



Der Practicing the Way Kurs

Begleitbuch

Aus dem amerikanischen Englisch von Felix Ronsdorf

John Mark Comer und Practicing the Way



Die automatisierte Analyse des Werkes, um daraus Informationen insbesondere über Muster, Trends und Korrelationen gemäß § 44b UrhG (»Text und Data Mining«) zu gewinnen, ist untersagt.



© der deutschen Ausgabe 2026
R. Brockhaus in der SCM Verlagsgruppe GmbH
Max-Eyth-Str. 41 · 71088 Holzgerlingen
brockhaus-verlag.de

Originally published in English under the title
The Practicing the Way Course – Companion Guide
Copyright © 2024 by Practicing the Way
All rights reserved including the right of reproduction in whole or in part
in any form. No part of this book may be used or reproduced in any
manner for the purpose of training artificial intelligence technologies
or systems. This work is reserved from text and data mining (Article 4(3)
Directive (EU) 2019/790). This edition published by arrangement with
WaterBrook, an imprint of Random House, a division of Penguin Random
House LLC.

Die Bibelverse sind, wenn nicht anders angegeben, folgender Ausgabe
entnommen:
Neues Leben. Die Bibel, © der deutschen Ausgabe 2002
und 2006 R. Brockhaus in der SCM Verlagsgruppe GmbH, Holzgerlingen
Übersetzung: Felix Ronsdorf
Lektorat: Imke Fröh
Umschlaggestaltung: Stephan Schulze, Stuttgart
Satz: typescript GmbH, Waldorfhäslach
Druck und Bindung: finidr s.r.o.
Gedruckt in Tschechien
ISBN 978-3-417-01079-4
Bestell-Nr. 227.001.079

INHALT

Vorwort von John Mark Comer und Practicing the Way	7
Vorwort des deutschen Netzwerks von Practicing the Way	9
Wie dieser Kurs gedacht ist	13

Die acht Sessions

Session 1 Nachfolge	21
Session 2 Veränderung Teil 1	37
Session 3 Veränderung Teil 2	63
Session 4 Die Übungen	79
Session 5 Gott in Leid und Schmerz begegnen	95
Session 6 Von Sünde heilen	113
Session 7 Deine Lebensregel	129
Session 8 Gemeinsames Leben	149

VORWORT

des deutschen Netzwerks von Practicing the Way

Kennst du das Gefühl, in deinem Leben mit Gott irgendwie festzustecken? Als gäbe es eine Kluft zwischen dem Leben, das Jesus beschreibt, und dem Alltag, den du tatsächlich erlebst? Vielleicht hast du auch, wie so viele von uns, die Erfahrung gemacht: Wir wachsen in unserer Jesus-Nachfolge bis zu einem gewissen Reifegrad heran und erreichen dann irgendwie eine Art Plateau. Wir leben unser Leben zwar weiter, aber wir hören auf, Jesus ähnlicher zu werden. Im Gegenteil: Unser Leben wird immer hektischer, Aufgaben türmen sich auf, und wir selbst werden dabei immer reizbarer und erschöpfter, während sich das Hamsterrad immer weiter und schneller dreht. Wir fragen uns: *Ist das Leben, das ich führe, wirklich das, was Jesus »Leben in Fülle« nennt?*

Jesus Christus sagt über sich selbst: »Ich bin der Weg, die Wahrheit und das Leben«. Ihm nachzufolgen, bedeutet deshalb nicht nur, dass wir seiner Wahrheit glauben, sondern auch, dass wir seinem Weg folgen – Weg im Sinne des englischen *way of life*, also Lebensstil oder Lebensweise. Der Lebensstil von Jesus soll auch unser Lebensstil werden. Denn nur so werden wir ihm ähnlicher.

Jesus wurde von seinen Schülern »Rabbi« genannt, was Lehrer oder Meister bedeutet. Und als ein solcher Lehrmeister

lädt Jesus auch uns auf den gemeinsamen Weg mit ihm ein. Ihm geht es nicht nur darum, dass Menschen ihm glauben und vertrauen, sondern dass sie tatsächlich von ihm eine neue Art zu leben, ja einen neuen »Weg« zu leben lernen. Kein Wunder, dass der Name der ersten Christen gar nicht »Christen« lautete. Die Menschen sprachen damals von »denen, die den Weg gehen«. Gemeint war damit der Weg von Jesus. Es ist ein Weg, der ganz praktische Rhythmen und Gewohnheiten beinhaltet und unserem Leben eine Grundarchitektur schenkt, die uns immer wieder auf Gott ausrichtet.

