

Andreas Baumann

Das GENESIS-Prinzip:
Wie in unserem Leben Neues wachsen kann



Francke-Verlag 2011

128 Seiten / 9,95 €

ISBN 978-3-86827-281-9

www.genesis-prinzip.de

Anregungen für Hauskreise

(Version II-02 / Februar 2012)

Warum das GENESIS-Prinzip im Hauskreis besprechen?

Beim GENESIS-Prinzip geht es darum, das Prinzip, nach dem Gott am Anfang der Zeit die Welt geschaffen und geordnet hat, auf unser persönliches Leben anzuwenden. Wenn wir den Regeln und dem Rhythmus von Gottes Schöpfung Beachtung schenken, kann unser Leben gelingen und all das Potential entfalten, das der Schöpfer in uns hineingelegt hat.

Wollen wir aber tatsächlich, dass die verschiedenen Aspekte des GENESIS-Prinzips ihre Wirkung in unserem Leben entfalten, müssen wir uns auf einen Weg begeben. Es gilt, diese

Aspekte nicht nur zu verstehen und als hilfreich zu akzeptieren, sondern sie auch nach und nach in unserem Alltagsleben einzuüben. Dabei geht es um einen Prozess, bei dem es gilt geduldig dranzubleiben, bis das Neue tatsächlich Stück für Stück in unserem Leben zu wachsen beginnt.

Deshalb ist es sinnvoll, sich nicht nur einmal mit dem GENESIS-Prinzip zu beschäftigen, indem man z.B. das Buch in einem Zug durchliest oder ein Seminar besucht. Es ist noch besser Kapitel für Kapitel über einen gewissen Zeitraum auf sich wirken zu lassen. Eine Beschäftigung mit dem GENESIS-Prinzip im Hauskreis ist dazu gut geeignet. Es bietet die Möglichkeit am Anfang einer Woche zuhause ein Kapitel zu lesen und für sich selbst durchzuarbeiten. Die angesprochenen Aspekte können dann eine Woche lang bewegt und mit dem eigenen Alltag in Verbindung gebracht werden. Ein Treffen im Hauskreis am Ende der Woche gibt dann die Möglichkeit sich noch einmal gemeinsam an das Gelesene zu erinnern, sich über die während der Woche gemachten Erfahrungen auszutauschen und dabei voneinander zu lernen und neue Anregungen zu bekommen.

Das Besprechen des GENESIS-Prinzips im Hauskreis ersetzt also nicht das eigene Lesen des Buches, sondern ist eine optimale Ergänzung und Weiterführung.

Wie das folgende Material gedacht ist?

Jeder Hauskreis hat seine eigene Prägung. Die Themen des GENESIS-Prinzips können unterschiedlich durchgearbeitet und besprochen werden. Das folgende Material ist deshalb nur als Anregung gedacht. Nehmen Sie sich die Freiheit, Ihren eigenen Weg zu finden: Lassen Sie manches weg oder ergänzen Sie auch – so wie es zu Ihnen und Ihrem Hauskreis passt. Für Anregungen und Rückmeldungen, welche Erfahrungen Sie dabei gemacht haben, sind wir dankbar. Es wird uns helfen, unsere Materialien in Zukunft noch zu verbessern.

Elemente für die Behandlung des GENESIS-Prinzips im Hauskreis

1. Vorheriges Lesen des jeweiligen Kapitels:

Bevor man ein Kapitel im Hauskreis bespricht, sollte jedes Gruppenmitglied das entsprechende Kapitel für sich selbst gelesen haben: Entweder unmittelbar in der Woche vor dem Treffen – wobei es sich empfiehlt das Kapitel schon am ersten oder zweiten Tag dieser Woche zu lesen; möglich ist allerdings auch, das Buch schon gleich ganz zu lesen, bevor es in den Hauskreistreffen besprochen wird. (Wenn schon einige Wochen vorher bekannt ist, dass bald das Buch „Das GENESIS-Prinzip“ im Hauskreis behandelt wird, sollte eigentlich jeder Teilnehmer irgendwann die Zeit finden können, die knapp über 100 Seiten nach und nach zu lesen). Besonders profitiert man davon, wenn man das Buch „mit dem Stift in der Hand“ liest und sich Stellen, die einem besonders wichtig sind, markiert (Oder auch Aussagen, zu denen man noch Fragen hat oder wo man anderer Meinung ist). Hat jeder dann auch das eigene Buch im Hauskreistreffen dabei, kann man sich anhand der Stellen, die man so markiert hat, besonders gut austauschen.

