

***50 Tage***

***Der Weg  
zum Leben***

---

Kleingruppenheft

# ***Inhalt***

---

Teilnehmerliste .....	2
Die Aktion .....	4
Aufbau der einzelnen Einheiten .....	6
Drei Ziele .....	9
Einheit 1 Freiheit beginnt: Ich brauche mir nichts mehr vorzumachen .....	11
Einheit 2 Hoffnung trägt: Ich kann neue Kraft bekommen .....	15
Einheit 3 Vergangenheit bewältigen: Ich muss mich nicht kaputt machen lassen .....	19
Einheit 4 Lebensbilanz ohne Angst: Ich darf neu anfangen .....	23
Einheit 5 Veränderung ist möglich: Ich kann Schwächen bewältigen.....	27
Einheit 6 Beziehungen leben: Ich kann mit meinen Mitmenschen befreit umgehen.....	31
Einheit 7 Rückfälle verhindern: Ich bekomme Kraft zum Durchhalten .....	35
Einheit 8 Leben weitergeben: Ich lasse andere aus meinen Fehlern lernen.....	41
Zusätzliche Materialien für die Kleingruppe.....	45
Häufig gestellte Fragen.....	47
Gebetsanliegen und Gebetserhörungen.....	49
Die besten Tipps für Leiter .....	51
Bibelverse zum Auswendiglernen.....	53

# **Aufbau der einzelnen Einheiten**

Wenn wir zusammen mit anderen Menschen die Bibel studieren und über Gottes Wegweisungen nachdenken, hat dies immer einen Einfluss auf unser Leben. Sie stehen in Ihrer Kleingruppe möglicherweise am Anfang einer solchen Erfahrung, die Ihr Leben verändern kann. Dazu wollen die einzelnen Einheiten beitragen.

Jede Einheit besteht aus den folgenden fünf Elementen:



**Einstieg:** Die Fragen in diesem Abschnitt werden Ihnen helfen, einen Einstieg in den Abend zu finden und die Mitglieder Ihrer Kleingruppe besser kennen zu lernen, damit Sie sich wie in einer Familie angenommen fühlen können.



**Video:** Jede Woche werden Sie sich einen Video-Abschnitt zur aktuellen Einheit ansehen. Dabei handelt es sich um eine Einführung in das Thema des jeweiligen Abends. Wenn Sie wollen, können Sie sich während des Videos Notizen machen, um diese Gedanken im späteren Gruppengespräch einzubeziehen.



**Gespräch:** Dieser Abschnitt soll Ihnen ein tieferes Verständnis der Bibel und des Themas ermöglichen. Hier besprechen Sie die im Heft angeführten verschiedenen Gedanken zum Thema. Außerdem können Sie anhand der Fragen darüber nachdenken, welchen Bezug die biblischen Wahrheiten auf Ihr Leben haben könnten.



**Gebet:** Zum Schluss eines Abends ist es gut, das an diesem Abend Erkannte mit Gott zu besprechen. Das kann jeder Teilnehmer still für sich, aber auch in einem lauten Gebet in der Gruppe vollziehen. Hier können Sie auch für Anliegen aus Ihrer Gruppe beten.



**Anwendung für die Woche:** Dieser Abschnitt wird nicht während des Abends behandelt, sondern ist als Anregung für Zuhause gedacht. Er will im Laufe der Woche den einzelnen Teilnehmern helfen, das Erkannte Wirklichkeit werden zu lassen, und enthält Fragen und konkrete Anregungen zur Umsetzung des Themas.

## ***Zwei zusätzliche Hinweise***

**Bibelverse zum Auswendiglernen:** Für jede Einheit gibt es einen Bibelvers zum Auswendiglernen. Vielleicht stellt das für Sie eine echte Herausforderung dar, aber nehmen Sie die Gelegenheit wahr, um Gott auf Ihrer geistlichen Reise durch diese wichtige Übung ein Stück näher zu kommen. Die Bibelverse zum Auswendiglernen sind auch am Ende

---

des Heftes noch einmal abgedruckt. Diese Seite können Sie aus dem Heft herausrennen und die einzelnen Kärtchen ausschneiden, sodass sie gut in Ihr Portemonnaie passen.

