

“Sei stille und erkenne,  
dass ich GOTT bin”

Psalm 46,11

“Rede HERR,  
Dein Knecht hört”

1. Samuel 3,9



Quelle: [www.philipnunn.com](http://www.philipnunn.com)  
Tools > Jüngerschaft

# Stille Zeit Buch

10 Tage im Phillipperbrief



Name: \_\_\_\_\_

Stille Zeit #10

Datum: \_\_\_\_\_

## Lerne zufrieden zu sein

Bete: Bitte den Herrn, heute durch sein Wort zu Dir zu reden.

Lies: Lies **Phil. 4,10-23** zweimal durch.

Sinne nach: Denke nach über das, was Du gelesen hast. Was kannst Du hier über Zufriedenheit lernen?

Tipps zum Nachdenken – Anwenden nur wenn nötig

V10. Was könnte ich tun, um heute Interesse für jemanden zu zeigen. Wer könnte heute meine Aufmerksamkeit gebrauchen?

V11. Ist meine Zufriedenheit meistens von den Umständen abhängig? Paulus hat gelernt, unabhängig von den Umständen zufrieden zu sein. Wie hat er das gemacht?

V12-13. Was kann ich hier von Paulus lernen?

V19. Kann ich diese Verheißung auf mich anwenden?

Kernbotschaft heute für mich:

Bete: Antworte auf diese Kernbotschaft.  
Nimm Dir Zeit, Ihn anzubeten.

## Was ist “Stille Zeit” nicht?

- Sie ist kein “Kunstgriff” um Deinen Tag erfolgreich zu machen
- Auch keine Verpflichtung, damit Du frustriert wirst, und Dich ständig schuldig fühlst
- Sie ist nicht gedacht, um bloß eilig etwas aus der Bibel gelesen zu haben; auch nicht um ein intensives Bibelstudium durchzuführen.

## Was ist “Stille Zeit”?

- Es ist eine Zeit, in der ich in der Gegenwart des Herrn Jesus ruhig bin
- Es ist eine Zeit, in der ich versuche, die Stimme meines himmlischen Vaters zu hören, wenn Er durch sein Wort zu mir redet

## Warum “Stille Zeit”?

- Weil ich ein Freund Gottes bin.
- Weil ich für heute Kraft, Motivation und Weisung brauche

[ Blank behind front cover ]

[ Blank behind back cover ]

Eine Anregung

## Meine 7 Minuten mit Gott

**1 Minute:** Bete. Danke Gott für die vielen Segnungen, die Er Dir gab. Nenne ein paar! Bitte den Herrn, Dich zu reinigen und durch sein Wort zu Dir zu reden. Wenn Dir eine Sünde bewusst wird, bekenne sie. Nimm die Vergebung an. Komm zur inneren Ruhe.

**3 Minuten:** Lies. Lies ca. 10 Bibelverse. Hier findest Du einige Vorschläge aus dem Philipperbrief. Benutze einen Bleistift oder Farbstifte, so dass Du Worte oder Ausdrücke, die Dir etwas zu sagen hatten, markieren kannst.

**2 Minuten:** Sinne nach. Denke ruhig über das Gelesene nach. Stelle Dir einige Fragen. Z.B.:

- Gibt es hier einen Befehl, dem ich gehorchen soll?  
oder eine Sünde, die ich bekennen / vermeiden soll?
- Gibt es eine Verheißung auf dem ich mich stützen kann?
- Gibt es ein Beispiel, welchem ich nachahmen kann,  
oder etwas Böses, das ich vermeiden sollte?
- Was kann ich hier über Gott lernen?
- Weist es hin auf etwas, wofür ich danken kann?

**1 Minute:** Bete. Danke Deinem himmlischen Vater für das, was Du empfangen hast. Bete Ihn an, für das, was Er ist. Bitte Ihn um Hilfe, Bösem zu widerstehen und Ihm zu gehorchen. Bitte Ihn, Dir die guten Werke zu zeigen, die Er für heute für Dich vorbereitet hat. Entscheide Dich, heute mit Ihm zu gehen.