2. Anregungen und Wochenaufgabe:

Inwiefern und wie intensiv der Einzelne die im Buch enthaltenen „Anregungen“ für sich durcharbeitet, bleibt ihm selbst überlassen. Im Laufe der Woche vor einem Hauskreistreffen

sollte aber jeder zumindest die dazugehörige Wochenaufgabe (s.u.) bearbeitet haben, sonst ist das gemeinsame Gespräch darüber schwierig.

3. Lesen des Bibeltextes:

Es wird empfohlen zu Beginn eines jeden Treffens gemeinsam jeweils den gesamten Text der Schöpfungsgeschichte zu lesen (1. Mose 1,1- 2,4). Es empfiehlt sich den Text laut reihum zu lesen. So kann das Wort Gottes im Laufe der Zeit in unser Leben einsinken und dort nach und nach seine Wirkung entfalten.

4. Besprechung und Austausch:

Der vorher vereinbarte Leiter für den Abend liest nun noch einmal den Abschnitt / die Verse um die es in dem jeweiligen Treffen schwerpunktmäßig gehen soll. Er fasst aus dem Buch noch einmal einige der Kernpunkte des gelesenen Kapitels zusammen und leitet über zu den jeweiligen Fragen und Anregungen, die gemeinsam besprochen werden sollen. Wo nötig, lenkt er das Gespräch, indem er z.B. von einer Frage zur nächsten überleitet. Er ermutigt dazu, sich nicht nur theoretisch über das jeweilige Thema zu äußern, sondern auch ehrlich darüber zu reden, welche Erfahrungen man selbst mit dem jeweiligen Thema gemacht hat.

5. Gebetsgemeinschaft:

Gegen Ende des Treffens sollte das Thema des Abends möglichst auch noch im Gebet mit- und füreinander aufgegriffen werden. Vorher kann kurz gesammelt werden: Was wünscht sich der Einzelne in Bezug auf das Thema für sein Leben? Wo sehnt er sich nach Gottes Hilfe und nach seinem Eingreifen?

6. Vorausblick:

Wann ist das nächste Treffen? Welcher Abschnitt / welches Thema aus dem Buch wird dann behandelt? Wer leitet das nächste Treffen? Was ist die Wochenaufgabe bis zum nächsten Mal?

Die einzelnen Einheiten

Einheit 1: Unser Leben braucht ein Zentrum (I): Gott im Zentrum – Hoffnung im Chaos

Vorher zu lesen: Das GENESIS-Prinzip, S. 7-18

Wochenaufgabe (für die Woche vor dem Treffen):

Erinnern Sie sich die ganze Woche durch immer wieder daran, dass Gott Grundlage und Zentrum von allem ist. Sagen Sie sich in dieser Woche deshalb so oft es geht, bewusst den Satz: „Gott ist jetzt da!“ Morgens, wenn Sie aufstehen, wenn Sie mit einer Arbeit beginnen, wenn Sie mit einem Problem konfrontiert werden, wenn Sie ausruhen, wenn Sie anderen Menschen begegnen, wenn Sie abends zu Bett gehen ... machen Sie sich bei allem, was Sie tun, immer wieder bewusst: „Gott ist jetzt da!“ Schreiben Sie diesen Satz auf einen Zettel und platzieren Sie den Zettel an einer Stelle, wo Sie ihn häufig sehen: Auf dem Schreibtisch, an der Tür, am Spiegel ...

