

# 8

## JESUS ist das A & O

Wie wir ihn persönlich erleben können

---



### Jesus ist der Weg für mich

*Zeugnis von Daniela Gneuß, 11.04.2021*

*Jesus spricht:*

**Ich bin der Weg.**

Joh 14,6

---

#### **Hallo liebe Geschwister!**

Ich liebe Wege ... im Wald, an Flüssen, entlang an Wiesen, an Küsten ... und ich liebe es, auf genau solchen Wegen zu joggen. Angefangen habe ich damit vor ca. 3 Jahren. Ich wollte dem Alter „davonlaufen“, meinen Körper wieder bewusster wahrnehmen. Dann ist nach einiger Zeit meine Laufpartnerin ausgefallen, allein laufen wollte ich aber nicht. Zumal wir die Zeit des Laufens auch sehr rege zum Gedankenaustausch genutzt haben, Frauen halt. Dann kam mir die Idee, ich könnte diese **Zeit des Joggens auch mit Gebet verbinden**. Den Kopf habe ich sowieso dabei immer ausgeschaltet, warum nicht die Zeit nutzen. Gesagt, getan. Jesus wurde mit eingeladen. Ich bin da sehr pragmatisch.

Und siehe ... ich machte sehr wertvolle und coole Gebetserfahrungen! Immer wieder bekam ich krasse Eindrücke, wenn ich für Menschen oder Umstände gebetet habe. Und Gott zeigte mir ganz klare Parallelen zwischen dem Joggen und meinem persönlichen Glaubensleben.

Eine meiner obersten Devisen ist dabei geworden: „**Aufgeben gibt es nicht!**“, diese Option ist quasi nicht verfügbar. Auch wenn der Weg manchmal steinig, holprig, anstrengend, kräftezehrend ist, aufgeben gibt es nicht. Nicht beim Joggen und auch nicht im Leben. Nach jedem Anstieg kommt immer auch wieder ein bergunter, Zeit zum Erholen und Kräfte sammeln.

Je öfter ich laufe, um so trainierter sind meine Muskeln und mir fallen irgendwann die Anstiege leichter und ich halte länger durch, kann die Strecken Stück für Stück verlängern, bin am Ende weniger ausgepowert.

**Je mehr ich Zeit mit Jesus verbringe, um so trainierter ist mein Glaube für die Krisenzeiten im Leben.** Ist das Tempo mal zu schnell, dann darf ich auch mein Lebenstempo drosseln, das sollte ich auch. Tempoläufe hält man ja auch nur eine begrenzte Zeit durch, sonst kommt der Zusammenbruch, beim Joggen wie auch im Leben.

Ich habe auch festgestellt, wenn ich mir diese Auszeiten nicht fest einplane, sondern einfach schaue, wann eventuell Zeit übrig bleibt, funktioniert es bei mir nicht. Beim Laufen nicht, und auch im Glauben nicht. **Für Dinge, die mir wichtig und elementar sind, muss ich mir Zeit fest einplanen und freihalten.** Meine Meinung ist: Das kann jeder schaffen! Vielleicht auch erst dann, wenn man andere Dinge weglässt, es bedarf immer wieder einer **Entscheidung**.

Am Ende von jedem Lauf steht immer das von mir gesteckte Ziel. Und spätestens da darf ich mich ausruhen, spätestens da wird es wieder schön, bin ich angekommen am Ziel und im Optimalfall bei Gott. Dieses Wissen und diese Erfahrungen geben mir Kraft und machen mir Mut, den Lauf des Lebens durchzuhalten, auch wenn er nicht immer einfach ist.

Sicher kann man auch ohne Jesus unterwegs sein. **Aber meine Erfahrung ist, mit Jesus ist jeder Weg leichter, beim Joggen und im Leben.**

Und darauf möchte ich auf keinen Fall verzichten. Darum entscheide ich mich immer wieder, Jesus auf alle meine Wege einzuladen.

Denn er spricht mir zu: „**Ich bin der Weg!**“.

*Daniela Gneuß*

## **Anregung**

Ps 16,11:

Du tust mir kund den **Weg zum Leben**: Vor dir ist Freude die Fülle und Wonne zu deiner Rechten ewiglich.

Ps 32,8:

Ich will dich unterweisen und dir den **Weg** zeigen, den du gehen sollst; ich will dich mit meinen Augen leiten.

**JESUS =  
A & O**

## **Fragen zum persönlichen Nachdenken oder für Gespräche**

1. Auf welche Wege in deinem Leben kannst du Jesus neu einladen?
2. Hast du gute Weggefährten für dein Glaubensleben? Such dir einen „Pacemaker“, einen guten Wegbegleiter und Mentor!
3. Was gibt dir Kraft, auf schweren Wegen im Leben das Ziel im Blick zu behalten, auch wenn du es nicht sehen kannst?

---

Wir freuen uns über Ihre/Eure Rückmeldung!

Tel. 03731 696814

Auch per Mail: [\*\*rueckmeldung@jakobi-christophorus.de\*\*](mailto:rueckmeldung@jakobi-christophorus.de)

Ev.-Luth. Jakobi-Christophorus-Kirchgemeinde Freiberg

[\*\*jakobi-christophorus.de\*\*](http://jakobi-christophorus.de)

*Meine Rückmeldung*