**Stille Zeit #9** Datum:

## Gesundes Leben

**Bete:** Bitte den Herrn, heute durch Sein Wort zu Dir zu reden.

**Lies:** Lies **Phil. 4,1-9** zweimal.

**Sinne nach:** Denke nach über das was Du gelesen hast. Was kannst Du hier lernen, damit Dein Lebensstil besser wird?

**Tipps zum Nachdenken – Anwenden nur wenn nötig**

V2-3. Ruft mich der Herr, um erste Schritte zur Vergebung bzw. Versöhnung zu tun?

V3. Kann ich heute etwas tun, um andere zu motivieren sich gegenseitig zu vergeben bzw. zu versöhnen?

V6. Was kann ich tun, wenn ich unter Stress stehe?

V8. Gibt es etwas Wahres, Gutes, Würdiges usw., worüber ich heute nachsinnen kann?

**Kernbotschaft für mich für heute:**

**Bete:** Antworte auf diese Kernbotschaft. Nimm Dir Zeit, Ihn anzubeten.

Stille Zeit #8 Datum:

## Eine wunderbare Zukunft

- Bete: Bitte den Herrn heute durch Sein Wort zu Dir zu reden.
- Lies: Lies **Phil. 3:12-21** zweimal.
- Sinne nach: Denke darüber nach, was Dich steuert. Was treibt Dich an? Was versuchst Du in Deinem Leben zu erreichen

### Tipps zum Nachdenken – Anwenden nur wenn nötig

- V14. Gibt es in meinem Leben etwas, das ich aufgeben muss oder was ich vergeben soll?
- V15. Mit wem kann ich meine schwierigen Fragen, meine Zweifeln und Frustrationen teilen?
- V19. Bin ich zu sehr auf irdische Sachen fixiert?
- V20. Die ersten Christen haben an die Verheißung des Herrn geglaubt und haben sein Kommen sehnsüchtig erwartet. Freue ich mich auch auf sein Kommen? Es könnte ja heute sein.

Kernbotschaft für mich heute:

- Bete: Reagiere auf diese Kernbotschaft. Nimm Dir Zeit, Ihn anzubeten.

[10]

Stille Zeit #6 Datum:

## Das was Jesus Interessiert

- Bete: Bitte den Herrn heute durch Sein Wort zu Dir zu reden.
- Lies: Lies **Phil. 2:19-30** zweimal.
- Sinne nach: Was kannst Du hier über den Dienst für den Herrn lernen?

### Tipps zum Nachdenken – Anwenden nur wenn nötig

- V20. Timotheus hatte ein wirkliches Interesse daran, dass es anderen gut ging. Habe ich das auch?
- V21. Welche Interessen hat Christus heute auf Erden. Sind das auch meine Interessen?
- V30. Was kann ich tun, damit das Werk Christi heute voran kommt?

Kernbotschaft für mich heute:

- Bete: Reagiere auf diese Kernbotschaft. Nimm Dir Zeit, Ihn anzubeten.

[8]

Stille Zeit #1 Datum:

## Gott ist noch nicht fertig

- Bete: Bitte den Herrn heute durch Sein Wort zu Dir zu reden.
- Lies: Lies **Phil. 1:1-11** zweimal.
- Sinne nach: Was kannst Du hier über das Werk Gottes In Deinem Leben lernen?

### Tipps zum Nachdenken – Anwenden nur wenn nötig

- V2. Erlebe ich die Gnade Gottes und seinen Frieden in meinem Leben? Wie kann ich beides mehr erleben?
- V6. Gott wirkt in mir. Was versucht Er gerade jetzt in mir zu ändern?
- V9-10. Ist das auch mein Wunsch? Kann ich das für mich und andere beten?

Kernbotschaft für mich heute:

- Bete: Reagiere auf diese Kernbotschaft. Nimm Dir Zeit, Ihn anzubeten.

[3]

Stille Zeit #3 Datum:

## Mit Christus sein

- Bete: Bitte den Herrn heute durch Sein Wort zu Dir zu reden.
- Lies: Lies **Phil. 1:21-30** zweimal.
- Sinne nach: Was kannst Du hier über Deine Beziehung zum Herrn Jesus lernen?

