

Weitere Empfehlungen:

Für eine tiefere Auseinandersetzung für Dich oder deine Kleingruppe haben wir hier einiges Material zusammengestellt.

Bücher:

Gott erleben wie niemals zuvor!: 21 Tage fasten und beten - Leo Bigger
40 Tage mit Jesus (Andachten für die Passionszeit) - the chosen
7 Worte am Kreuz - Sonderheft der Zeitschrift "Aufatmen"
"Einfach Gebet: Zwölfmal Training für einen veränderten Alltag" J.Hartl

Videos (youtube):

"Heute noch Fasten? | Live-Fragen | crosstalk"
"Fasten: Die Geheimwaffe für dein Glaubensleben | David Rominger"
"Markus Foss - Darum FASTEN – mit Jürgen Fischer"

Links:

<https://7wochenohne.evangelisch.de/> "7 Wochen gegen Härte"
<https://neues-leben.de> "Richtig beten lernen - Onlinekurs"

YouVersion Bible-App (gibts auf deutsch!) Folgt uns in der App
Bibellesepläne: "21 Tage fasten und beten: Dein Reich komme!",
"Sie werden fasten", "Gebet und Fasten vor Ostern 2026 - Passion 40"

Kurze Andachten von Lukas werden auf unserer Webseite veröffentlicht.

Mit diesem QR-Code kannst du auf unserer Webseite alles nochmal digital nachlesen und herunterladen:



Thomasgemeinde Ibbenbüren
Rudolph-Diesel-Str. 24A
49479 Ibbenbüren
info@thomasgemeinde-ibb.de

Thomasgemeinde

Jesu Liebe verbindet.

Gebets- und Fastenzeit

in der Thomasgemeinde
vom 18. Feb. bis 5. April



Wir wollen die Passionszeit 2026 gemeinsam erleben, indem wir zusammen und alleine beten und fasten. In jeder Woche wollen wir ein Thema besonders bedenken und vor Gott bringen:

Diakone und Mitarbeitende	18.2.-24.2.
Gemeinschaft und Einheit in der Thomasgemeinde	25.2.-3.3.
Anstellung Pastor	4.3.-10.3.
Senioren, Familien, Ehe	11.3.-17.3.
Bekehrungen und Jüngerschaft	18.3.-24.3.
Die eigene Vergangenheit	25.3.-31.3.
Gemeindeleitung und Gottes Führung	1.4.-5.4.

Darum gehts!

In den kommenden 7 Wochen kannst du dich **gemeinsam oder alleine** den Themen GEBET und FASTEN (das erste Mal, oder) mal wieder nähern. Diese beiden christlichen Praktiken können eine Stärkung der Gottesbeziehung sein und uns seelisch und körperlich heilen.

Wir als Thomasgemeinde bitten Gott in jeder Woche für ein bestimmtes Thema, dass uns für das Jahr 2026 wichtig geworden ist. Wir glauben, dass die geistliche Einheit auch durch gemeinsame Aktionen ausgedrückt wird. Darum laden wir jeden ein, Teil dieses Projektes zu sein.

Wie geht Fasten?

Fasten bedeutet, **freiwillig für eine Zeit auf etwas zu verzichten** – nicht aus Leistungsdruck oder Zwang, sondern um sein Anliegen demütig vor Gott zu bringen. **In der Bibel geschieht Fasten aus verschiedenen Gründen: als Ausdruck von Umkehr, Trauer, Flehen, der Bitte um Führung oder als Vorbereitung auf die Begegnung mit Gott.**

Das Fasten war auch ein Zeichen der Demütigung vor Gott. In einigen Bibelübersetzungen wird Fasten mit "die Seele demütigen" übersetzt. Der bewusste Verzicht – auf Nahrung oder Gewohnheiten – führt in die Abhängigkeit und schafft Raum, in dem Gottes Stimme wieder hörbarer wird und unser Herz heilen kann.

Fasten kann auch gemeinschaftlich gelebt werden: Es fördert Achtsamkeit, Solidarität und erinnert daran, dass unser Leben von Gottes Versorgung lebt.

Dabei darf Fasten klein beginnen – eine Mahlzeit, ein Tag, eine Gewohnheit. Entscheidend ist das Sehnen, Suchen und die Ausrichtung auf Gott. Verbunden mit Gebet wird Verzicht zu einer Einladung, innerlich frei zu werden und Gott neu zu begegnen.

Notizen

Was ist dir wichtig geworden?

7. Gemeindeleitung

1.4.-5.4.

wir bitten,

dass sie auf Gottes Stimme hören und sich von ihm leiten lassen, um eine demütige Haltung, dass sie sich stets als "Mitknechte" sehen, um Schutz der Familien im Hinblick auf die vielen Herausforderungen, dass sie 'die Geister' zu unterscheiden wissen, um Mut für unpopuläre Entscheidungen, wenn Gott es erfordert.

Weitere Veranstaltungen

Jede Woche montags, mittwochs, freitags um 18:30 Uhr trifft sich der **Gebetskreis** in unserer Gemeinde.

