Blatt Papier und falte den Flieger gemäß Anleitung zusammen. Und dann versuch, ihn möglichst schön auf ein Ziel zugleiten zu lassen. Vermutlich wird der Flieger es nicht haargenau treffen. So läuft es manchmal auch im Leben mit Gott. Wir peilen zwar eine Richtung an, aber Gott führt uns genau dorthin, wo wir hingehören. Entscheidend ist, DASS du dich in Bewegung setzt. Bist du «ready for take-off»?

