

STUDIENLEITFADEN GEGEN DIE ANGST

WOCHE 5

Tag 22

Gott lässt uns in den Stürmen unseres Lebens nicht allein, er ist mitten drin. Wo hast du das schon einmal erlebt? Wie hat Gott gewirkt? Wie Petrus, ruft Gott uns dazu auf, mit ihm auf dem Wasser zu gehen. Was hilft dir aus dem Boot zu steigen? Wie fühlt es sich an, auf dem Wasser zu laufen? Was hindert Dich, es öfter zu tun?

Tag 23

Jesus musste so viel Kritik aushalten und doch hat er sich von seinem Auftrag, seiner Arbeit, seiner Überzeugung nicht abbringen lassen. Wann hat Kritik dich schon einmal richtig aus der Bahn geworfen? Was hilft dir mit kritischen Worten umzugehen? Wie kann Kritik zu etwas Positivem werden?

Tag 24

Stellt man sich vor, wie Jesus sich im Garten Gethsemane gefühlt haben muss, wird einem Angst und Bange. Warst du schon einmal in einer Situation, in der dein Selbsterhaltungstrieb ausgelöst wurde? Hattest du schon einmal eine Panikattacke? Dann kannst du das vielleicht ein Stückweit nachempfinden. In solchen Momenten, aber auch sonst, ist es eine große Herausforderung, zu beten: Nicht mein Wille, sondern dein Wille geschehe. Wann kannst du das beten? Wann nicht?

Tag 25

Versagen ist menschlich. Petrus macht uns vor, wie er immer wieder versagt und Jesus sogar verleumdet. Es ist enttäuschend und doch vergibt Gott uns. In welchen Situationen hast du Gott schonmal verleugnet? Wo hast du geschwiegen, obwohl Reden das Richtige gewesen wäre. Was hast du für die Zukunft daraus gelernt? Wie kannst du in solchen Momenten beim nächsten Mal anders reagieren?

Tag 26

Die sieben letzten Worte Jesu sind sehr unterschiedlich und vielseitig. Welches beeindruckt dich am meisten? Wieso? Welche Facette davon, die schließlich im Gebet für uns heute aufgezeigt werden, möchtest du dir für die nächsten Tage besonders vornehmen?

HERAUSFORDERUNG

- Schreibe Kritik, die du bekommst, auf. Analysiere sie und überlege dir, was davon du für dich behalten, umsetzen oder ändern willst. Habe die Freiheit, nicht jede Kritik anzunehmen (Streiche sie dann durch oder zerknülle sie).
- Visualisiere die sieben letzten Worte Jesu und schreibe dazu auf, was sie für Dich persönlich - heute - bedeuten.