***Das Aktions-Buch „Der Weg zum Leben“:*** Das Aktionsbuch sollte parallel zu den wöchentlichen Einheiten in diesem Kleingruppenheft gelesen werden. Das Buch bietet Ihnen die Möglichkeit, Gottes Wegweisung für Ihr Leben besser zu verstehen und umzusetzen. Wenn alle Teilnehmer der Gruppe das Buch während der Aktion lesen, wird dies das Gespräch in der Gruppe vertiefen und zur besseren Umsetzung des Erkannten helfen.

# ***Drei Ziele***

---

Dieses Kleingruppenheft will Ihnen in dreifacher Hinsicht helfen:

## ***1. Eintauchen in das Wort Gottes***

In den acht Einheiten dieses Heftes werden Sie sich mit verschiedenen Bibelstellen beschäftigen. Das Konzept des Heftes erlaubt nicht nur den Austausch über eine Bibelstelle, sondern ermöglicht es Ihnen auch, über konkrete Umsetzungen in Ihrem eigenen Leben zu sprechen. Wenn Sie sich als Gruppe intensiv damit auseinandersetzen, wie Sie die biblischen Wahrheiten in Ihrem Leben umsetzen können, werden Sie entdecken, wie viel gute Wegweisung das Wort Gottes enthält.

## ***2. Gemeinschaft aufbauen***

Niemand, der sein Leben mit Gott führen will, sollte jemals isoliert leben. In der Bibel geht es an keiner einzigen Stelle um einen „einsamen Glauben“, vielmehr ist an über 50 Stellen im Neuen Testament vom „Füreinander“ im Glauben die Rede. In Ihrer Kleingruppe haben Sie die Möglichkeit, Gemeinschaft zu erfahren wie sie im Neuen Testament beschrieben wird. In Ihrer Gruppe finden Sie einen Ort des Angenommenseins und Menschen, mit denen Sie Ihr Leben teilen können.

## ***3. Leben auf Gottes Weg ausrichten***

Dieses Kleingruppenheft soll Ihnen helfen, den Weg zum Leben zu entdecken, den Gott für Sie bereithält. Ohne die bewusste Ausrichtung auf seine Wegweisung entwickelt sich eine Kleingruppe schnell zu einem Kuschelclub mit christlicher Ausprägung oder zu einem rein intellektuellen Bibelkreis. Das vorliegende Heft soll helfen, dass alle Teilnehmer der Kleingruppe Gottes Wege für ihr Leben entdecken und darin leben.

Gott hat Ihre Gruppe zusammengestellt, und neben diesem Heft möchte er auch jeden Einzelnen dazu gebrauchen, Ihr Leben zu verändern. Ebenso möchte er Sie im Leben der anderen gebrauchen. Seien Sie bereit, sich in die Gruppe einzubringen, und beten Sie für Ihre Kleingruppe, wenn Sie können.

Bei der Übersetzung der Bibelstellen wurden die folgenden Bibelausgaben verwendet:

Luther-Übersetzung. Stuttgart: Deutsche Bibelgesellschaft, 1984 (LÜ)

Gute Nachricht Bibel. Stuttgart: Deutsche Bibelgesellschaft, 1997 (GNB)

Hoffnung für alle. Basel und Gießen: Brunnen Verlag, 1996 (Hfa)

Elberfelder Bibel. Wuppertal und Zürich: R. Brockhaus Verlag, 1995 (ELB)

# Freiheit beginnt

---

Grundsatz 1:

Ich erkenne,  
dass ich nicht Gott bin.  
Ich gebe zu, dass ich meine Neigung,  
das Falsche zu tun,  
nicht beherrschen und mein  
Leben nicht selbst steuern kann.  
„Glücklich sind, die erkennen,  
wie arm sie vor Gott sind.“



## **Einstieg** (15 Minuten)

Wenn Ihre Gruppe sich zum ersten Mal trifft oder neue Mitglieder anwesend sind, sollten Sie sich ein paar Minuten Zeit nehmen, um sich gegenseitig vorzustellen. Tauschen Sie sich kurz darüber aus, wie Sie in diese Kleingruppe gekommen sind.