### Tipps zum Nachdenken – Anwenden nur wenn nötig

- V21. Warum war Paulus so begeistert über den Herrn Jesus? Kannst Du seine Begeisterung teilen?
- V23. Sehne ich mich auch danach "abzuscheiden und bei Christus zu sein"? Jetzt? Später? Wann?
- V27. Arbeite ich gut mit in einem Team?
- V29. Wo kann ich hier etwas über "Leiden" lernen?

Kernbotschaft für mich heute:

- Bete: Reagiere auf diese Kernbotschaft. Nimm Dir Zeit, Ihn anzubeten.

[5]

**Stille Zeit #2** Datum:

## Schwierigkeiten kommen

Bete: Bitte den Herrn heute durch Sein Wort zu Dir zu reden.  
Lies: Lies **Phil. 1:12-20** zweimal.  
Sinne nach: Was kannst Du hier über Probleme und Schwierigkeiten lernen

**Tipps zum Nachdenken – Anwenden nur wenn nötig**

- V12-14. Während Paulus im Gefängnis war, war er eingeschränkt und fühlte sich unwohl. Wie kann Gott meine Probleme gebrauchen, um mich und andere zu segnen?  
V18. In jenen Tagen gab es auch schwierige Leute. Was kann ich aus Paulus' Haltung lernen?  
V19. Was kann ich hier über Gebet lernen?  
V18. "Sich zu freuen" ist eine Wahl zu treffen. Wie entscheide ich mich heute leben?

Kernbotschaft für mich heute:

Bete: Reagiere auf diese Kernbotschaft. Nimm Dir Zeit, Ihn anzubeten.

[4]

**Stille Zeit #4** Datum:

## Mehr sein wie Jesus

Bete: Bitte den Herrn heute durch Sein Wort zu Dir zu reden.  
Lies: Lies **Phil. 2:1-11** zweimal.  
Sinne nach: Was kann ich hier über den Herrn Jesus lernen?

**Tipps zum Nachdenken – Anwenden nur wenn nötig**

- V3. Bin ich auf mich selbst fokussiert?  
V4. Sehe ich auch die Nöte anderer? Was sehe ich heute? Kann ich heute etwas für andere tun?  
V5-8. Schätze ich alles, was der Herr für mich getan hat? Warum danke ich Ihm nicht jetzt sofort?  
V10. In welchen Bereichen meines Lebens möchte ich wie der Herr Jesus werden?

Kernbotschaft für mich heute:

Bete: Reagiere auf diese Kernbotschaft. Nimm Dir Zeit, Ihn anzubeten.

[6]

**Stille Zeit #7** Datum:

## Freue Dich!

Bete: Bitte den Herrn heute durch Sein Wort zu Dir zu reden.  
Lies: Lies **Phil. 3:1-11** zweimal.  
Sinne nach: Was kann ich hier über "sich zu freuen" lernen?

**Tipps zum Nachdenken – Anwenden nur wenn nötig**

- V1. 'Freuet Euch im Herrn!' Will ich das? Wie kann ich das machen?  
V3. Wie können wir Gott "im Geiste dienen"?  
V7-8. Inwiefern bin ich anders als die anderen um mich herum? Wie kann ich das heute sichtbar machen?  
V10. Habe auch ich eine Sehnsucht, Jesus besser kennenzulernen?

Kernbotschaft für mich heute:

Bete: Reagiere auf diese Kernbotschaft. Nimm Dir Zeit, Ihn anzubeten.

[9]

**Stille Zeit #5** Datum:

## Ich bin ein Stern!

Bete: Bitte den Herrn heute durch Sein Wort zu Dir zu reden.  
Lies: Lies **Phil. 2:12-18** zweimal.  
Sinne nach: Was kannst Du hier über Gottes Werk in Deinem Leben lernen

**Tipps zum Nachdenken – Anwenden nur wenn nötig**

- V12. Bin ich ein gehorsamer Christ?  
V13. Was versucht der Herr in mir zu wirken?  
V14-15. Habe ich die Neigung zu klagen oder zu argumentieren?  
V15. Wie sieht Gott die Welt? Aus Gottes Sicht bin ich ein Stern. Wie kann ich das Licht Gottes heute durch mich scheinen lassen?

Kernbotschaft für mich heute:

Bete: Reagiere auf diese Kernbotschaft. Nimm Dir Zeit, Ihn anzubeten.

[7]