

CVJM-Westbund / Andreas Götz (Hrsg.)

... das bewegt!

Ein Andachtsbuch
nicht nur für Sportler



SCM R.Brockhaus



SCM

Stiftung Christliche Medien

Die zitierten Bibeltexte ohne Quellenangabe wurden der Lutherbibel, revidierter Text 1984, durchgesehene Ausgabe in neuer Rechtschreibung, © 1999 Deutsche Bibelgesellschaft, Stuttgart, entnommen.

Wo abweichend davon andere Übersetzungen verwendet wurden, sind sie jeweils mit den entsprechenden Abkürzungen hinter den Bibelstellen gekennzeichnet:

Einheitsübersetzung der Heiligen Schrift
© 1980 Katholische Bibelanstalt, Stuttgart. (EÜ)

Gute Nachricht Bibel, revidierte Fassung, durchgesehene Ausgabe in neuer Rechtschreibung, © 2000 Deutsche Bibelgesellschaft, Stuttgart. (GNB)

Hoffnung für alle ® (Brunnen Verlag Basel und Gießen), Copyright © 1983, 1996, 2002 by International Bible Society®. Verwendet mit freundlicher Genehmigung des Verlags. (HFA)

Neues Leben. Die Bibel, © 2002 und 2006 SCM R.Brockhaus im SCM-Verlag GmbH & Co. KG, Witten. (NLB)

Die Bibel. Schlachter, Version 2000. Genfer Bibelgesellschaft, 2. Auflage 2004. (SLT)

Martin Dreyer: Die Volxbibel 3.0, © 2008 Volxbibel Verlag im SCM-Verlag GmbH & Co. KG, Witten. (VB)

© 2009 SCM R.Brockhaus im SCM-Verlag GmbH & Co. KG, Witten

Umschlag: Provinzglück GmbH – www.provinzglueck.com

Satz: Christoph Möller, Hattingen

Fotos: Andreas Götz

Druck: CPI – Ebner & Spiegel, Ulm

ISBN 978-3-417-26309-1

Bestell-Nr. 226.309

• Inhalt

Vorwort	9
Teil 1	
1. Voll im Abseits (Abseits)	12
2. Alte Hasen (Älter werden)	14
3. Besser als gedacht (Anerkennung)	16
4. Die Angst vor der Angabe (Angst)	18
5. Von Wüsten und Wasserquellen (Anpfeiff)	20
6. Bleibt dir die Luft weg? (Atmen)	22
7. „Du hast was drauf!“ (Aufwärmen)	24
8. Aus den Augen verloren? (Auge)	26
9. Augen auf! (Auge)	28
10. Ausdauer trainieren (Ausdauer)	30
11. Müdigkeit überwinden (Ausdauer)	32
12. Hoffnungsvoll (aussichtslose Situation)	34
13. Jesus sorgt für uns! (Auszeit)	36
14. Gute und schlechte Tage (Biorhythmus)	38
15. Das Ziel im Blick behalten (Blickrichtung)	40
16. Halbzeitanalyse (Dank)	42
17. Punkten (Dartspiel)	44
18. „Sei besser als ich!“ (Doping)	46
19. Durchhaltevermögen (Durchhaltevermögen)	48
20. Ein echter Durstlöcher (Durst)	50
21. Zum Leben finden (Energie)	52
22. Angriff (Entscheidungen)	54
23. Frust auf ganzer Linie (Enttäuschung)	56
24. Erfolgsdruck? Bei Gott nicht! (Erfolgsdruck)	58
25. Wohnst du noch oder lebst du schon? (Erfrischung)	60
26. Fast Food oder alles Banane? (Ernährung)	62
27. Völlig erschöpft (Erschöpfung)	64



