

**CHRISTIAN &  
NELLI BANGERT**

**FOLLOW  
ME**

**40 KREATIVE ANDACHTEN  
FÜR DEINEN GLAUBEN**

 GerthMedien



*Für die Jugend in Gelnhausen.  
Ihr seid voll der Hit! 😊*



# INHALT

Challenge-Checkliste	9
0 Ready for Take-off?	11
1 Ab ins Wasser!	15
2 Lagerfeuer	19
3 Gebet – Zeit mit Gott	22
4 Flugangst	26
5 Echt schön – und kein Fake!	30
6 Voll im Flow	34
7 Step by step	38
8 Du schaffst das – mit anderen	42
9 Handgepäck	46
10 Zwischenstopp	50
11 Powerschoki für die Seele	53
12 Ruf an, wenn du gelandet bist!	56
13 Real Talk mit Gott	60
14 Basislager	64
15 Gemeinsam sind wir groß!	67
16 Spiegelbild	71
17 Missionseinsatz	75
18 Auf die Gaben, fertig... los!	79
19 Unter Druck	83
20 Geld, Geld, Geld...	87
21 Der Soundtrack deines Lebens	91
22 Dein Bild von Gott	95
23 Dankbarkeitstrainer	99

24	Always travel in pairs	103
25	Lauwarme Suppe schmeckt nicht	106
26	Waschtag	110
27	Dein Körper – ein Tempel	114
28	Las Vegas	118
29	Gemeinsam – weniger allein	122
30	Doppelzimmer	126
31	Medikit	130
32	Worte haben Macht	134
33	Marathon	137
34	ID-Check	141
35	Work & Travel	145
36	Endlich: daheim	149
37	Bei Gott zu Hause sein	153
38	#nofilter	158
39	Tickets fürs Planetarium	162
40	Camping gern – aber nicht für immer!	166
	Danke	171

# CHALLENGE-CHECKLISTE

Hier kannst du die Challenge in der jeweiligen Andacht abhaken, wenn du sie gemacht hast.



## **Exodus-Tour (1-3)**

- Ab ins Wasser
- Lagerfeuer
- Gebet – Zeit mit Gott



## **Wellenreiter-Tour (1-7)**

- Flugangst
- Echt schön – und kein Fake!
- Voll im Flow
- Step by Step



## **Querfeldein-Tour (1-12)**

- Du schaffst das
- Handgepäck
- Zwischenstopp
- Powerschoki für die Seele
- Ruf an, wenn du gelandet bist!



## **Löwenpfad-Tour (1-20)**

- Real Talk mit Gott
- Basislager
- Gemeinsam sind wir groß!
- Spiegelbild
- Missionseinsatz
- Auf die Gaben, fertig ... los!

- Unter Druck
- Geld, Geld, Geld...



## **Gipfel-Tour (1-40)**

- Der Soundtrack deines Lebens
- Dein Bild von Gott
- Dankbarkeitstrainer
- Always travel in pairs
- Lauwarme Suppe schmeckt nicht
- Washtag
- Dein Körper – ein Tempel
- Las Vegas
- Gemeinsam – weniger allein
- Doppelzimmer
- Medikit
- Worte haben Macht
- Marathon
- ID-Check
- Work & Travel
- Endlich daheim
- Bei Gott zu Hause sein
- #nofilter
- Tickets für Planetarium
- Camping – aber nicht für immer





## 0 READY FOR TAKE-OFF?

Herzlich Willkommen an Bord! Schnell dich an und mach dich bereit. In diesem Buch erwarten dich 40 Andachten, die dich im Glauben abheben lassen. 40 Andachten, die dich in deiner persönlichen Jesus-Nachfolge stärken werden. Aber da wir wissen, dass Nachfolge gemeinsam mit anderen viel leichter fällt und so viel mehr Spaß macht, wollen wir dich an den Hinweis „Always travel in pairs“ erinnern, was so viel heißt, wie: „Reise immer zu zweit“. Zu zweit ist man auf einer Reise sicherer, man entdeckt so viel mehr – und es macht viel mehr Spaß! Vielleicht kommt dir ja ein Freund oder eine Freundin in den Sinn, mit dem bzw. der du gemeinsam reisen willst? Wenn ja – frag doch gleich mal an.

