

Gemeindeaktion „Gegen die Angst“: Leitfaden für Kleingruppen

(ohne Videoclip)

Woche 1

Liebe Kleingruppenleiter,
im Folgenden findet Ihr einen Leitfaden, der euch helfen kann, eure Treffen zu gestalten.

Vorschlag für einen Ablauf (an den ihr euch nicht halten müsst):

10-15 Minuten Ankommen und Austausch

Gebet

5 Minuten Einleitende Worte / Lesen eines Bibeltextes

30 Minuten Gruppengespräch

10 Minuten Abschlussgebetsrunde

Möglicher Einstieg: Austausch über folgende Frage:

Wie ist dein erster Eindruck von Adam Hamilton's Buch «Gegen die Angst» und wie bist du mit der Lektüre gestartet?

Schwerpunktgespräch: Ihr könnt selbst entscheiden, worüber ihr schwerpunktmäßig sprechen wollt. Ihr könnt beispielsweise eine der Bibelstellen der Woche gemeinsam lesen und darüber sprechen.

In der ersten Woche bietet sich dafür Psalm 23 an, der am ersten Tag thematisiert wurde.

Vielleicht helfen dabei noch folgende Fragen:

- Wie und wo erlebst du, dass du dich im «finsternen Tal» befindest und gleichzeitig die Gegenwart Gottes dich tröstet?
- Was hilft dir, dich deinen Ängsten mit Hoffnung zustellen?
- Was bedeutet diese Aussage für deinen Umgang mit Angst: «Du deckst mir den Tisch im Angesicht meiner Feinde.»?
- Was braucht es, dass man in eine solche «Haltung des totalen Vertrauens» und in die beschützende Gegenwart Gottes finden kann? Was hilft dir persönlich dabei?

Hier findet Ihr noch einmal die Fragen, die uns im persönlichen Studium während der Woche begleiten:

Tag 1

Psalm 23 ist ein Bild dafür, dass Gott unser Hirte ist. Auch in den finstersten Tälern ist er unser Trost. Kannst du nachvollziehen, weshalb Psalm 23 das bekannteste Lied der Weltgeschichte ist? Was verbindest du mit diesem Psalm, mit dem Bild, dass Gott unser Hirte ist? Bist du in deinem Leben schon mal durch ein dunkles Tal gegangen, in dem du die Bewahrung Gottes erlebt hast? Wenn ja, möchtest du davon erzählen? Was hast du für das nächste finstere Tal gelernt?

Tag 2

Gott weiß alles. Und trotzdem versuchen wir manchmal, uns vor ihm zu verstecken. Wann fällt es dir besonders schwer in Gottes Gegenwart zu kommen? Warum? Wie kannst du Gottes Vergebung leichter annehmen? Lässt du dir „oft“ Vergebung von anderen zusprechen? Wenn ja, warum? Wenn nein, warum nicht? Was hindert Dich?

Tag 3

Keine Gemeinde ist perfekt. Und dennoch kann sie das Schiff sein, das uns durch die Fluten trägt. Was hilft dir, wenn du an Gemeinde denkst? Kleingruppen? Gottesdienste? Was macht „Heimat“ aus? Was ist für dich wichtig, dass du dich in der Gemeinde dazugehörig fühlst? Was fehlt dir, dass unsere Gemeinde für dich ein Stück Heimat wird?

Tag 4

Gott ruft uns, seinen Wegen zu folgen. Wir tun uns aber oft schwer seine Stimme hören. Hast du Gottes Stimme in deinem Leben schon mal gehört? Hat Gott dir eine Berufung für dein Leben gegeben? Was hilft dir oder würde dir dabei helfen Gottes Stimme besser zu hören? Wie kannst du das einüben? Wie können andere Leute dir dabei helfen?

Tag 5

Gibt es in deinem Leben jemanden, dem du Unrecht getan hast? Jemanden den du aufsuchen müsstest, um etwas wieder in Ordnung zu bringen? Gibt es eine schwierige Situation, die noch ungeklärt ist? Wie willst du mit dieser Situation weiter umgehen? Was ist dein nächster Schritt? Was hindert dich? Was kann dir helfen, um vorwärts zu gehen?

Tag 6

Josef wurde von seinen Brüdern verraten, verkauft, aus dem Leben gestoßen. Menschen sind ungerecht und handeln aus falschen Motiven. Wo hast du Ungerechtigkeit schon erlebt? Wie hast du darauf reagiert? Was kann dir helfen in der schlechten Situation den Blick trotzdem auf Gott zu richten? Was hilft, sich immer ganz auf Gott zu konzentrieren?

Tag 7

Vor was hattest du schon einmal Angst? Wie Mose haben wir Angst vor alltäglichen Dingen oder vor dem Ruf Gottes. Wir suchen Ausreden, um seinen Willen nicht tun zu müssen. Welche Argumente bringst du Gott, um seinen Auftrag nicht ausführen zu müssen? Was sind deine Ausreden? Was hindert dich ihm zu folgen? Was kann dir helfen, deine Angst zu überwinden und Gottes Willen zu tun?

HERAUSFORDERUNG • Schreibe dir deine positiven Erlebnisse in ein "Erlebnistagebuch mit Gott" auf. Das wird dir helfen, wenn du einmal durch ein Tal gehen musst. • Öffne dich in deinen Gebeten vor Gott. Versuche nicht dich vor ihm zu verstecken. Bitte ihn um Vergebung. • Finde deine Berufung. Lerne Gottes Stimme zu hören. Sei nicht zu schüchtern, dir dabei Hilfe zu suchen.

