

TALK IT OVER

Jesus' Geheimnisse für Belastbarkeit

Strategien für stressige Zeiten - 5. Teil

Rick Warren

3. Oktober 2021

Beginnt im Gebet und bedenkt, dass dies lediglich eine Anleitung ist. Fühlt Euch ganz frei, die angebotenen Fragen in den Notizen miteinander zu besprechen oder konzentriert Euch auf eine Frage und beschäftigt Euch mit dieser einen Frage intensiver. Bevor Ihr im Gebet abschließt, nehmt Euch ein paar Minuten Zeit und schaut Euch die 3 Essentiellen Fragen am Ende des Dokumentes an.

Predigtnotizen

“Da wir von so vielen Zeugen umgeben sind, die ein Leben durch den Glauben geführt haben, wollen wir jede Last ablegen, die uns behindert, besonders die Sünde, in die wir uns so leicht verstricken. Wir wollen den Wettlauf bis zum Ende durchhalten, für den wir bestimmt sind. Dies tun wir, indem wir unsere Augen auf Jesus gerichtet halten, von dem unser Glaube vom Anfang bis zum Ende abhängt. Er war bereit, den Tod der Schande am Kreuz zu sterben, weil er wusste, welche Freude ihn danach erwartete. Nun sitzt er an der rechten Seite von Gottes Thron im Himmel. Denkt an alles, was er durch die Menschen, die ihn anfeindeten, ertragen hat, damit IHR nicht müde werdet und aufgibt.” Hebraer 12, 1 bis 3

1. Erinnerung Dich daran, wie sehr Dich Gott liebt (Mitgefühl)

Sprich darüber

“Der Vater liebt mich.” Johannes 10, 17

“Ich hab euch genauso geliebt, wie der Vater mich geliebt hat. Bleibt in meiner Liebe. Wenn ihr mir gehorcht, bleibt ihr in meiner Liebe ...” Johannes 15, 9 bis 10

“Seht, was für eine Liebe unser himmlischer Vater uns geschenkt hat, nämlich, dass wir seine Kinder genannt werden - und das sind wir auch! Doch die Menschen, die zu dieser Welt gehören, kennen Gott nicht, deshalb verstehen sie auch nicht, dass wir seine Kinder sind.” 1. Johannes 3, 1

1. Frage

Lest die Verse aus Hebraer 12, 1 bis 3 laut zusammen vor. Eins der Geheimnisse, wie Jesus seine Belastbarkeit standfest macht, ist, dass er sich sicher ist, dass der Vater ihn liebt, so wie es in Johannes 10, 17 geschrieben steht. Genauso können wir uns dieses Fundament für

Belastbarkeit annehmen, indem wir uns immer wieder bewusst werden, wie sehr Gott uns liebt! Wie können wir ganz sicher in Gottes Liebe und seinem Mitgefühl sein, so wie es in Hebraer 12, 1 bis 3 beschrieben wird?

2. Denk daran, wer ich bin! (Identifikation)

"Ich bin ... das Licht der Welt ... der Sohn Gottes ... der Weg, die Wahrheit und das Leben ... das Brot des Lebens Markus 14, 62 / Johannes 6, 35 / 8, 12 / 14, 6

"Ich bin mein eigener Zeuge." Johannes 8, 18

Jesus sagte, "IHR seid das Salz der Erde! IHR seid das Licht der Welt ... Genauso lasst eure guten Taten leuchten." Matthäus 5, 13 bis 15

2. Frage

Ein weiteres Geheimnis, wie Jesus seine Belastbarkeit standfest gemacht hat, ist, dass er sicher war, wer er wirklich ist. Er war nicht von der Wertschätzung anderer abhängig, so wie es in Johannes 8, 18 beschrieben wird. Was sagt Jesus in Markus 14, 62 / Johannes 6, 35 / 8, 12 und 14, 6 in Bezug auf seine Identität? Ähnlich wie in oben erwähnten Matthäus 5, 13 bis 16, was sagt uns Jesus über unsere Identität?

