



Group Programm zur Celebration vom 02.02.2020 Gott erleben | Gemeinschaft | Wachsen

WALLS – Gedankenmauern sprengen

Church Without Walls Sunday: „Neue Perspektive für meinen Alltag“ mit Sabine Ströhle

Endlich Wochenende! Jetzt kann ich das Leben endlich genießen, herrlich! Und bloß nicht an Montagmorgen denken... Kommen dir diese Gedanken bekannt vor? Erscheint dir dein Alltag auch manchmal so grau und du fühlst dich wie in einem Hamsterrad gefangen? Dabei haben wir doch von Jesus den Auftrag, ein **Licht in der Welt** zu sein. Jetzt denkst du vielleicht: wie soll das denn gehen, dafür habe ich echt keine Kraft bei meinem ganzen Alltagsstress...

Jesus erklärt in Matthäus 11,28-30, dass wir von ihm lernen dürfen, wie das geht, dass unser Alltag ganz leicht wird. Aber du hast vielleicht noch diesen **Knoten im Kopf**, weil du einfach so viel tun musst und auch tun willst. Und deshalb ist es wichtig, dass du nicht zulässt, dass sich in deinen Gedanken dein Alltag wie graue Mauern vor dir aufbaut (Sprüche 4,23).

In Johannes 8,12 verspricht uns Jesus: „Ich bin das Licht für die Welt. Wer mir folgt, tappt nicht mehr im Dunkeln, sondern hat das Licht und mit ihm das Leben.“ Er fordert uns auf, mit seiner Hilfe anzuschauen, woraus die Lügen bestehen, die wir glauben und die sich wie **Mauern** vor uns auftürmen:

- Ich muss perfekt sein / Vergleichen mit anderen
- Ich muss alles alleine machen
- Gelernte Überzeugungen wie: Arbeit muss anstrengend sein
- Über- oder Unterbewertung von Arbeit
- Frust und Enttäuschung
- Fokus zu sehr auf mich

Jesus ermuntert dich, diese **Lügenmauern** mit seiner Unterstützung umzustößeln. Wirst du das Leben der anderen leben oder das Leben, welches Gott für dich vorgesehen hat? Du darfst immer mehr zum Gestalter deines Lebens werden, indem du **täglich**:

- darauf schaust, was Gott Gutes in deinem Alltag tut,
- göttliche Wahrheiten über dich aussprichst,
- für Menschen in deinem Umfeld betest.

Das heißt nicht, dass ab morgen alles ganz easy ist, aber du startest einen **Prozess**:

1. Ich werde mir der Gedankenmauer bewusst
2. Ich bin bereit, loszulassen
3. Ich nehme Jesus Hilfe in Anspruch
4. Ich gehe NEXT STEPS

Im Rahmen der Smallgroup könnt ihr euch mit diesen **vier Schritten** auseinandersetzen und anschließend im Gebet Gott bitten, euch Mut und Kraft zu schenken für eure Next Steps. Verwendet auch gern das [Group Programm von der Predigt mit Christina Rammner](#) und nutzt die dortigen Vorschläge für die Group Zeit.