28. Von Sehnsucht erfüllt (Euphorie)	66
29. „Fair Play“ im Umgang miteinander (Fair Play)	68
30. Von Schiedsrichtern und Fehlentscheidungen (Fehlentscheidung)	70
31. Wenn etwas schiefgelaufen ist ... (Fehleranalyse)	72
32. Spielordnung (Fehleranalyse)	74
33. Zielgerichtet (Finale)	76
34. Gott, ein Trojanisches Pferd? (Finte)	78
35. Ganzheitlich gesund (Fitness)	80
36. Ohne Fleiß kein Preis? (Fleiß)	82
37. Der Funktionär, der hat es schwer! (Funktionäre)	84
38. Geh los – entdecke Gott! (Fuß)	86
39. Liebe deine Gegner! (Gegner)	88
40. Christsein ist Teamwork (Hand)	90
41. Freunde für das Leben (Helfer im Umfeld)	92
42. Gut gerüstet (Kleidung)	94
43. Gehalten – von Gott! (Klettern)	96
44. Man lebt nur einmal (Klugheit)	98
45. Bist du clever? (Klugheit)	100
46. Standfest sein (Knie)	102
47. Gott lenkt die Gelenke (Koordination)	104
48. Wenn ich schwach bin, bin ich stark (Kraft)	106
49. Dein ganz großer Tag (Lampenfieber)	108
50. Wieder nur auf der Reservebank? (Leistung)	110
51. Ein gutes Miteinander führt zu Höchstformen (Mannschaft)	112
52. Sponsored by God (Material)	114
53. Meister (Meistertitel)	116
54. Gott verleiht Flü-ü-ü-gel! (Müdigkeit)	118
55. Auf Adlers Flügeln (Müdigkeit)	120
56. Neue Kraft für müde Zeiten (Müdigkeit)	122
57. Mutige Glaubensschritte (Mut)	124
58. Vom Neid, der Gutes bringen kann (Neid)	126
59. Auf ein Neues (Neues Spiel)	128

60. Du bist dabei! (Nominierung)	130
61. Hört gut hin – Gott redet! (Ohr)	132
62. Auf der Suche (Orientierung)	134
63. Woran orientierst du dich? (Orientierung)	136
64. Von der Peripherie zum Mittelpunkt (peripheres Sehen) . .	138
65. Den anderen im Blick haben (peripheres Sehen)	140
66. Immer an die Regeln halten?! (Regeln)	142
67. Hohelied des Schiedsrichters (Schiedsrichter)	144
68. Wort oder Ball – was ist schneller? (Schnelligkeit)	146
69. Schritte wagen (Schritte wagen)	148
70. Selbstvertrauen ist alles?! (Selbstvertrauen)	150
71. Siegertypen gesucht! (Sieg)	152
72. Glauben heißt, als Sieger zu leben (Sieg)	154
73. Jesus ist Sieger (Sieg oder Niederlage)	156
74. Die packen wir – aber sicher! (Siegesgewissheit)	158
75. Ist das Leben ein Spiel? (Spielfeld)	160
76. Wer ist der Spielmacher? (Spielmacher)	162
77. Gott kann! (Stärke und Schwäche)	164
78. Kein Sieg ohne Start (Start)	166
79. Rote Karte (Strafe)	168
80. „Allein gehst du ein“ (Teamwork)	170
81. Teamwork (Teamwork)	172
82. Schwieriger als gedacht (Theorie und Praxis)	174
83. Die Rolle des Trainers (Trainer)	176
84. Trainingsposten zu vergeben (Trainer)	178
85. Trainingssache (Training)	180
86. Wenn Träume wahr werden (Traum)	182
87. Ein Traumpass für dich (Traumpass)	184
88. Hochmut kommt vor dem Fall (Überheblichkeit)	186
89. Einer gegen alle (Unterzahl)	188
90. Schmerz lass nach! (Verletzung)	190
91. Versagen und bekennen (Versagen)	192
92. Neues wagen (Vertrauen)	194



93. Hab Vertrauen! (Vertrauen)	196
94. Wer ist dein Vorbild? (Vorbild)	198
95. Der Wettkampf deines Lebens (Wettkampf)	200
96. Wer war eigentlich 2004 Olympiasiegerin über 100 Meter Freistil? (Wettkampf)	202
97. Aufstehen und weiterspielen (Wiederholung)	204
98. Wenn die Zeit davonläuft ... oder still zu stehen scheint (Zeit)	206
99. Lebensziele (Ziel)	208
100. Das Ziel vor Augen (Ziel)	210
101. Knapp daneben ist auch vorbei (Zielverfehlung)	212
102. Mittendrin statt nur dabei (Zuschauer)	214
103. Gott ist auf deiner Seite (Zuversicht)	216
104. Held oder Versager? (Zweifel)	218

Teil 2:

Wie man Andachten selbst erarbeiten und schreiben kann . . .	221
Kapitel 1: Ein Rezept für Kurzandachten	222
Kapitel 2: Ein Rezept für Andachten mit Gegenständen	230

Theologisches Stichwortverzeichnis	236
Bibelstellenverzeichnis	242
Autorenverzeichnis	247