3. Wissen, wem ich gefallen will! (Motivation)

"Doch ich tue nichts, ohne den Vater zu fragen, ... der mich gesandt hat ..." Johannes 5, 30

"Denn ich tue immer, was ihm gefällt." Johannes 8, 29

"Niemand kann zwei Herren dienen ..." Lukas 16, 13

Paulus: "Wie ihr seht, geht es mir nicht darum, Menschen zu gefallen! Nein, ich versuche, Gott zu gefallen! Wollte ich noch Menschen gefallen, wäre ich kein Diener von Christus." Galater 1, 10

3. Frage

In Lukas 16, 13 lesen wir: "Niemand kann zwei Herren dienen..." , denn das führt zu grossem Stress! Ein Geheimnis, wie Jesus seine Belastbarkeit festigt, ist, dass wir nur versuchen, einer Person gerecht zu werden - nämlich Gott! Lesen wir Galater 1, 10, was schreibt Paulus zum Thema, wenn wir versuchen es allen Menschen Recht zu machen? Sprich darüber, wie wir uns regelmäßig an dieses Prinzip erinnern können und wie wir dies praktisch anwenden können.

4. Meine Berufung kennen! (Berufung)

"...Denn ich weiss, wo ich herkomme und wo ich hingeh... " Johannes 8, 14

Are you interested in the Bible and in helping small groups benefit from the weekend message? Well, you are in luck! Saddleback members like you create these discussion guides each week. If you are interested in joining the team, please email Maturity@saddleback.com

“Denn er ist in seinem Innersten gespalten, und seine Unbeständigkeit kommt bei allem, was er unternimmt, zum Vorschein.” Jakobus 1, 8

“Denkt daran, dass Gott euch zum Glauben gerufen hat, und führt euch zum Leben, dass dieser Berufung würdig ist!” Epheser 4, 1

4. Frage

In Johannes 8, 14, sagt Jesus: *“... Denn ich weiss, wo ich herkomme und wo ich hingeh...”*

In Epheser 4,1 bittet Paulus die Gläubigen inständig, ein Leben zu leben, “ dass der Berufung, zu der sie auserwählt wurden, würdig ist”. Wenn wir unserer Berufung folgen, dann kommen wir Gott näher. Wie festigt sich unsere Belastbarkeit, wenn wir mit Jesus gehen?

5. Sich darauf zu konzentrieren, was am Wichtigsten ist (Fokus)

“Als die Zeit näher kam, dass Jesus wieder zu Gott zurückkehren sollte, brach er fest entschlossen nach Jerusalem auf.” Lukas 9, 51

“Wer beim Pflügen nach hinten schaut, den kann Gott in seinem Reich nicht brauchen.” Lukas 9, 62

“Es ist alles erlaubt, aber nicht alles ist hilfreich. Es ist alles erlaubt, aber nicht alles ist gut.” 1. Korinther 10, 23

5. Frage

Jesus konzentrierte sich darauf, seine Berufung zu erfüllen; Lukas 9, 51 sagt : *“Als die Zeit näher kam, dass Jesus wieder zu Gott zurückkehren sollte, brach er fest entschlossen nach Jerusalem auf.”* Sprecht darüber, wie die volle Konzentration auf das, was am Wichtigsten ist, wie Lukas 9, 62 und 1. Korinther 10, 23 sie beschreiben, zur Erfüllung Deiner Berufung führen.

6. Verbringe Zeit mit Gott allein (Meditation)

“Dann verließ Jesus die Stadt und ging wie gewohnt zum Ölberg, seine Jünger begleiteten ihn.” Lukas 22, 39

“Ganz früh, es war noch Nacht, ging Jesus allein an einen einsamen Ort, um zu beten.” Markus 1, 35

“Jesus wurde immer bekannter, die Menschen strömten in Scharen herbei, um ihn zu hören und von ihren Krankheiten geheilt zu werden. Er aber zog sich in die Einsamkeit zurück, um zu beten.” Lukas 5, 15 bis 16

“Seid in ihm verwurzelt, baut euer Leben auf ihm auf.” Kolosser 2, 7

Are you interested in the Bible and in helping small groups benefit from the weekend message? Well, you are in luck! Saddleback members like you create these discussion guides each week. If you are interested in joining the team, please email Maturity@saddleback.com

