

Innerer Frieden mitten im Sturm!



TEACHING:

Wir haben zwei Sehnsüchte in uns: **Frieden und Versöhnung**, und für beides ist die Geschichte von Weihnachten der Grund. An Weihnachten merkt man einfach alles stärker – besonders welche Beziehungen „versöhnt“ sind und welche nicht. In der Bibel (Lukas 2,10-14) lesen wir von drei Dimensionen des Friedens:

1. **Frieden mit allen Menschen auf Erden** → den gibt es so nur in der Ewigkeit, wenn wir versöhnt mit Gott sterben und kein Leid mehr existiert.
2. **Frieden mit Gott** → Leider hat sich die Menschheit im Sündenfall gegen Gott entschieden. Seitdem ist die menschliche Natur in Feindschaft mit Gott: ein uns angeborener Reflex, ohne Gott zu fühlen, zu denken und zu wollen. Davon muss Gott dich retten – doch auch als Christ hast du noch diesen Reflex in dir.
3. **Innerer Frieden unabhängig von Umständen** → genau darum soll es heute gehen.

Philipper 4 lehrt uns dazu zweierlei:

- Vers 11: Du kannst lernen, in den größten Herausforderungen Frieden zu finden.
- Vers 7: Das Wort „bewahren“ kommt vom Militär: In einem Moment, wo in deinem Herzen eigentlich Unfrieden ist, fühlst du sicher, als ob eine ganze Armee von (Gottes) Soldaten um dich herum ist.

Was wühlt dich gerade auf? Wo kämpfst du um Frieden?

Unser alltäglicher Friede wird uns jedoch oft geraubt durch Sorgen, Ängste und Misstrauen gegenüber Gott. Sorgen und Ängste bedeuten nichts anderes, als sich eine Zukunft ohne Gott vorzustellen. Nicht „gottlos“ zu denken, zu fühlen oder zu wollen ist damit unser wichtigstes Learning. Denn wenn wir nur auf unser aktuelles Problem sehen, wird es übergroß – doch sehen wir auf Gott, merken wir, wie klein das Problem ihm gegenüber eigentlich ist.

Erklär Gott nicht, wie groß dein Problem ist – erklär lieber deinem Problem, wie groß dein Gott ist!

Gedanken wie „Ja aber... ich fühle Gott gerade nicht... und letztes Mal hat es auch nicht funktioniert“ sind genau dieser gottlose Reflex deiner Seele seit dem Sündenfall! Versuche doch mal, Gott in das Problem mit reinzubringen: Wie sieht deine Zukunft aus, wenn Gott mit dabei ist?

Lies nun 1. Mose 1,2-3: Kennst du diese Momente, wo Chaos in deinem Leben herrscht und Finsternis auf deinem Leben liegt? Aber in dem Moment, wo Gott spricht, kommen Licht und Ordnung in dein Leben. Das Aussprechen von göttlichen Worten ist der Schlüssel. Und wie Johannes 1,1-5 betont, ist Jesus Christus selbst das Wort Gottes.

Wo ich lerne, Gottes Worte auszusprechen, kommt Leben in mein Chaos!

Wort auf Aramäisch („dawar“) bedeutet Wort, Sinn, Kraft, Tat. Das öffnet dir folgenden Weg zum inneren Frieden:

1. **Finde heraus, was Gott sagt.** Damit ist in erster Linie die Bibel gemeint. Denn wenn du nicht weißt, was Gott dir zuspricht, kannst du es nicht selbst aussprechen.
2. **Finde heraus, was du bisher selbst geglaubt und gesagt hast.** Besonders all die „Ja aber...“ in deinem Kopf. Hör dir selbst zu, was du denkst und was du sagst – und wo es dem Wort Gottes widerspricht.
3. **Stimme mit deinem Gott überein.**
4. **Spricht es laut aus.**

Du kannst dich ans Wort Gottes regelrecht „anlehnen“: Stell dir in deiner Phantasie einfach vor, wie stark Gottes Arme sind, wie sicher seine Burg ist. Worship hilft! – Denn du kannst nicht singen und gleichzeitig Angst haben. ☺

Innerer Frieden mitten im Sturm!



