

Arbeitsmaterial zu „Sorgen überwinden“, 1. Hauskreis

Warum ist es wichtig, zwischen Sorge und dem Problem zu unterscheiden?

Welchen Nutzen hast du, wenn du Sorge und Problem unterscheidest?

Denke an eine sorgenvolle Situation, als es dir gelang, die Sorgen auf den HERRN zu werfen.

Und nun vergleiche es mit einer Situation, in der es dir nicht gelang, die Sorge auf Gott zu werfen.

Schreibe so viele Unterschiede wie möglich auf.

Was hast du jeweils gedacht?

Was hast du jeweils empfunden?

Wie bist du im einzelnen vorgegangen?

Zum Sorgenwerfen braucht man emotionale und geistliche Kraft. Was hilft dir, diese Kraft zu entwickeln? Sei so genau und konkret wie möglich. Keine allgemeinen „christlichen“ Phrasen.

Wenn du aus 1. Petrus 5,6-7 erfährst, dass die Sorgen auf Gott **nicht** zu werfen, Hochmut ist, was macht das mit dir?

Wenn du dich entscheidest demütig zu sein und deine Sorgen auf Gott zu werfen, wie gehst du vor? Sei so genau und konkret wie möglich. Übe an der nächsten sorgenvollen Situation!

Wenn du die Übung zusammen mit anderen machst, tauscht euch aus, nachdem jeder für sich die einzelnen Arbeitsschritte gegangen ist.