

Grace  
& Hope

# SCM

---

Stiftung Christliche Medien

SCM ist ein Imprint der SCM Verlagsgruppe, die zur Stiftung Christliche Medien gehört, einer gemeinnützigen Stiftung, die sich für die Förderung und Verbreitung christlicher Bücher, Zeitschriften, Filme und Musik einsetzt.

© 2023 SCM Verlag in der SCM Verlagsgruppe GmbH  
Max-Eyth-Straße 41 · 71088 Holzgerlingen  
Internet: [www.scm-verlag.de](http://www.scm-verlag.de); E-Mail: [info@scm-verlag.de](mailto:info@scm-verlag.de)

Soweit nicht anders angegeben, wurden die Bibelverse folgender Ausgabe entnommen:

Neues Leben. Die Bibel, © der deutschen Ausgabe 2002, 2006

SCM R.Brockhaus in der SCM Verlagsgruppe GmbH Holzgerlingen.

Weiter wurden verwendet:

Lutherbibel, revidiert 2017, © 2016 Deutsche Bibelgesellschaft, Stuttgart (LUT).

Elberfelder Bibel 2006, © 2006

SCM R.Brockhaus in der SCM Verlagsgruppe GmbH Holzgerlingen (ELB).

Gesamtgestaltung: Christina Grube, Witten

Bildnachweis: [unsplash.com/Brian Mann](https://unsplash.com/BrianMann), Hannah Olinger, Amy Treasure, Nine Kopfer,

Samuel Scrimshaw, Liam Simpson, Jake Melara, Tirza von Dijk, Adrien Delforge, Priscilla du Preez,

Eduardo Dutra, Annie Spratt, Patrick Schneider, Natalya Letunova, Jordan Sanchez, Lina Trochez,

Massimiliano Morosinotto, Max Saeling, Jasmin Ne, Isaac Mehegan, Daiga Ellaby,

Elias Maurer, Luke Ellis Craven, Marcos Paulo Prado, Foad Roshan, Motoki Tonn

Druck und Verarbeitung: FINIDR, s.r.o.

Gedruckt in Tschechien

Bestell-Nr. 629.903

ISBN 978-3-7893-9903-9

ANNEGRET PRAUSE

100  
TAGE  
*Grace  
& Hope*

ANDACHTS-  
JOURNAL



# INSPIRED. *Encouraged.*

Wie schön, dass du dieses Buch in den Händen hältst, deinen Begleiter, der dich 100 Tage lang inspirieren will und dich zu Begegnungen mit Gott und seinem Wort ermutigen möchte. 100 Tage lang begeben wir uns auf die Suche nach Gnade und Hoffnung mitten im Alltag. Das kleine Unscheinbare hat hier genauso seinen Platz wie die großen Träume und Pläne.

Und keine Sorge: Die 100 Tage kannst du aufteilen, wie du möchtest. Du kannst dir täglich eine Andacht vornehmen, du kannst Pausen einlegen und du musst dich auch nicht an die vorgegebene Reihenfolge halten. Vielleicht sprechen dich ein Bild oder eine Überschrift spontan an, dann beschäftige dich einfach mit dieser Andacht – selbst wenn sie noch gar nicht an der Reihe wäre.

Vielleicht fragst du dich aber auch, was ein „Andachts-Journal“ ist und wie es funktioniert. Hier einige Tipps dazu:

Du findest im Buch mehr als 70 Andachtstexte mit ergänzendem Bibelvers. Sie sind eine Einladung, dich mit einem bestimmten Thema auseinanderzusetzen. Vielleicht bringen sie etwas in dir zum Klingen, vielleicht hast du das ähnlich erlebt oder ganz anders. Deine Gedanken kannst du auf der „Journal-Seite“ notieren. Dort findest du auch immer eine Frage zum Weiterdenken – die kannst du als Ausgangspunkt für deine Gedanken nutzen, du kannst sie aber auch einfach ignorieren.

Schreibe auf, was dir wichtig geworden ist, formuliere ein Gebet,  
halte Eindrücke fest oder Fragen, die dir beim Lesen gekommen sind.  
Nutze die „Journal-Seite“ so, wie du möchtest.

Neben den Andachtstexten findest du auch immer wieder ganzseitige  
„Grace & Hope“-Bilder mit einem passenden Bibelvers im Buch. Lass  
diese Bilder einfach etwas auf dich wirken, schlage den Bibeltext nach  
und höre darauf, welche Gedanken dir dazu kommen. Auch hier findest  
du eine Frage, die du aufgreifen kannst, um dann eigene Gedanken oder  
Erfahrungen festzuhalten.

Das Andacht-Journal lebt davon, dass du es selbst weiterschreibst und  
das ergänzt, was dich gerade beschäftigt.

Ich wünsche dir, dass du neue Schätze in Gottes Wort entdeckst und dass  
Gnade und Hoffnung deinen Alltag immer wieder aufleuchten lassen!

*Annegret Prause*

