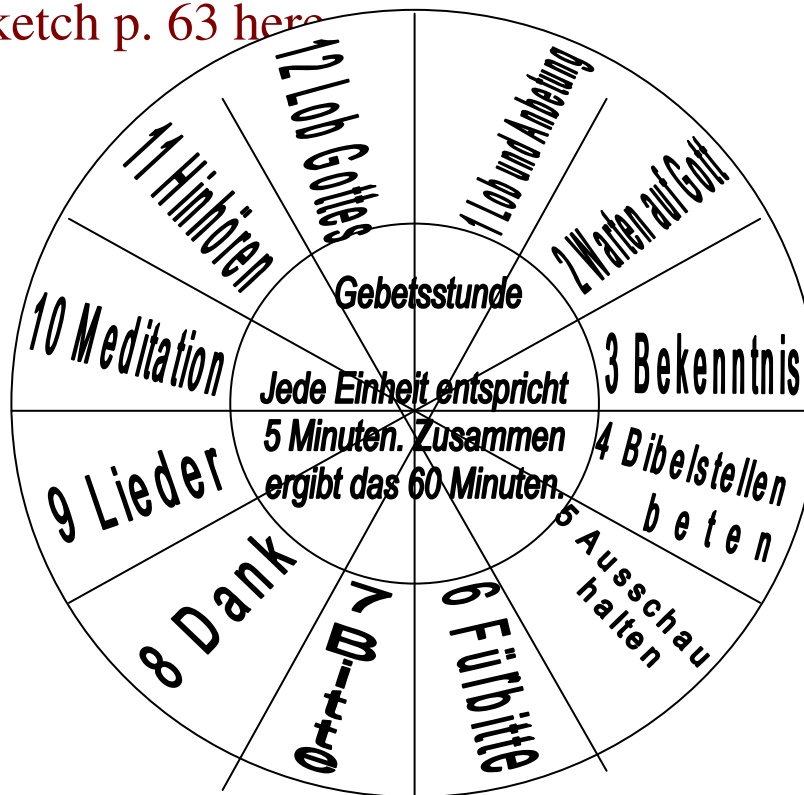


9 EINE STUNDE IM GEBET VERBRINGEN

Eine Stunde zu beten erscheint sehr lang, vor allem solchen Christen, die noch nicht vor allzu langer Zeit zum Glauben an Jesus gefunden haben. Wie kann man eine Stunde sinnvoll im Gebet verbringen, ohne sich zu wiederholen, ohne dass es langweilig oder zur Last wird? Dick Eastman schlägt vor, dass man die Stunde in 12 Einheiten à 5 Minuten aufteilen könnte.¹ Alle 5 Minuten können Sie von einer Form des Gebetes zur Nächsten übergehen. Eastman schlägt folgende 5-Minuten-Einheiten des Gebetes vor:

- | | |
|----------------------|---------------|
| 1 Lob und Anbetung; | 7 Bitte |
| 2 Warten auf Gott | 8 Dank |
| 3 Bekenntnis | 9 Lieder |
| 4 Bibelstellen beten | 10 Meditation |
| 5 Ausschau halten | 11 Hinhören |
| 6 Fürbitte | 12 Lob Gottes |

Insert sketch p. 63 here



¹ Eastman, *The Hour that Changes The World* ("Die Stunde, die die Welt verändert").