Der Kurs »Nachfolge vom Meister lernen« ist für alle Menschen, die diesen Weg von Jesus neu entdecken und auch selbst gehen möchten. Über die kommenden acht Wochen werden wir uns mit verschiedenen Gedanken von Jesus zum Thema ganzheitliche Nachfolge beschäftigen. Für jede Woche gibt es ein Lehrvideo, das gemeinsam in der Gruppe angeschaut und besprochen werden kann. Zum Abschluss jeder Session gibt es immer eine Übung, die du in der folgenden Woche in deinem Alltag ausprobieren kannst, um praktische Schritte der Nachfolge zu gehen – natürlich mit Berücksichtigung deiner persönlichen Lebenssituation. Dieses kleine Workbook kann dir auf deiner Reise eine Unterstützung sein – für Gedanken und Impulse und als Inspiration. Es tut gut, Dinge, die wir mit Gott erleben oder neu lernen, schriftlich festzuhalten. Denn das festigt unsere Erinnerung daran. Deswegen ermutigen wir dich, dieses Buch regelmäßig bei den Treffen dabei zu haben.

Die einfachste und zugleich wichtigste Aufgabe, der wir uns widmen müssen, ist: Gott soll in unseren Gedanken stets präsent sein ... Das ist das grundlegende Geheimnis der »Seelenpflege«. Unser Anteil am Leben in Gottes Gegenwart besteht darin, unsere Gedanken immer wieder auf ihn zu lenken. Am Anfang wird das eine Herausforderung sein, weil die alten Gewohnheiten sich dagegen sperren. Aber es sind Gewohnheiten – nicht das Gesetz der Schwerkraft –, die sich verändern lassen. Wenn wir bewusst und kontinuierlich daran arbeiten, wird sich eine neue Gewohnheit einstellen. Bald wird unser Verstand sich auf Gott ausrichten, wie sich eine Kompassnadel nach Norden richtet ... Wenn Gott das Ziel unserer Sehnsucht ist, wird er zum Polarstern unseres Weges.

Dallas Willard

Wir beten, dass du im Laufe dieses Kurses allmählich eine echte Veränderung in deiner Seele und deinem Wesen wahrnehmen kannst. Wir haben es selbst erlebt und freuen uns schon sehr darauf zu hören, wie du Jesus in deinem Alltag ganz neu entdecken wirst.

WIE DIESER KURS GEDACHT IST

- Dieser Kurs ist dafür ausgelegt, in Gemeinschaft mit anderen durchgeführt zu werden: zum Beispiel mit ein paar Freunden im Wohnzimmer, im Rahmen einer Kleingruppe oder als Kurs in der Gemeinde.
- Der Kurs umfasst acht Sessions, zu denen auch jeweils ein Video gehört, das ihr euch gemeinsam anschaut. Wir empfehlen, wöchentliche Treffen – in diesem Fall würde der Kurs acht Wochen dauern. Aber auch Treffen alle 14 Tage sind denkbar.
- Es ist wichtig, dass alle, die am Kurs teilnehmen, ihr eigenes Workbook haben, in dem sie ihre ganz persönlichen Gedanken, Gefühle und Erfahrungen festhalten können.
- Eine Session dauert zwischen ein und zwei Stunden – je nachdem, wie viel Zeit ihr euch für die Gespräche nehmt. Natürlich könnt ihr auch zusätzliche Elemente wie ein gemeinsames Essen oder eine Lobpreiszeit mit einbauen.
- Für die Zeit zwischen den Sessions gibt es immer eine Übung, die euch helfen soll, das Gehörte im Alltag umzusetzen.

UNSER WÖCHENTLICHER RHYTHMUS

Lernen

Kommt als Gruppe für die Videosession zusammen. Hier lernt ihr mehr über den »Weg von Jesus« und werdet durch Lehre und persönliche Geschichten zum Austausch angeregt. Bringt dafür immer dieses Workbook mit.

Üben

In der Woche nach eurem Treffen kann jede und jeder auf eigene Faust losgehen und üben, »danach zu handeln« – wie Jesus es in Matthäus 7,24 ausdrückt. Dafür bekommt ihr wöchentlich eine von verschiedenen geistlichen Übungen an die Hand sowie empfohlene Ressourcen zur Vertiefung.