Fragen und Anregungen fürs Gespräch:

- An welchen Aussagen des Textes bin ich hängen geblieben? Was hat mich besonders angesprochen? Warum?
- Wo versucht in unserer modernen Gesellschaft der Mensch, die Stelle Gottes einzunehmen? Welche Folgen hat das?
- Ist die Offenheit in unserer Gesellschaft für geistliche/spirituelle Zusammenhänge in den letzten Jahren tatsächlich größer geworden? Woran liegt das? Wie können wir als Christen darauf reagieren?
- Wer oder was steht im Alltag meist im Zentrum meines Lebens? Was bestimmt mich? Worauf richte ich mich aus?
- Was für Erfahrungen habe ich mit der Wochenaufgabe gemacht? Welche Auswirkungen hatte die Übung auf meinen Alltag? Möchte ich in irgendeiner Weise das Experiment dieser Woche fortführen?
- Wo gibt es bei mir Dinge, die ich derzeit in meinem Leben als „Tohuwabohu“ empfinde?
- Wie groß ist meine Erwartung oder Hoffnung, dass sich daran etwas grundlegend ändert? Worauf gründet sich diese Hoffnung?
- Wo wünsche ich mir, das ordnende Eingreifen Gottes? Wo möchte ich Gott um Veränderung bitten?
- Was möchte ich von diesem Thema praktisch mitnehmen für mein Leben? Versuchen Sie es in nur einem einzigen Satz zu formulieren.

Einheit 2: Unser Leben braucht ein Zentrum (II): Was unser Leben verändern kann

Vorher zu lesen: Das GENESIS-Prinzip, S. 18-27

Wochenaufgabe (für die Woche vor dem Treffen):

Reservieren Sie sich im Lauf der Woche einmal eine halbe Stunde Zeit, in der Sie ungestört sind, um bewusst auf Gott zu hören. Und dann, lassen Sie Gott einfach einmal „zu Wort kommen“. Fragen Sie ihn, was er Ihnen zu sagen hat. Und dann notieren Sie einfach einmal, was Gott Ihnen in dieser Zeit des Hörens in den Sinn gibt!

Fragen und Anregungen fürs Gespräch:

- An welchen Aussagen des Textes bin ich hängen geblieben? Was hat mich besonders angesprochen? Warum?
- Wie war die Zeit für mich, in der ich (als Wochenaufgabe) einfach einmal versucht habe, auf die Stimme Gottes zu hören? Habe ich den Eindruck etwas gehört zu haben? Denke ich, dass es tatsächlich Gott war, der mir etwas klarmachen wollte? Was hat er mir gesagt? Hatte ich das erwartet?
- Gibt es Situationen in meinem Leben, wo ich erlebt habe, dass Gott sehr deutlich zu mir geredet hat? Was für Situationen waren das?
- Wie ist das bei mir persönlich: Wenn ich in der Bibel lese, erlebe ich dann, dass Gott dabei tatsächlich zu mir redet?
- Habe ich schon einmal erlebt, dass ich meinte, dass Gott zu mir gesprochen hat, es sich im Nachhinein aber herausstellte, dass ich mich getäuscht hatte? Was hat das mit mir gemacht? Welche Folgen hatte das für mein Hören auf Gott?
- Wo habe ich schon erlebt, dass Gott meine Gebete erhört hat?
- Was ist für mich zur Zeit das Gebetsanliegen, das mir besonders auf dem Herzen brennt?

- Was möchte ich von diesem Thema praktisch mitnehmen für mein Leben? Versuchen Sie es in nur einem einzigen Satz zu formulieren.

Einheit 3: Unser Leben braucht Licht

Vorher zu lesen: Das GENESIS-Prinzip, S. 28-38

Wochenaufgabe (für die Woche vor dem Treffen):

Schauen Sie sich im Buch auf Seite 36 die Abbildung von den drei verschiedenen „Energie-tanks“ an (Energie in körperlicher, seelischer und geistlicher Hinsicht). Achten Sie im Verlauf dieser Woche einmal bewusst darauf: Was von dem, was Sie tun, kostet Sie viel Energie, was wenig? Gab es Dinge, die Ihnen in dieser Woche neue Kraft und Energie gegeben haben?

