

RATIO®

Wenn die Vernunft
überfordert ist

Lieder & Texte zum Verinnerlichen

Sechs gute Gründe für das Singen:

1. Singen weckt Freude

In einem Sprichwort heißt es: „Loben zieht nach oben“. Manche missmutige Stimmung kann durch ein Lied verscheucht werden.

2. Singen festigt die Gemeinschaft

Im Singen entsteht ein starkes Wir- Gefühl, dass selbst „Randfiguren“ integriert.

3. Singen hilft zur geistlichen Sammlung

Das Singen bietet eine Gelegenheit des „Zur Ruhe Kommens“, um sich von den Gedanken des Alltäglichen zu lösen.

4. Singen schließt geistlichen Reichtum auf

Dir gehen Liedtexte über die Lippen – die Glaubens- und Lebenserfahrungen sind –und verarbeitest damit musi(kali)sch schwere theologische Inhalte.

5. Singen vertieft die gehörte Botschaft

„Ohrwürmer“ schaffen inhaltliche Präsenz. Die Melodie unterstützt das Memorieren

6. Singen ist zum Lob Gottes da

Singen ist somit Ausdruck und Bekenntnis unseres Glaubens.

Befiehl du deine Wege und was dein Herze kränkt
der allertreusten Pflege des, der den Himmel lenkt. (EG 361)
Der Wolken, Luft und Winden gibt Wege, Lauf und Bahn
der wird auch Wege finden, da dein Fuß gehen kann.

Gottvertrauen auf dem Lebensweg

*Lobe den Herrn meine Seele, und seinem heiligen Namen.
Was er dir Gutes getan hat, Seele vergiss es nicht, Amen.
Lobe, lobe den Herrn, lobe den Herrn, meine Seele. Lobe,
lobe den Herrn, lobe den Herrn, meine Seele.* SvH 077

Morgens vor Tage stand Jesus auf und ging hinaus. Und er ging an eine einsame Stätte und betete daselbst. *Markus 1,35*

Einige praktische Hinweise:

- # Es bedarf einer Zeit, in der du ungestört mit Gott sein kannst.
- # Äußere Stille heißt noch lange nicht, dass du zu innerer Ruhe gekommen bist. Es bedarf deines **Willens zum „Umschalten“**.
- # Ziel der Stille vor Gott ist **Stärkung, Führung und Prägung** durch sein Wort. Es geht nicht um ein untätiges religiöses Hindämmern über den Text, sondern um die bewusste Ausrichtung deiner Gedanken und Sinne auf die Gegenwart Gottes und die Verinnerlichung seines Wortes.
- # Zur Zeit mit Gott gehört nicht nur das **Hören auf ihn**, sondern auch das **Reden mit ihm**. Inhalte : Was dich vom Bibelwort bewegt hat, aber auch was dir am Herzen liegt. Das kann in Dank und Bitten seinen Ausdruck finden.

Ich hebe meine Augen auf zu den Bergen. Woher kommt mir Hilfe? ² Meine Hilfe kommt vom HERRN, der Himmel und Erde gemacht hat. ³ Er wird deinen Fuß nicht gleiten lassen, und der dich behütet, schläft nicht. ⁴ Siehe, der Hüter Israels schläft noch schlummert nicht. ⁵ Der HERR behütet dich; der HERR ist dein Schatten über deiner rechten Hand, ⁶ dass dich des Tages die Sonne nicht steche noch der Mond des Nachts. ⁷ Der HERR behüte dich vor allem Übel, er behüte deine Seele. ⁸ Der HERR behüte deinen Ausgang und Eingang von nun an bis in Ewigkeit! *Psalm 121*

Psalmengebete

Der HERR ist mein Hirte, mir wird nichts mangeln. ² Er weidet mich auf einer grünen Aue und führet mich zum frischen Wasser. ³ Er erquicket meine Seele. Er führet mich auf rechter Straße um seines Namens willen. ⁴ Und ob ich schon wanderte im finstern Tal, fürchte ich kein Unglück; denn du bist bei mir, dein Stecken und Stab trösten mich. ⁵ Du bereitest vor mir einen Tisch im Angesicht meiner Feinde. Du salbest mein Haupt mit Öl und schenkest mir voll ein. ⁶ Gutes und Barmherzigkeit werden mir folgen mein Leben lang, und ich werde bleiben im Hause des HERRN immerdar. *Psalm 23*

Auswendiglernen / Memorieren ist eine Form des Lernens, bei dem sich der Text, so ins Gedächtnis einprägt, dass er später der Lernvorlage getreu wiedergeben kann. Auswendiglernen geschieht stets absichtsvoll und schließt die geistige Auseinandersetzung mit dem Lesestoff ein.

Möglichkeiten zu memorieren:

- # Text immer laut lesen! Weil wir beim Sprechen gleichzeitig hören, lesen wir konzentrierter.
- # Text in kleine Abschnitte teilen, bei kurzen Texten in Wortgruppen oder gar einzelne Worte. Dazwischen kurze Pausen lassen um den Inhalt aufnehmen zu können (wirken lassen)
- # 10min Pause einlegen, dann Text wieder komplett lesen ohne fest am Papier zu hängen.
- # Wiederholung dessen über Tage bis der Inhalt ohne Textvorlage abrufbar ist.
- # Im Alltag vom Text zehren. In verschiedenen Lebenssituationen Text in Erinnerung rufen. *(wertfrei mache ich das oft beim Fahrradfahren, oder in Situationen „wo mir die Worte fehlen“)*

Bibeldverse/ Tauf-, Konfirmations-, Trausprüche

Ich will dich segnen und du sollst ein Segen sein. 1.Mose 12,2

Vorschlag zum memorieren:

Ich / ich will / dich / segnen / will segnen

Ich will dich segnen!

Du / du sollst / du ein Segen / du sollst sein /

Du sollst ein Segen sein!

Herrgottswinkel



Textquellen / „Stille Zeit Platz“

Bibel / Gesangbuch

Sprüche in Bilderrahmen

Kalender mit Bibelsprüchen

Herrnhuter Losungen

Osterkerze

Damit du
deinen
Frieden
findest.