Sobald sich dein Reisepartner im Nachbarsitz befindet und wie du angeschnallt ist, checkt doch mal eure Terminkalender. Überlegt, wie lange ihr gemeinsam verreisen wollt. Es gibt viele Möglichkeiten: Ihr könnt einen Trip von drei, sieben, zwölf, zwanzig oder vierzig Wochen wählen. Vielleicht wollt ihr erst mal mit drei Wochen beginnen und die Reise dann nach Lust und Laune ausdehnen? Eine Verlängerung ist jederzeit möglich! 😊

Für jede Tour gibt es einen Travel-Badge, den ihr auf

eurem imaginären Rucksack befestigen könnt. Und hier unsere Tourenvorschläge:



1-3: **Exodus-Tour**



1-7: **Wellenreiter-Tour**



1-12: **Querfeldein-Tour**



1-20: **Löwenpfad-Tour**



1-40: **Gipfel-Tour**

Zur Vorbereitung der Reise brauchst du keine umfangreiche Packliste. Wichtig sind eigentlich nur Gott und du. Dazu, wenn du magst, deinen Freund bzw. deine Freundin. Damit bist du auch schon startbereit! Du kannst dich einmal pro Woche live oder online mit deinem Reisepartner treffen, um gemeinsam eine Andacht zu lesen und über eure Entdeckungen auf dieser Reise zu sprechen. Aber nicht nur das – sonst wäre es doch etwas langweilig: Am Reiseziel jeder Woche fordern wir euch mit der „Wochen-Challenge“ heraus, das Gelesene auch wirklich in die Tat umzusetzen. Denn Jesus-Nachfolge geschieht beim Gehen – und nicht beim Lesen.

Bei der Challenge könnt ihr euch gegenseitig unterstützen und anfeuern. Wenn du die Challenge geschafft hast, kannst du sie am Anfang des Buches abhaken. Ob du am

Ende genauso viele Kreuzchen wie dein Reisepartner gemacht hast? Wenn du mal keine Puste für die Challenge hast, dann ist das natürlich auch in Ordnung. Dann darfst du einfach die Aussicht genießen und mal nichts tun – schließlich soll es ja keine stressige Reise für dich sein.

Nun wünschen wir dir für deine Abenteuertour ganz viele schöne Momente mit Gott, viel Mut, eine Riesenportion Freude – und jede Menge Bewahrung.

Deine

Nelli Christian





# 1 AB INS WASSER!

*Am nächsten Tag wollte Jesus nach Galiläa ziehen und findet Philippus und spricht zu ihm: Folge mir nach!*

Johannes 1,43; LU

Vermutlich kennst du das: Du stehst auf dem 3-Meter-Brett. Unten schauen deine Freunde gespannt zu dir hoch. Du schaust runter. Und überlegst: *springen oder nicht?* Gerade beim ersten Mal war das für mich eine große Hürde. Ich meine – drei Meter! Hallo? Das war so unglaublich hoch... Da können einem schon mal die Knie schlottern. Ich kann mich noch gut daran erinnern, wie ich einmal da oben stand und mich einfach nicht getraut habe zu springen. Und dann musste ich wieder an allen Menschen vorbei, um die Treppe runterzugehen... So kurz vor dem Sprung wieder den Rückwärtsgang einschalten – oh Mann, war das peinlich!

Jesus zu folgen – das ist tatsächlich gut vergleichbar mit dem Sprung ins Wasser. Um ihm wirklich zu folgen, müssen wir tatsächlich... springen. Rein in die Nachfolge. Rein in die Beziehung mit Jesus. Rein in das Abenteuer – ohne zu wissen, was genau passieren und wie sich das „anfühlen“ wird.