Reflexion

Reflexion ist der Schlüssel zu echter Veränderung – auch in der Nachfolge. Deshalb ist es wichtig, sich nach der jeweiligen Übung und vor dem nächsten Treffen 10 bis 15 Minuten Zeit zu nehmen, um über die eigenen Erfahrungen nachzudenken. Dafür können die Reflexionsfragen in diesem Workbook genutzt werden.

Austausch

Wenn ihr wieder zusammenkommt, ist es gut, wenn ihr euch zuerst von euren Erfahrungen, Gedanken und Reflexionen erzählt. Dafür dürft ihr euch viel Zeit nehmen, denn dieser

Austausch ist ganz entscheidend für den weiteren Prozess. Wir brauchen einander, um unsere Erlebnisse mit Gott zu verarbeiten und richtig einzuordnen. Wenn ihr euch in einer größeren Gruppe trefft, solltet ihr euch für dieses Gespräch in kleinere Untergruppen aufteilen, damit alle die Möglichkeit haben, etwas von sich zu erzählen.

ABLAUF DER SESSIONS

Dieser Kurs ist so konzipiert, dass er in ganz unterschiedlichen Kontexten und Gruppengrößen funktionieren kann. Dementsprechend können die Treffen auch zusätzliche Elemente enthalten oder einer etwas anderen Struktur folgen als in diesem Beispiel. Ihr könnt den Ablauf einfach so anpassen, dass er für euch und eure Gruppe stimmig ist.

Beispiel: So könnte eine Session in unserem Kurs aussehen

Gebet zum Anfang: Nach der Begrüßung beginnt ihr mit einem kurzen Gebet oder einer Gebetsgemeinschaft

Austausch Nr. 1 – (ca. 15-20 Minuten): Reflektiert gemeinsam, wie ihr die Übung der letzten Woche erlebt habt. Nutzt für diesen Austausch die Fragen im Workbook.

Video Teil 1 – (ca. 20 Minuten): Seht euch den ersten Teil des Videos an und macht Pause an der dafür vorgesehenen Stelle.

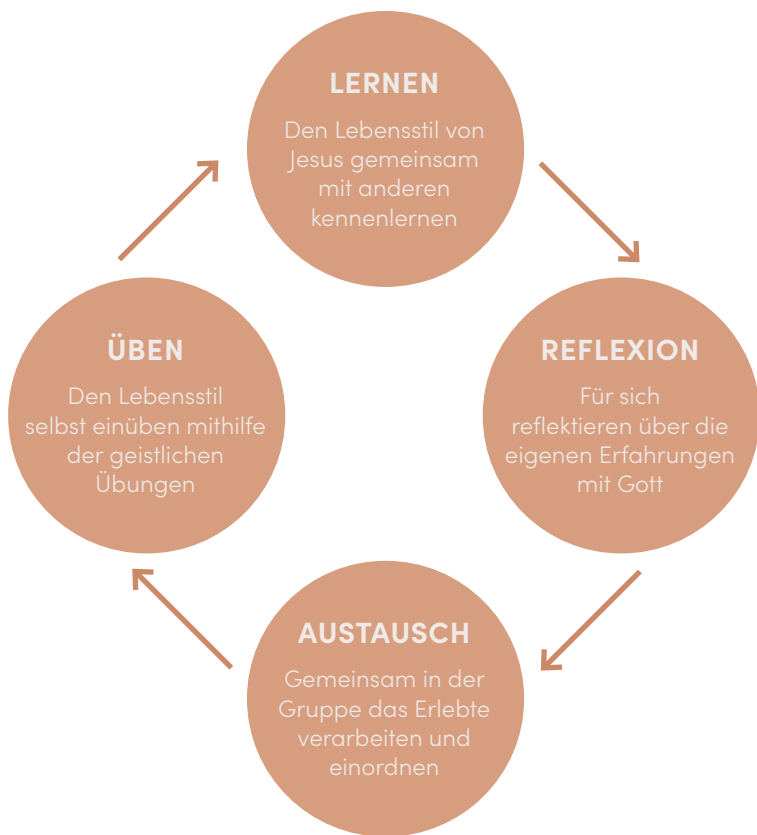
Austausch Nr. 2 – (ca. 15-30 Minuten): Kommt ins Gespräch anhand der im Video gestellten Fragen.

Video Teil 2 – (ca. 10 Minuten): Seht euch den zweiten Teil des Videos an.