AUSTAUSCH: DEIN (UN-)FRIEDEN (15-30 min)

Wo gibt es gerade ein Thema, das dir deinen Frieden raubt? In welcher Beziehung wünschst du dir noch vor den Festtagen Versöhnung? Nehmt euch kurz Zeit und reflektiert. Dann könnt ihr die anderen mit reinnehmen:

- Wo spürst du Angst, Sorge und Unruhe (der „AUS“-Schalter deines Friedens)?
- In welchem Lebensbereich fällt es dir schwer, Gott zu vertrauen – vielleicht schon dein Leben lang?
- Welche Situation bereitet dir inneren Druck?
- Wo klagst du dich selbst (oder andere) an?

→ „Erkläre nicht Gott, wie groß dein Problem ist – erkläre lieber deinem Problem, wie groß dein Gott ist“ war ein Kernvers aus der Predigt. Tauscht euch darüber aus, was dieser Satz bereits an deiner Situation verändert.



GET FREE: WORTE HABEN MACHT (15-30 min)

Worte haben Macht – im Positiven wie im Negativen! Hast du Worte wie die aus der Predigt schon einmal gehört? „Du bist ein Loser... Du bist faul... Du bist hässlich!“ Wer auch immer sie ausgesprochen hat: Diese Worte haben mit Sicherheit deine Seele geschädigt. Doch Gottes Worte haben die Macht, solche Wunden dauerhaft zu heilen! Deshalb bringt diese Aussagen gemeinsam ans Kreuz. Lasst euch in der Stille vom Geist Gottes Bibeltexte zeigen, die Gottes gute Sicht auf dein Leben ausdrücken (z.B. Epheser 1,3-8; Jeremia 31,3; Jesaja 43,4; 1. Timotheus 1,7...).

→ Dann kommt der „dawar“-Effekt – wie in der Predigt bei der schwingenden Metallplatte: Deine Seele sagt vielleicht immer noch „Ich fühle das nicht!“ Aber fange an, es laut auszusprechen: Indem du es sprichst, kommen Ordnung und Leben in dein Chaos. Die Bibel spricht dir zu (Hesekiel 36,26; Hebräer 12,2; Philipper 2,13), dass Gott es in dir tut! **Deine Aufgabe ist nur, der Wahrheit zu glauben (Johannes 6,29).**



STUDY: DER FRIEDE IST SCHON DA! (10-20 min)

Konstantin hat erzählt, wie er selbst dann noch der Lüge: „Ich muss jetzt was machen“ geglaubt hat, als die Bibel ins Spiel kam. Unsere „gottlose“ Seele kann die Aufforderung „Hab keine Angst, Seele“ ebenso wenig umsetzen wie die folgenden Aufforderungen: „Denke nicht an rosa Elefanten“ – „Seien Sie spontan – jetzt!“ – „Entspann dich!“ ☺ Wir haben immer noch den Eindruck, etwas tun zu müssen...

- Doch „im Geist zu wandeln“, bedeutet das Gegenteil: „Ich muss gar nichts tun.“ Lass Gott in die Situation hinein, tritt einen Schritt zurück und lass ihn das machen, was du nicht kannst. Es ist wirklich so leicht.
- Deshalb spricht Jesus in Matthäus 11,30 auch vom „leichten Joch“, und in Johannes 14,27: „Meinen Frieden gebe ich euch.“ Du musst den Frieden nicht herbeibeten! (Eine Burg, in die du fliehen willst, fängst du ja auch nicht bei Gefahr an zu bauen... ☺) **Nimm deine Seele an die Hand und lehne dich an diese Wahrheit an!**



EXPERIENCE: GÖTTLICHE PHANTASIE (20-40 min / zuhause)

1. Nutze deine Vorstellungskraft und halte dir Gottes Wahrheit in Bildern vor Augen. Hör für deine aktuelle Not auf Gott und probiere aus, wie Gott deine Phantasie benutzt. Und das erste, was dir kommt, nimm ernst!
2. Lest Bibelstellen über die starken Arme Gottes / die feste Burg Gottes / Gottes Flügel, unter denen du Schutz findest / der gedeckte Tisch angesichts meiner Feinde... lasst sie vor eurem inneren Auge Wirklichkeit werden!
3. Achtung – Vorbereitung nötig: Jeder von euch bringt den (Worship-)Song mit, wo für sie/ihn eine göttliche Wahrheit besonders schön vertont wird. Spielt euch die Songs vor oder schmettert sie einfach mit!