

Tobias Kenntner, Christoph Schneider

# BEZIEHUNGSWEISE

## JOURNAL

buch+  
musik

# W O R U M   E S   G E H T

Es geht um dich. Es geht um Gott. Es geht um deine Mitmenschen.  
Das BEZIEHUNGSWEISE JOURNAL hilft dir, auf Beziehungen in deinem Leben zu achten.

Beziehungen sind unserer Meinung nach der größte Schatz, der das Leben lebenswert macht. Wir wünschen uns Beziehungen, die Freude machen und uns weiterbringen. Und gleichzeitig merken wir, dass Beziehungen auch die größte Herausforderung sind, die das Leben mit sich bringt. Deshalb brauchen Beziehungen Aufmerksamkeit und Ermutigung. Das betrifft sowohl unsere Beziehung mit Gott und uns selbst als auch die Beziehungen zu unseren Mitmenschen.

Mit dem BEZIEHUNGSWEISE JOURNAL haben wir eine Art und Weise gefunden, um Beziehungen in unserem Leben bewusst und beabsichtigt zu leben.

Das BEZIEHUNGSWEISE JOURNAL beinhaltet hierfür Fragen und Übungen zur Orientierung. Was bereitet dir momentan Freude an deiner Beziehung mit Gott? Wie gestaltest du deine Beziehung zu dir selbst? Für wen willst du regelmäßig beten? Für wen bist du dankbar?

Wir beide achten seit mehreren Jahren in dieser Weise auf unsere unterschiedlichen Beziehungen. Und es ist absolut hilfreich für uns.

Da Beziehungen dynamisch sind und sich immer wieder verändern, lohnt es sich, regelmäßig auf sie zu achten. Dafür hält das BEZIEHUNGSWEISE JOURNAL viele freie Seiten bereit, so dass du deine eigenen Gedanken festhalten kannst. Diese freien Seiten sollen dir Freiraum geben. Wenn du dabei aber bemerkst, dass eine unserer Orientierungshilfen nicht hilfreich für dich ist, um deine Beziehungen bewusster zu gestalten, dann fühl dich frei, dir deine eigene Orientierungshilfe zu geben.

Einfach anfangen. Du, Gott, ein Stift, morgens, mittags oder abends, ein gutes Getränk, ein schöner Ort...

Die allerwichtigsten Zutaten: Regelmäßigkeit und Konsequenz – Beziehungen leben durch dich! Das BEZIEHUNGSWEISE JOURNAL ist dein Begleiter auf diesem Weg. Es wird dir helfen, immer wieder deinen Blick auf Gott, auf dich selbst und auf deinen Mitmenschen zu lenken.

Vor dem Dranbleiben kommt allerdings das Anfangen. Das beginnt jetzt mit dir.

Viel Freude wünschen

*Thorin & Christoph*

## #beziehungenleben.

Die Veränderungen für die 2. Auflage unseres Beziehungsweise Journals haben wir noch zu zweit auf den Weg gebracht. Dann kam der plötzliche Tod von Tobi im März 2023. Wenn ich an unsere Freundschaft denke, dann war diese nicht nur eine Freundschaft miteinander, sondern auch eine tiefe Freundschaft mit Gott. Wir waren zwei Männer, die auf dem Weg des Lebens gemeinsam unterwegs waren, über Beziehungen sprachen und darüber, wo Gott in unserem Alltag und unseren Begegnungen zu finden ist. Beziehungsweise leben mit Tobi, war immer inspirierend. Seine Lebenserfahrung und seine Erfahrung in der Jugendarbeit haben mich bereichert und beschenkt. Ich bin sehr dankbar für die gemeinsame Zeit, die Tobi und mir geschenkt war und ich schreibe diese Erinnerungs-Zeilen in der Hoffnung, dass Tobi und ich verbunden sind und bleiben an Gottes guter Hand im hier und jetzt und bis in Ewigkeit. Möge diese 2. Auflage des Beziehungsweise Journal unseren Blick öffnen für Gottes Beziehungsherzschlag mit Ewigkeitsperspektive.

In vielfältigen Beziehungsweise Trainings kam immer wieder die Anregung auf, dass es mehr Seiten zu den vier Beziehungsweise Aufmerksamkeiten (PLAN, LISTE, KARTE, BAUM) geben könnte. Diese Anregungen haben wir gerne in der 2. Auflage aufgenommen.

Wir hoffen, es gibt dir Raum und Fokus für deine #beziehungenleben

Ich freue mich, wenn du willst, von deinen Erfahrungen zu lesen als auch mit dir Möglichkeiten auszuloten, wie wir uns gegenseitig unterstützen können, Beziehungen zu leben.