## **Bibelvers zum Auswendiglernen:**

*„Ich weiß wohl, dass der Mensch von Natur aus nicht gut ist. Deshalb werde ich niemals das Gute tun können, so sehr ich mich auch darum bemühe.“*

## **Römer 7,18 (Hfa)**

Bibelverse, die Sie auswendig gelernt haben, können Ihnen später eine große Hilfe sein, wenn Sie danach fragen, wie Gottes Weg für Sie ausgehen könnte, und ebenso, wenn Sie innere Kraft für Ihren Lebensweg benötigen. Wir ermutigen Sie deshalb zum Auswendiglernen des wöchentlichen Bibelverses.



## **Video** (10 Minuten)

Sehen Sie sich das Video an und machen Sie sich ggf. Notizen.



## **Gespräch (40 Minuten)**

### **I. Unser Problem: Wir versuchen, wie Gott alles unter Kontrolle zu haben**

Lesen Sie die vier nachfolgenden Absätze gemeinsam und reden Sie anhand der Fragen über die einzelnen Aussagen. Sie können sich auf den Punkt konzentrieren, der Ihnen am wichtigsten erscheint.

1. Wir versuchen, unser Image, unser Ansehen unter Kontrolle zu halten.  
Wir wollen oft nicht, dass andere Leute wissen, wie wir in Wirklichkeit sind. Was tun wir, um vor den Leuten unser wahres Ich zu verbergen?
2. Wir versuchen, über andere Leute Kontrolle auszuüben.  
Wir möchten gern andere unter Kontrolle haben. Das können unsere Ehepartner, Kinder oder auch Kollegen sein. Sichtbar wird dies an unserem Verhalten im Betrieb oder auch in unserem generellen Lebensstil.  
Warum wünschen wir uns diese Kontrolle?
3. Wir versuchen, Probleme zu beherrschen, unsere Probleme.  
Mancher ist Meister im Verdrängen. Aber je mehr wir uns anstrengen, allein fertig zu werden, desto schlimmer werden manchmal die Probleme.  
Warum ist es so schwer, Gott unsere Probleme zu übergeben?
4. Wir versuchen, unsere Not zu beherrschen.  
Not ist real. Wir können versuchen, uns davor zu verstecken, sie zu leugnen oder zu verdrängen, aber wir können nicht einfach zwei Aspirintabletten schlucken, um unsere Nöte wie irgendwelche Kopfschmerzen zu vertreiben. Warum versuchen wir unsere Probleme allein in den Griff zu bekommen?

### **II. Was sind die Konsequenzen, wenn man „Gott spielt?“**

Diesen Teufelkreis beschreibt Paulus so:

*Ich mache immer wieder dieselbe Erfahrung: Das Gute will ich tun, aber ich tue das Böse. Ich wünsche mir nichts sehnlicher, als Gottes Gesetz zu erfüllen. Dennoch handle ich nach einem anderen Gesetz, das in mir wohnt. Dieser Widerspruch zwischen meiner richtigen Einsicht und meinem falschen Handeln beweist, dass ich ein Gefangener der Sünde bin. Römer 7,21-23 (Hfa)*

Der Versuch, alles in den Griff zu bekommen und gewissermaßen Gott zu spielen, führt immer zu erneutem Versagen! Lesen Sie den Rat des Königs Salomo:

**Wer seine Sünden vertuscht, hat kein Glück; wer sie aber bekennt und meidet, über den erbarmt sich der Herr. Sprüche 28,13 (Hfa)**

Warum bekommen wir unser Leben nicht allein mit guten Vorsätzen in den Griff?