Vorwort

Jaqueline kommt wie jeden Montag in die Breitensportgruppe. Sie begrüßt mit einem kurzen "Hi" und schaut dabei auf ihre Fußspitzen. Im Flur zur Umkleide müssen wir warten, bevor die Umkleideräume aufgesperrt werden. Sie pfeffert ihren Sportbeutel in die Ecke und hockt sich allein auf den Boden. Ich gehe zu ihr hin und frage sie: „Was ist? Geht es dir nicht gut? Du warst doch letzte Woche noch so ausgelassen?“ „Ach, ich habe Stress zu Hause!“

Und schon hat es mich wieder kalt erwischt. Ich habe mich zwar auf die Sportstunde vorbereitet, bin jedoch davon ausgegangen, dass ich einfach nur Hockeyspieler in der Sporthalle 90 Minuten beschäftigen werde. Die Menschen, die mir begegnen, sind aber eben nicht nur Hockeyspieler. Sie sind zwar Sportler, die sich bewegen wollen, doch gleichzeitig sind sie auch Menschen mit Herz und Verstand. Sie kommen mit ihrem Alltag, mit ihren Geschichten, einfach mit dem, was sie bewegt. Kein Mensch ist jede Woche gleich. Sie sind ganzheitlich mit Leib, Seele und Geist in Bewegung. Das ist das Leben.

So ist die Situation heute. Aber so war sie auch schon, als Jesus den Menschen begegnete. Jesus war ständig in Bewegung. Während er ca. drei Jahre umherwanderte, begegnete Jesus vielen Menschen. Und das, was er ihnen zu sagen hatte, war in ihren bewegten Situationen echt bewegend! Zutiefst bewegt sind sie ihm nachgefolgt. Sie sind von Jesus mit ihrem ganzen Menschsein ernst genommen und verändert worden. Dietrich Bonhoeffer hat es einmal so auf den Punkt gebracht: „Jesus ruft nicht zu einer neuen Religion, sondern zum Leben.“¹

Nachfolge ist nichts Statisches. Man kann nicht in der Nachfolge stehen, sondern Nachfolge ist *Bewegung* mit Kopf, Herz, Hand und Fuß.

In diese verändernde, bewegende Nachfolge Jesu möchte dieses Andachtsbuch Menschen einladen. „das bewegt“ ist in zwei Bereiche aufgeteilt: Im ersten Teil finden sich mehr als 100 Kurzandachten, die den verschiedensten (Sport-)Gruppen vorgelesen oder die als Vorlage für eigene Andachten verwendet werden können.

¹ Dietrich Bonhoeffer: Widerstand und Ergebung © by Gütersloher Verlagshaus, Gütersloh, in der Verlagsgruppe Random House GmbH, München

Die Andachten sind nach Themen aus der Welt des Sports sortiert, so dass eine passende Andacht schnell gefunden werden kann. Am Ende des Buches gibt es ein Bibelstellenverzeichnis sowie eine Auflistung der Texte nach theologischen Stichwörtern, um die Auswahl noch weiter zu vereinfachen.

Um die Andachten möglichst anschaulich werden zu lassen, haben die Autoren den Texten häufig Spiele, Aktionen, Fragen oder praktische Tipps hinzugefügt. Eigenen Ideen sind damit natürlich keine Grenzen gesetzt, auch können an der einen oder anderen Stelle persönliche Erlebnisse mit eingeflochten werden.

In der Regel ist es von den Autoren so gedacht, den Zuhörern den Bibeltext vor der Andacht vorzulesen. Bei einigen Andachten bietet es sich jedoch an, den Text an anderer Stelle zu lesen. Hier wird dann besonders darauf hingewiesen.

In einem zweiten Teil bietet das Buch Anleitungen, wie man Andachten selbst schreiben kann.

In der festen Überzeugung, dass Jesus dich und die Menschen in deiner Jugendgruppe, deiner Familie oder deinem Freundeskreis genauso bewegen will, wünsche ich dir beim Lesen und Vorbereiten der Andachten Gottes spürbare, verändernde Nähe.

Mit großer Dankbarkeit gilt hier zu erwähnen, dass viele ehrenamtliche und hauptamtliche Jugendmitarbeiter aus ganz Deutschland an diesem Projekt mitgewirkt haben. Beim Lesen habe ich erleben dürfen, wie Gottes Geist durch ganz Deutschland weht.