Fragen und Anregungen fürs Gespräch:

- An welchen Aussagen des Textes bin ich hängen geblieben? Was hat mich besonders angesprochen? Warum?
- Habe ich es schon mal erlebt, dass ich mich einer unangenehmen Diagnose/Wahrheit stellen musste? Wie war das? War es im Nachhinein gesehen trotzdem wichtig oder hilfreich?
- Wie gelingt es mir, meine Gedanken und Gefühle zu reflektieren und zu ordnen? Was hat mir dabei schon geholfen?
- Welche Erfahrungen habe ich mit der Wochenaufgabe gemacht? Was hat mich besonders Kraft gekostet? Und habe ich Dinge erlebt, die mir neue Energie gegeben haben?
- Wie kommt es, dass es heute zunehmend zu „Burn-outs“ kommt? Woran könnte das meiner Meinung nach liegen?
- Habe ich mich schon einmal so richtig „ausgebrannt“ gefühlt? Was hat dazu geführt? Was habe ich daraus gelernt? Wie kann ich verhindern auszubrennen? Welche Gegenmaßnahmen gibt es?
- Was möchte ich von diesem Thema praktisch mitnehmen für mein Leben? Versuchen Sie es in nur einem einzigen Satz zu formulieren.

Einheit 4: Unser Leben braucht Grenzen

Vorher zu lesen: Das GENESIS-Prinzip, S. 39-49

Wochenaufgabe (für die Woche vor dem Treffen):

Achten Sie in dieser Woche einmal darauf, wo Sie überall auf „Grenzüberschreitungen“ stoßen. Versucht jemand Ihnen oder anderen gegenüber Grenzen zu überschreiten, die man achten sollte? Wo sind negative Folgen davon zu spüren, dass Grenzen nicht eingehalten werden, die man besser einhalten würde? Wo hätte man besser Grenzen gesetzt?

Fragen und Anregungen fürs Gespräch:

- An welchen Aussagen des Textes bin ich hängen geblieben? Was hat mich besonders angesprochen? Warum?
- Welche Erfahrungen haben ich mit der Wochenaufgabe gemacht?
- Wo leide ich derzeit an Grenzen, die ich als Einschränkung empfinde?
- Wo empfinde ich es als lästig, dass Dinge „kein Ende nehmen“ oder immer mehr zur Belastung werden.

- Wo gibt es Grenzen, die sich für mein Leben als hilfreich erweisen?
- Gibt es in meinem Leben überhaupt noch Freiräume?
- Wie kann ich Freiräume schaffen? Was hilft mir dabei?
- Warum fällt es uns manchmal so schwer, NEIN zu sagen?
- Was möchte ich von diesem Thema praktisch mitnehmen für mein Leben? Versuchen Sie es in nur einem einzigen Satz zu formulieren.

Einheit 5: Unser Leben braucht einen Rhythmus

Vorher zu lesen: Das GENESIS-Prinzip, S. 50-61

Wochenaufgabe (für die Woche vor dem Treffen):

Achten Sie in dieser Woche einmal auf Ihren Lebensrhythmus. Wie laufen Ihre Tage ab? Was machen Sie wann? Wie empfinden Sie Ihre Tagesabläufe? Als harmonisch? Oder wo empfinden Sie Ihren Lebensrhythmus als gestört und ungesund?

Fragen und Anregungen fürs Gespräch:

- An welchen Aussagen des Textes bin ich hängen geblieben? Was hat mich besonders angesprochen? Warum?
- Welche Erfahrungen haben ich mit der Wochenaufgabe gemacht? Wo empfinde ich meinen Tagesrhythmus als harmonisch, wo als problematisch?
- Wie würde ich meinen Lebensrhythmus beschreiben – wenn ich ihn mit anderen vergleiche? Bin ich eher ein „Schnellboot“ oder eher ein gemütliches „Ruderboot“?
- Gibt es bei mir im Laufe eines Jahres unterschiedliche Phasen, wo ich fitter oder erschöpfter bin als zu anderen Zeiten im Jahr?
- Was in unserer modernen Lebenswelt empfinde ich als besonders problematisch und ermüdend? Welche Dinge bringen mich aus dem Rhythmus?
- Habe ich den Eindruck, dass bei mir die Verarbeitung von Gefühlen und das Pflegen von Beziehungen genug Zeit bekommen – soviel wie ihnen von ihrer Bedeutung her zukommt? Was hilft mir, meine Gefühle wahrzunehmen und zu verarbeiten?
- Was hilft mir (oder könnte mir helfen) zu entschleunigen?
- Was möchte ich von diesem Thema praktisch mitnehmen für mein Leben? Versuchen Sie es in nur einem einzigen Satz zu formulieren.