### **III. Das Heilmittel: Wenn ich zugebe, dass ich nicht Gott bin, heißt das, dass mir klar ist...**

Lesen Sie gemeinsam die nächsten Absätze:

- Ich kann meine Vergangenheit nicht ändern.  
Ich habe Verletzungen davongetragen, aber kein Nachtragen kann daran etwas ändern.
- Ich kann andere Menschen nicht beherrschen.  
Wie ich auch immer versuche, sie zu manipulieren, es funktioniert nicht. Ich bin nur für mein Handeln verantwortlich, nicht für ihres.
- Ich kann mit meinen ungunen Gewohnheiten, Verhaltensweisen und Handlungen nicht allein fertig werden.  
Gute Vorsätze und Willenskraft reichen nicht aus. Wir brauchen eine Kraftquelle, die größer ist als wir. Wir brauchen Gott, um uns verändern!

Warum fällt es Menschen schwer, diese drei Wahrheiten einzusehen?

Lesen Sie, wie Gott uns helfen will.

**Gott wird allen, die ihm treu sind, noch mehr Gnade schenken. Darum heißt es auch: «Die Stolzen und Hochmütigen weist Gott von sich, aber den Demütigen schenkt er seine Gnade.» Jakobus 4,6 (Hfa)**

Wie können wir Gott unsere Probleme anvertrauen und uns nicht mehr auf unsere eigenen Kräfte verlassen?



#### **Gebet (10 Minuten)**

Überlegen Sie, wen Sie zu den weiteren Abenden einladen können (Nachbarn, Freunde, Verwandte) und beten Sie dafür, dass die Eingeladenen den Mut finden, zu Ihrer Kleingruppe dazu zu stoßen.



## **Persönliche Anwendung für die Woche**

Was muss sich in meinem Leben verändern? Eine ungewohnte Angewohnheit, eine Verletzung, ein Komplex?

Es ist schwer, sich verkehrte Verhaltensweisen einzugestehen. Aber erst wenn wir das getan haben, können wir den zweiten Schritt auf diesem Weg gehen. Der erste Schritt ist der schwerste; wenn Sie ihn also tun, wird es von da an leichter. Die nächsten Wochen werden wie eine Reise in 8 Abschnitten sein. Wir laden Sie ein, Ihre „geistlichen Wanderschuhe“ anzuziehen und mitzukommen, d.h. dass Sie die Erkenntnisse der Abende jeweils in der Woche persönlich anwenden. Diese Reise sollten Sie nicht verpassen – sie wird Ihr Leben verändern! Was sollten Sie unternehmen, um den ersten Grundsatz umzusetzen?

## **Bevor Sie losgehen**

1. Nehmen Sie sich ein paar Minuten Zeit, um den Terminkalender am Ende des Heftes auszufüllen. In einer gesunden, gut funktionierenden Gruppe hat nicht nur eine Person leitende Funktion, trägt nicht nur einer allein die Verantwortung für alle Bereiche. Füllen Sie den Kalender gemeinsam aus, wenigstens für die nächste Woche, und halten Sie fest, wer die Einheit leiten wird und wer für Essen oder Knabbereien zuständig ist. Tragen Sie auch besondere Veranstaltungen ein, gemeinsame Ausflüge oder abendliche Treffen außerhalb der normalen Einheiten. Warum sollten Sie nicht noch mehr Spaß zusammen haben? Ein Mitglied der Gruppe könnte diesen Kalender für alle koordinieren.
2. Tauschen Sie darüber hinaus Adressen, Telefonnummern und gegebenenfalls E-Mail-Adressen aus. Die Teilnehmerliste auf der Umschlaginnenseite eignet sich sehr gut dafür. Geben Sie einfach ein Heft oder alle Hefte im Kreis herum, um sicherzugehen, dass alle die Informationen erhalten.