Als Jesus seine Jünger berufen hat, tat er das immer wieder mit einem einfachen Satz: „Folge mir nach!“

Stell dir vor, du bist gerade in einer Arbeit vertieft. Plötzlich siehst du, wie Jesus – von dem du schon mal hier und da gehört hast – auf dich zusteuert, dir in die Augen schaut und sagt: „Hey, auch wenn du mich noch nicht so richtig kennengelernt hast: Komm mit! Folge mir nach!“

Du fragst: „Aber, wohin denn, Jesus??“

„Das wirst du sehen. Immer hinter mir her. Schritt für Schritt.“

Tja – und dann? Müsstest du eine Entscheidung treffen. Willst du wirklich alles hinter dir lassen? Oder doch lieber den Rückwärtsgang einlegen und weiter dein bisheriges Leben leben?

Diese Entscheidung kann dir keiner abnehmen. Und niemand kann dich dazu zwingen. Deine Eltern können dich höchstens dazu zwingen, in die Kirche zu gehen oder in den Jugendkreis. Aber wirklich Jesus nachzufolgen – dazu kann dich nichts und niemand überreden. Diese Entscheidung kannst nur du selbst in deinem Herzen treffen.

Die Antwort auf die Frage, ob du Jesus nachfolgen willst oder nicht, wird dein Leben prägen wie nichts anderes. Denn mit einer Pro-Entscheidung lässt man seine eigenen „Rechte“ und „Vorstellungen“ zurück und lässt sich voll und ganz auf Jesus ein. Das heißt zum Beispiel:

Ich frage ihn, welcher Partner zu mir gehören soll. Welche Ausbildung ich machen soll. Ich lasse ihn in mein Leben hineinsprechen und auch Dinge aufzeigen, die nicht gut laufen. „Nelli, sei nicht so neidisch. Stolz ist nicht so sinnvoll. Nelli, willst du nicht den Schritt der Vergebung gehen? Ich habe dir doch auch vergeben.“ Ja, tatsächlich, Jesus spricht konkret in mein Leben hinein. Durch Gedanken, die er mir schenkt – und die nicht von mir kommen. Durch die Bibel,

die mich korrigiert und ermutigt. Durch viele, viele Schritte des Vertrauens, indem ich Jesus immer wieder sage, dass ich ihm folgen möchte.

Sein Weg für mich ist natürlich nicht immer leicht – deswegen bin ich hin und wieder auch versucht, nach einem eigenen Weg zu suchen, der vielleicht leichter ist. Aber ganz im Ernst: Ich will nicht mehr ohne Jesus sein. Ich möchte ihm vertrauen, dass er mich gut führen wird.

Während wir – Jesus und ich – so unterwegs sind, verändert er mich und mein Herz.

Ja, Jesus verändert das Herz seiner Nachfolger. Vielleicht war jemandem bisher Geld oder Erfolg superwichtig – und mit der Zeit versteht er, dass er seinen Reichtum in Jesus hat. Vielleicht war ihm vorher wichtig, ein Bilderbuchleben zu führen, mit Frau und Kindern und einem Hund und so. Und mit der Zeit versteht er, dass es viel mehr gibt als das.

Das Schönste an der Nachfolge ist, dass meine Beziehung zu Jesus immer stärker und liebevoller wird. Ich fühle mich immer wohler in seiner Nähe und lerne zu verstehen, dass er es *wirklich* gut mit mir meint, auch wenn er mich auf unbequemere Wege lockt.

Ihm nachfolgen ist eine große Challenge. Ja, ich bin gesprungen, ohne zu wissen, wie es sich „anfühlen“ wird. Aber ich bereue diesen Sprung nicht. Im Gegenteil! Dieser Sprung hat mein Leben verändert. Jesus selbst hat mein Herz, mein Denken, mein Sein verändert. Und tut es immer noch. Ich bin so dankbar dafür!

## CHALLENGE

Stehst du noch auf dem „3-Meter-Brett“? Überlegst du noch, was die Leute sagen werden? *Werden sie diesen Sprung nicht total seltsam finden?*

Aber du wirst dieses Wasser niemals fühlen, wenn du nicht selbst springst. Hör auf, dir alles „kaputt zu denken“ und schenk Jesus dein Vertrauen. Lass dich einladen, ihm zu folgen. Du wirst merken: Dieser Weg wird anders sein als alles, was du bisher kanntest. Es wird dein Herz und dein Leben verändern, wenn du ihn in alle Bereiche reinsprechen lässt. Trau dich und spring!

*Nelli*