Einheit 6: Unser Leben braucht eine Bestimmung (I): Der Gottes- und Arbeitsbezug des Menschen

Vorher zu lesen: Das GENESIS-Prinzip, S. 62-75

Wochenaufgabe (für die Woche vor dem Treffen):

Schauen Sie in dieser Woche einmal auf das, was Sie tun, sei es zuhause, bei der Arbeit, in der Gemeinde, in Ihrer Freizeit, im Umgang mit Dingen und mit Menschen ... Gibt es dabei Dinge, die etwas mit den Tätigkeiten zu tun haben, die Gott dem Menschen als Verwalter seiner Schöpfung aufgetragen hat: Potential zur Entfaltung bringen, etwas nutzbar machen, Dinge erhalten, vor Gefahren schützen, wieder herstellen?

Fragen und Anregungen fürs Gespräch:

- An welchen Aussagen des Textes bin ich hängen geblieben? Was hat mich besonders angesprochen? Warum?
- Wenn ich in die Welt um mich herum schaue: Bei welchen Dingen, die ich bei den Menschen beobachte, denke ich: „Der Mensch ist Teil der Schöpfung“; und bei welchen Dingen denke ich: Da zeigt sich etwas davon, dass der Mensch dazu bestimmt ist, „Gott gleich zu sein“?
- Welche der Aussagen von Seite 66 („Ich bin ...“) bewegt mich am meisten? Welche klingt für mich fremd und ungewohnt? Warum?
- Was habe ich bisher darunter verstanden, dass der Mensch „Gott zum Bilde“ geschaffen wurde? Was ist für mich damit gemeint?
- Wo merke ich bei der Arbeit am ehesten, dass wir nicht mehr im Paradies leben? Was empfinde ich als das größte Problem?
- Welche Erfahrungen habe ich mit der Wochenaufgabe gemacht? Welche Dinge / welche Tätigkeiten habe ich bei mir entdeckt, die im weitesten etwas mit damit zu tun haben: Potential zur Entfaltung bringen, etwas nutzbar machen, Dinge erhalten, vor Gefahren schützen, wieder herstellen?
- Wie könnte das praktisch aussehen und wie könnte ich das in meinem Arbeitsumfeld umsetzen: „Alles was ihr tut, das tut von Herzen als dem HERRN und nicht den Menschen“ (Kol. 3,23).
- Was möchte ich von diesem Thema praktisch mitnehmen für mein Leben? Versuchen Sie es in nur einem einzigen Satz zu formulieren.

Einheit 7: Unser Leben braucht eine Bestimmung (II): Der Sozialbezug des Menschen

Vorher zu lesen: Das GENESIS-Prinzip, S. 75-85

Wochenaufgabe (für die Woche vor dem Treffen):

Machen Sie sich in dieser Woche einmal über folgende Frage Gedanken: Bei welchen Menschen haben Sie sich im Laufe Ihres bisherigen Lebens besonders wohl gefühlt? Mit welchen Leuten waren Sie gerne zusammen? Welche Menschen schätzen Sie besonders? Haben diese Menschen gemeinsame Eigenschaften? Welche?

Fragen und Anregungen fürs Gespräch:

- An welchen Aussagen des Textes bin ich hängen geblieben? Was hat uns besonders angesprochen? Warum?
- Versuchen Sie sich einmal eine Welt vorzustellen, in der alle so wären wie Sie selbst? Tauschen Sie sich darüber aus: Wie wäre diese Welt? Was würde fehlen? Was würde wohl nicht funktionieren?
- Welche Erfahrungen habe ich mit der Wochenaufgabe gemacht? Zu welchem Ergebnis bin ich für mich gekommen.
- Was macht für mich echte Liebe aus? Nennen Sie praktische Beispiele aus dem Alltag, worin sich Liebe zeigt.
- Empfinde ich die verschiedenen Lebensbereiche auch als ein problematisches Spannungsfeld (Arbeit und Familie, Gemeinde und ...)? Was müsste man verändern, um an dieser Stelle zu mehr Harmonie zu kommen?