6. Frage

Lukas 22, 39 spricht darüber, dass eine von Jesus Gewohnheiten das Beten war, und Lukas 5, 15 bis 16 spricht darüber, dass Jesus sich "häufig" zurückzog, um zu beten. Für viele von uns ist es schwierig, das Gebet zur Gewohnheit zu machen. Was können wir von Kolosser 2, 7 lernen, wenn es darum geht, die Wichtigkeit, Zeit mit Gott allein zu verbringen, zu verstehen? Sprecht darüber, wie Gebet und Meditation mit Jesus uns dabei helfen, mit unserem Stress umgehen zu lernen und unsere Belastbarkeit aufzubauen.

7. Unterstützung durch Deine Kleingruppe bekommen(Zusammenarbeit)

"[Jesus] ... und er bestimmte zwölf, die er Apostel nannte. Sie sollten ständig bei ihm sein..." Markus 3, 14

"Er sagte zu ihnen: "Meine Seele ist zu Tode betrübt. Bleibt hier und wacht mit mir." Matthaeus 26, 38

"Dann sagte Jesus: "Kommt alle her zu mir, die ihr müde seid und schwere Lasten tragt, ich will euch Ruhe schenken, Nehmt mein Joch auf euch. Ich will euch lehren, denn ich bin demütig und freundlich, und eure Seele wird bei mir zur Ruhe kommen." Matthaeus 11, 28 bis 29

7. Frage

Jesus diente in Zusammenarbeit mit einer Kleingruppe von Jüngern und bat Petrus, Jakobus und Johannes, mit ihm vor seiner Kreuzigung wach zu bleiben. Wenn selbst sogar Jesus eine Kleingruppe für Unterstützung brauchte, wieviel mehr brauchen wir sie dann! Welche Schritte kannst Du gehen, anderen dabei zu helfen, mit Jesus ein neues Leben zu beginnen und sich in der Kirche zu integrieren, damit Du und auch andere darin wachsen können, die Geheimnisse von Jesus' Belastbarkeit in unserem Leben zu implementieren?

Drei Essentielle Fragen

Die folgenden offenen Fragen sind dazu bestimmt und sollen die Mitglieder Deiner Kleingruppe ermutigen, darüber nachzudenken, was sie empfunden haben und was sie, oder die Gruppe tun können, als Antwort auf die gehörte Predigt!

1. **Was hast Du gehört?** *Welcher Teil der Predigt hat Dich besonders berührt?*
2. **Was hast Du gedacht?** *Wie hat Dich die Predigt herausgefordert, verändert oder Dein Denken bestätigt?*
3. **Was wirst Du tun?** *Wie wirst Du oder Deine Kleingruppe das heute Gelernte in die Praxis umsetzen?*

Are you interested in the Bible and in helping small groups benefit from the weekend message? Well, you are in luck! Saddleback members like you create these discussion guides each week. If you are interested in joining the team, please email Maturity@saddleback.com

Nächste Schritte für Kleingruppen

1. Wenn Du heute gebetet hast und Dein Leben Jesus zum ersten Mal übergeben hast, dann schreibe eine E-Mail mit dem Kennwort NEWSTART an hello@saddleback.de
2. Wir danken Gott für die letzte Woche, indem wir den Zehnten geben. Du kannst online unter [https:// saddleback.berlin/give](https://saddleback.berlin/give) spenden und uns helfen, Zehntausende arbeitslose Familien zu unterstützen.
3. Wir treffen uns zur Unterstützung in Kleingruppen online. Um Dich während der fortwährenden Covid19 Pandemie einer Kleingruppe anzuschließen, schreibe eine Email mit dem Kennwort SMALLGROUP an hello@saddelback.de oder kontaktiere uns auf unserer Webseite unter <http://saddleback.berlin/find-a-small-group> .

Are you interested in the Bible and in helping small groups benefit from the weekend message? Well, you are in luck! Saddleback members like you create these discussion guides each week. If you are interested in joining the team, please email Maturity@saddleback.com