24-Stunden Gebetstag am 2.3. und 26.3. Start um 18:30 Uhr im Gebetskreis. Jeder kann sich zu einer beliebigen Uhrzeit für 30 Minuten in eine Liste eintragen. Es kann in der Gemeinde oder zuhause gebetet werden.

Gebets- und Lobpreisabend am 11.3. um 20:00 Uhr.

Fastentag: Jeder kann für sich einen Tag pro Woche auswählen an dem er auf persönliche Weise fastet und besonders für das Wochenthema betet.

Praktische Ideen

Verzicht auf: Zucker, Genussmittel, Suchtmittel, Social Media, Medien, Reichtum, Bequemes, Kritik, Lästern, Geiz, Faulheit, Rebellion.

Sei flexibel mit den Rahmenbedingungen: Zeit, Dauer, Ort, Intensität

Nutze die freie Zeit gezielt für Gottes Nähe, Bibellesen, Fürbitte, Einkehr.

Bitte dein Umfeld, dich zu unterstützen.

Wie geht beten?

Gebet ist mehr als Worte – es ist gelebte Beziehung zu Gott. Wir kommen mit ehrlichen Herzen zu ihm. **Im Gebet dürfen wir danken, loben, klagen, bitten, Buße tun, Fragen stellen und still werden.** Es ist der Ort, an dem wir auf Gottes Gegenwart treffen.

Jesus zeigt uns, dass uns das Gebet in **die persönliche Begegnung mit dem Vater führt**. Wer betet, stellt sich unter Gottes Blick und lässt sich neu ausrichten. Oft verändert sich nicht sofort die Situation – aber unser Herz wird ruhiger, klarer und hoffnungsvoller.

Für uns als Gemeinde hat Gebet eine verbindende Kraft. Wenn wir füreinander beten, tragen wir Lasten gemeinsam. Für jede Woche widmen wir uns einem Thema und können dafür beten. Wir sind eine Gemeinschaft, die von Gottes Gnade lebt. **Gebet schafft Einheit, weil wir alle vor demselben Gott stehen.**

Vielleicht beginnt dein Gebetsleben heute ganz schlicht: ein kurzer Dank, eine einfache Bitte. Gott hört nicht auf Länge oder Lautstärke, sondern auf die Offenheit unseres Herzens.

Praktische Ideen

Verbinde deinen Alltag mit kleinen Gebetsstationen: beim Kaffee, an der Ampel, im Badezimmer, beim Aufstehen, beim Eintritt in Räume.

Schreibe auf was dir wichtig ist, und bring es dann Gott.

1. Diakone und Mitarbeitende

18.2.-24.2.

Wir bitten,

für ein dienendes Herz in den Tätigkeiten und Gesprächen,
für geistliche Vollmacht in den Gaben und Fähigkeiten,
für eine große Einheit zwischen den Teams und eine Vision,
für Freude und Erfüllung im Dienst und kreative Aufgaben,
für gesunde Grenzen, Achtsamkeit und Ruhephasen.

2. Gemeinschaft und Einheit untereinander

25.2.-3.3.

Wir bitten,

für ein starkes Band des Friedens, dass sich um uns legt,
für ein respektvolles Miteinander der Generationen und Gruppen,
für eine große Offenheit gegenüber neuen Menschen,
für christusähnliche Gnade, Annahme und Vergebungsbereitschaft,
für ein gemeinsames Ziel, eine Vision, die uns eint und motiviert.

3. Anstellung unseres Pastors

4.3.-10.3.

Wir bitten,

um Gottes Führung und sein klares Wort,
um Geduld in dem Prozess und den Entscheidungen,
für geberfreundliche Herzen und stabile Finanzen,
um eine klare Aussprache über Erwartungen und Wünsche,
für Einheit zwischen Pastor und Gemeinde.

4. Senioren, Familien, Ehe

11.3.-17.3.

Wir bitten,

dass Gott die Ehen stärkt und vor Angriffen bewahrt,
dass unsere Senioren wertgeschätzt werden und ein Segen sind,
dass Eltern Weisheit haben ihren Kindern den Glauben vorzuleben,
um Heilung von Beziehungen in zerbrochenen Ehen und Familien,
dass Senioren Einsamkeit überwinden und Gemeinschaft erleben.

5. Bekehrungen und Jüngerschaft

18.3.-24.3.

Wir bitten,

für die richtigen Worte, um über das Evangelium zu sprechen,
für gute Wegbegleiter und Unterstützer für Jeden der nachfolgen will,
um Mut, auf neue Menschen zuzugehen und für sie zu beten,
für einen tiefen persönlichen Glauben und Sehnsucht nach mehr,
um eine Lust, mehr in der Bibel zu forschen zu finden und zu erleben.

6. Die eigene Vergangenheit

25.3.-31.3.

Wir bitten,

dass wir wirklich glauben können, dass Gott uns vergeben hat,
dass schmerzhaft Erfahrungen aus der Vergangenheit geheilt werden,
dass wir Menschen vergeben können, die uns verletzt haben,
dass wir alte Sucht- und Verhaltensmuster ablegen können,
dass wir Frieden mit unserer Herkunft und Geschichte schließen.