Danke möchte ich auch speziell Thomas Krämer, Else Ehmman und meiner Frau Birgit Götz sagen, die durch unterschiedliche Arbeiten das Gelingen des Projektes garantiert haben. Ihr seid klasse!

Andreas Götz

Teil 1



1. Voll im Abseits



Lukas 19,1-10

• Einstiegsaktion:

Abseitsstellung

Zu Beginn der Andacht wird nach einem Freiwilligen gefragt. Sobald sich jemand gemeldet hat, wird Musik angestellt und alle Teilnehmer gehen in einem leeren Raum so lange umher, bis die Musik endet. Dann drehen alle dem Freiwilligen den Rücken zu, lassen ihn alleine im Abseits stehen und rufen dabei: „Du bist im Abseits!“

Anschließend kann der Bibeltext vorgelesen oder erzählt und die Gedanken zum Text weitergegeben werden.

Als Schulkind stand Peter immer im Abseits. Er war zu klein, zu mager und zu schüchtern für diese Welt. Er durfte zwar immer mitspielen, aber eher zur Dekoration. Wenn beim Fußball gewählt wurde, war er immer als Letzter noch übrig. Wenn sich alle auf dem Pausenhof beim Fangenspielen amüsierten, stand Peter im Abseits und sah (neidisch) zu. Er wollte so sein wie die anderen, wollte auch dazugehören. Er wollte auch im Mittelpunkt stehen. Er wollte auch der Schnellste, Größte, Beste sein.

Zachäus ging es ähnlich. Er war auch zu klein für diese Welt. Er stand auch im Abseits. Eine ganze Stadt mied ihn. Keiner mochte ihn wirklich. Vielleicht wollte er auch mal zu einem Fest gehen und erleben, dass sich die anderen über seine Anwesenheit freuen. Vielleicht wollte er auch mal im Mittelpunkt stehen und für andere eine Freude sein.

Sich anschleichen, eine Situation aus dem Hintergrund betrachten, nicht bemerkt werden und hoffen, dass ihn keiner sieht, so hatte sich auch Zachäus an die aktuelle Attraktion der Stadt – Jesus von Nazareth – herangewagt. Nur nicht entdeckt wer-

den, nur nicht schon wieder Ablehnung erfahren. Zachäus machte sich auf den Weg – auf den Weg zu Jesus. Es war eine riskante Sache. Vielleicht würde er in seinem Versteck auf dem Baum bemerkt werden. Vielleicht würde ihn jemand auslachen, sich lustig über den zu klein gewachsenen Zachäus machen. Aber er wagte es trotzdem.

Wie ist das bei dir, wenn du zum Beispiel in der Klasse erzählst, dass du Jesus kennst? Oder wie ist das, wenn die anderen lügen, um nicht entdeckt zu werden, und du bestraft wirst, weil du ehrlich warst? Wie ist das, wenn du wegen deines Glaubens an Jesus Christus ausgelacht wirst? Hast du dann auch das Gefühl, dass du voll im Abseits stehst? Wie kommst du da wieder raus? Nur kräftig anstrengen? Nur fleißig am Image polieren?

Schau doch mal auf Zachäus. Er saß auf einem Baum und hatte sich völlig ins Abseits zurückgezogen. Und doch blieb Jesus bei ihm stehen, rief ihn und lud sich bei ihm ein.

Vielleicht steht ja Jesus gerade jetzt auch bei dir und möchte sich bei dir einladen? Bist du bereit, ihn in dein Leben zu lassen? Darf sich Jesus bei dir breitmachen, um dich aus dem Abseits zu holen? Er ist der Einzige, der dich wirklich aus dem versteckten Winkel deiner Ängste und Sorgen herausholen kann. Er kann und will bei dir einkehren.



Notizen

Gezielt [fast] alles für die CVJM-Arbeit finden:
www.cvjm-materialstelle.de

CVJM-Materialstelle

- ▼ CVJM-Artikel (Aufkleber, Geschenkartikel)
- ▼ Arbeitshilfen für die Kinder- und Jugendarbeit
- ▼ christliche Literatur
- ▼ Bläserartikel (Noten, CDs, Mundstücke, Pflegeartikel)
- ▼ Bastelmaterial

CVJM-Materialstelle
T (02 02) 57 42 32
F (02 02) 57 42 42
info@cvjm-materialstelle.de

www.cvjm-materialstelle.de



CVJM-Materialstelle