Austausch Nr. 3 – (ca. 15 Minuten) – optional: Wenn ihr möchtet, kommt gerne noch mal ins Gespräch. Im Workbook findet ihr weitere Fragen, die euch schon mal auf die Übung dieser Woche einstimmen.

Gebet zum Ende: Betet zum Ende eures Treffens noch einmal miteinander – entweder frei oder mit dem vorgeschlagenen Gebetstext im Workbook.

Der wöchentliche Rhythmus



BEGLEITLEKTÜRE

Wir empfehlen dir begleitend zu diesem Kurs das Buch »Leben vom Meister lernen« von John Mark Comer. Denn unser Kurs wurde auf Grundlage dieses Buches entwickelt. Es ist eine wunderbare Möglichkeit, die Inhalte des Kurses weiter zu vertiefen und zu festigen.



TIEFER GRABEN

Der Fokus dieses Kurses liegt auf der praktischen Umsetzung – nicht so sehr darauf, sich mehr Wissen anzueignen. Wer aber gerne tiefer graben möchte, findet in jeder Session Hinweise auf wertvolle Ressourcen. Solltest du darüber hinaus Quellen zur Inspiration suchen, dann könnten folgende Podcasts hilfreich für dich sein:

John Mark Comers Predigten über unterschiedliche Themen der Nachfolge auf Englisch:



Ein Podcast auf Deutsch, in dem es um ganzheitliche Nachfolge im 21. Jahrhundert geht:



Session 1

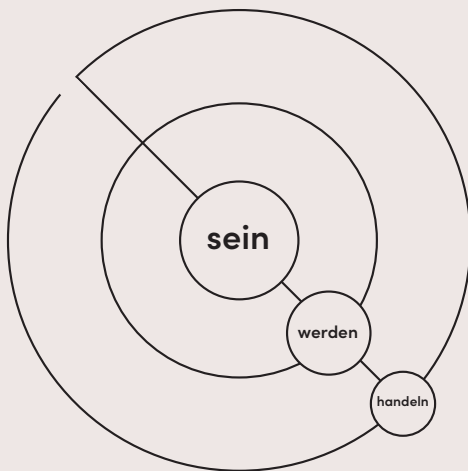
NACHFOLGE

ÜBERBLICK

Wem folgst du? Jeder folgt irgendwem – oder zumindest irgendwas. Mit anderen Worten: Wir sind alle Jünger. Die Frage ist nicht: »Bin ich ein Jünger?«. Die Frage muss heißen: »Wessen Jünger bin ich?«.

In dieser Session schauen wir uns an, was es bedeutet, ein Jünger bzw. ein Lehrling von Jesus zu sein.

Lehrling
von Jesus



FRAGEN FÜR DEN ANFANG

Tauscht euch zu Kursbeginn in der Gruppe darüber aus, warum ihr diesen Kurs gemeinsam machen wollt.

1. Was hat dich zu diesem Kurs gebracht? Warum bist du hier?
2. Was erhoffst du dir von diesem Kurs?
3. Skizziere kurz deine bisherige Glaubensreise.

LEHRE

Bibeltext

Eines Tages, als Jesus am Ufer des Sees Genezareth entlangging, sah er Simon und seinen Bruder Andreas. Sie warfen gerade ihr Netz aus, denn sie waren Fischer. Jesus rief ihnen zu: »Kommt mit und folgt mir nach. Ich will euch zeigen, wie man Menschen fischt!« Sofort ließen sie ihre Netze liegen und folgten ihm nach.

Markus 1,16–18

Zusammenfassung

- Grundlage für unsere Jesus-Nachfolge ist die Tradition aus dem 1. Jahrhundert, dass ein Rabbi einige Schüler um sich sammelte, die bei ihm in die Lehre gingen.
- Auch heute bedeutet Nachfolge für uns, bei Jesus in die Lehre zu gehen bzw. bei ihm eine Ausbildung zu machen.
- Diese Ausbildung bei Jesus dreht sich um drei wesentliche Ziele:
 - bei Jesus **sein**
 - wie Jesus **werden**
 - wie Jesus **handeln**
- Bei Jesus eine Ausbildung zu machen, ist ein Lebensstil, also eine Einstellung, die das ganze Leben betrifft.
- Eine der besten Möglichkeiten, diese Ausbildung zu beginnen, ist eine tägliche Gebetsroutine mit Zeit und Raum für drei elementare Dinge: Einsamkeit, Stille und Gebet.