Christoph.Schneider@ejwue.de

# INHALT

Seite	Thema
<b>8+9</b>	<b>EINFÜHRUNG IN "DEN BLEIB IN MIR"-PLAN</b>
10+11	BRAINSTORMING FÜR MEINEN "BLEIB IN MIR"-PLAN
12+13	MEIN "BLEIB IN MIR"-PLAN FÜR DEN ZEITRAUM
14+15	MEIN "BLEIB IN MIR"-PLAN FÜR DEN ZEITRAUM
<b>18+19</b>	<b>EINFÜHRUNG IN "DIE MATTHÄUS 9-GEBETSLISTE"</b>
20+21	BRAINSTORMING FÜR MEINE "MATTHÄUS 9-GEBETSLISTE"
22+23	MEINE "MATTHÄUS 9-GEBETSLISTE" FÜR DEN ZEITRAUM
24+25	MEINE "MATTHÄUS 9-GEBETSLISTE" FÜR DEN ZEITRAUM
<b>28+29</b>	<b>EINFÜHRUNG IN DIE BEZIEHUNGS-LANDKARTE</b>
30+31	BRAINSTORMING FÜR MEINE BEZIEHUNGS-LANDKARTE
32+33	MEINE BEZIEHUNGS-LANDKARTE FÜR DEN ZEITRAUM
34+35	MEINE BEZIEHUNGS-LANDKARTE FÜR DEN ZEITRAUM
<b>36+37</b>	<b>EINFÜHRUNG IN DEN JÜNGERSCHAFTSBAUM</b>
38+39	BRAINSTORMING FÜR MEINEN JÜNGERSCHAFTSBAUM
40+41	MEIN JÜNGERSCHAFTSBAUM FÜR DEN ZEITRAUM
42+43	MEIN JÜNGERSCHAFTSBAUM FÜR DEN ZEITRAUM
<b>46+49</b>	<b>MUTMACHSCHRITTE ZUM DRANBLEIBEN</b>





” Du sollst den Herrn,  
deinen Gott, lieben  
von ganzem Herzen,  
mit ganzer Hingabe,  
mit aller deiner Kraft  
und mit deinem ganzen  
Verstand.

**NGÜ: LUKAS 10,27A**

## DER „BLEIB IN MIR“ - PLAN

Der Titel bezieht sich auf das Jesuswort: „Ich bin der Weinstock, und ihr seid die Reben. Wenn jemand in mir bleibt und ich in ihm bleibe, trägt er reiche Frucht.“ (NGÜ: Johannes 15,5)

**Der „BLEIB IN MIR“-Plan hilft dir, deine Beziehungszeiten mit Jesus bewusst zu gestalten.**

Gott will ganzheitlich mit dir in Beziehung sein und das schließt dein Herz, deine Hingabe, deinen Körper und deinen Verstand mit ein. „Du sollst den Herrn, deinen Gott, lieben von ganzem Herzen, mit ganzer Hingabe, mit aller deiner Kraft und mit deinem ganzen Verstand.“ (NGÜ: Lukas 10,27A)  
Beziehung mit Gott leben hilft dir, emotional gesund, geistlich inspiriert, körperlich fit und im Kopf klar zu sein. So wie bei einer guten Freundschaft brauchen wir gewisse Zeiten, um Beziehung mit Gott zu leben.

Der „BLEIB IN MIR“-PLAN hilft dir, bewusst Aktivitäten zu planen, wie du deine Beziehungszeiten mit Gott gestalten kannst.  
Diese können zeitliche Rhythmen haben wie **täglich**, **wöchentlich**, **monatlich** oder **jährlich**. Oder du setzt einen inhaltlichen Fokus auf **Herz**, **Hingabe**, **Körper** oder **Verstand**.

Unser Wunsch für dich: Dass du gute und regelmäßige Beziehungszeiten mit Jesus hast, so dass du emotional gesund, geistlich inspiriert, körperlich fit und im Kopf klar bleibst.

Viel Freude beim Bleiben.

#bleibinmirsprichtjesus

- Jeden Morgen beim Kaffee einen Bibelvers lesen und Gottes Wahrheit für meinen Tag erbitten. #HERZ&HINGABE
- Zweimal im Monat Gottesdienst feiern. #GEMEINSCHAFT
- Zweimal im Monat in die Sauna gehen. #KÖRPER
- Durch das Jahr ein Evangelium studieren. #VERSTAND

Christoph

- Täglich einen Bibeltext lesen, um von Gott zu hören. #HERZ
- Morgens aufschreiben, auf was ich mich freue, was mein Fokus für den Tag ist und was ich dabei ausstrahlen möchte. Abends wahrnehmen und aufschreiben, für was ich dankbar bin. #HINGABE
- Dreimal in der Woche im Fitnessstudio trainieren. #KÖRPER
- Durchs Jahr hindurch ein inspirierendes Buch lesen. #VERSTAND

Tobias



# BRAINSTORMING FÜR MEINEN „BLEIB IN MIR“-PLAN







# MEIN „BLEIB IN MIR“-PLAN

FÜR DEN ZEITRAUM:





Alle im BEZIEHUNGSWEISE JOURNAL zusammengestellten Orientierungshilfen sind inspiriert von vielen Christen aus unterschiedlichen Generationen. Für unseren Dienst und die Entstehung des BEZIEHUNGSWEISE JOURNAL waren grundlegend und richtungweisend die Inhalte der Young Life Initiative FORWARD.

## **IMPRESSUM**



© 2. Auflage 2024

Praxisverlag buch+musik bm gGmbH, Stuttgart

Erstauflage 2019 bei buch+musik ejw-service gmbh, Stuttgart

ISBN 978-3-86687-252-3

Herausgeber: Tobias Kenntner, Christoph Schneider

Gestaltung: buch+musik – Daniela Buess, Stuttgart

Druck und Gesamtherstellung: w3 print + medien GmbH & Co. KG, Wetzlar

[www.praxisverlag-bm.de](http://www.praxisverlag-bm.de)