- Inwieweit kann ich erwarten, dass Gott schon heute unser Leben und die Welt um uns zum Guten verändert? Und wo muss ich realistischereweise anerkennen, dass wir noch in einer gefallenen Welt leben, die immer unvollkommen bleiben wird bis Jesus einmal wiederkommt?
- Wie verhalte ich mich als Christ in dieser Spannung von „schon jetzt“ und „noch nicht“ des Reiches Gottes richtig? Was könnte mir dabei eine Hilfe sein?
- Was möchte ich von diesem Thema praktisch mitnehmen für mein Leben? Versuchen Sie es in nur einem einzigen Satz zu formulieren.

Einheit 8: Unser Leben braucht eine Geschichte

Vorher zu lesen: Das GENESIS-Prinzip, S. 86-102

Wochenaufgabe (für die Woche vor dem Treffen):

Nehmen Sie sich in dieser Woche einmal Zeit, um dem etwas nachzuspüren, welche Pläne und Absichten Gott speziell mit Ihrem Leben haben könnte. Nehmen Sie dazu einen Notizblock zur Hand und beantworten Sie einmal mit Stichworten für sich die Fragen, die im Buch auf Seite 91 und 92 abgedruckt sind. Können Sie in einigen der Dinge, die Sie aufgeschrieben haben, einen roten Faden erkennen?

Fragen und Anregungen fürs Gespräch:

- An welchen Aussagen des Textes bin ich hängen geblieben? Was hat mich besonders angesprochen? Warum?
- Gab es schon einmal Führungen Gottes in meinem Leben, die ich zunächst nicht verstanden habe, die im Nachhinein für mich aber einen Sinn ergaben?
- Welche Führungen Gottes in meinem Leben kann ich noch immer nicht verstehen?
- Welche Erfahrungen habe ich mit der Wochenaufgabe gemacht? Welche „roten Fäden“ habe ich in meinem Leben entdeckt?
- Welche Menschen beeindruckten mich, weil ich den Eindruck habe, dass sie nicht nach „größerem schielen“, sondern ganz bescheiden einfach genau das leben, was Gott von ihnen möchte?
- Kenne ich das, dass meine Lebensumstände und Lebenssituation nach meinem Empfinden das einschränken und behindern, was ich eigentlich als Berufung empfinde und gerne noch mehr tun würde?
- Wie können wir es schaffen, uns weniger von der Meinung und dem Urteil anderer Menschen abhängig zu machen?
- Was möchte ich von diesem Thema praktisch mitnehmen für mein Leben? Versuchen Sie es in nur einem einzigen Satz zu formulieren.

Einheit 9: Unser Leben braucht den Sabbat

Vorher zu lesen: Das GENESIS-Prinzip, S. 103-112

Wochenaufgabe (für die Woche vor dem Treffen):

Achten Sie in dieser Woche einmal darauf, wo Sie Ruhe erleben? Wie oft und wann erleben Sie Ruhe? Inwieweit gelingt es Ihnen, wirklich zur Ruhe zu kommen? Was hindert Sie daran, zur Ruhe zu kommen?

Fragen und Anregungen fürs Gespräch:

- An welchen Aussagen des Textes bin ich hängen geblieben? Was hat mich besonders angesprochen? Warum?
- Welche Erfahrungen habe ich mit der Wochenaufgabe gemacht?
- Kann ich das: Nach einer beendeten Arbeit einmal innehalten und das Ergebnis feiern? Wann habe ich das das letzte Mal ganz bewusst gemacht?
- Wie sehen meine Sonntage aus? Entsprechen sie dem, was der Sabbat sein sollte? Oder warum nicht?
- Inwieweit ist das Sabbatgebot an einen bestimmten Tag gebunden? Oder welche anderen Möglichkeiten gibt es, das umzusetzen, was das Feiern des Sabbat ausmacht?
- Was hilft mir persönlich, mein Leben immer wieder vor Gott auszurichten? Womit habe ich gute Erfahrungen gemacht?
- Was möchte ich von diesem Thema praktisch mitnehmen für mein Leben? Versuchen Sie es in nur einem einzigen Satz zu formulieren.

Welche Erfahrungen haben Sie mit dem GENESIS-Prinzip gemacht?

Was an diesen Materialien fanden Sie hilfreich?

Wo haben Sie Verbesserungsvorschläge zu den Materialien?

Für Rückmeldungen über kontakt@genesis-prinzip.de sind wir dankbar!