



ICF BIELEFELD/PADERBORN SMALLGROUP-PROGRAMM

LEID – Wo ist Gott, wenn die Seele weint? Vom Umgang mit der Trauer.

SERIENVISION:

„Wo ist Gott im Leid?“ Warum gibt es so viel Leid?“ Lasst uns gemeinsam offen und ehrlich mit diesen Fragen umgehen und sie zulassen; aber lasst uns auch ein Licht der Hoffnung in unser Umfeld und in ganz OWL hineintragen, weil wir die Gewissheit haben dürfen, dass Gott uns in schweren Zeiten nicht allein lässt, sondern uns sogar durch sie hindurch trägt.«

ZUSAMMENFASSUNG DER PREDIGT:

Wir alle erleben Verlust und Trauer. Bei der Trauer geht es um unser Herz. Körperlich, seelisch, geistlich. „Mehr als alles andere achte auf dein Herz, deine Gedanken und Gefühle, denn aus ihnen entspringt das Leben (Sprüche 4,23) Trauer müssen wir durchleben, wie Hiob. Es ist wichtig durch alle Phasen hindurch zu gehen und nicht beim Verdrängen stehen zu bleiben.

1.Verdrängung | 2. Ausbruch | 3. Verarbeitung | 4. Annahme

Wie können wir in der Verarbeitungsphase der Trauer Raum geben, ohne darunter zu zerbrechen? Oder anders gefragt: Was sind deine körperlichen, seelischen und geistlichen Ressourcen, wenn du trauerst.

Körperlich: Wenn wir trauern sind wir müde, lustlos und kraftlos. Um durch eine Zeit tiefer Trauer zu kommen brauchen wir körperliche Kraft. Die bekommen wir durch gleichmäßigen Schlaf, genügend Bewegung und gesundes Essen. Das ist wichtig, denn oft werden diese wichtigen Punkte vernachlässigt.

Seelisch: Wenn wir trauern fühlen wir uns wie betäubt, einsam und traurig. Wir glauben, dass wir alleine sind und niemand etwas mit uns anfangen kann. Darum brauchen wir geduldige Freunde, gute Gespräche und glückliche Erinnerungen. Paulus schreibt: „Freut euch mit den Fröhlichen, weint aber auch mit den Trauernden.“ (Römer 12, 15) Wir sind aufgefordert mit anderen zu trauern, damit sie nicht alleine sind. Dabei geht es nicht um kluge Worte, sondern um gemeinsam geteiltes Leid. Das ist Smallgroup!

Geistlich: In unserer Trauen haben wir Zweifel, Ängste und Fragen. Hier ist es wichtig, dass wir uns davon nicht umhauen lassen. Geistliche Fragen können nur geistlich beantwortet werden durch Gebete, Gottes Worte und göttliche Begegnungen.

AUSTAUSCH

Was hat dich an der Geschichte von Markus am meisten bewegt?
Phase 2: Ausbruch – Darf man Gott Anklagen? Wie ist deine Meinung?
Was war der schwerste Verlust, den du zu verkraften hattest?
Wann hast du das letzte Mal vor Traurigkeit geweint? Fiel es dir leicht?
Was waren deine „learnings“ aus bereits vergangenen Trauerprozessen?

GEBET

Schreibt auf Zettel verdeckt eure Namen. Verteilt die Zettel und betet, dass der Heilige Geist euch Gebete und Gottes Worte schenkt für die Person, deren Name verdeckt auf dem Zettel steht. Gebt die Zettel weiter und wiederholt das Hören und aufschreiben. Jeder liest am Ende seinen Zettel durch. Stellt euch die Ergebnisse vor. Wie hat Gott durch diese Eindrücke gesprochen?

AKTIONSTEP

Macht eine Liste von 2-3 Freunden, die ihr zur Christmas Experience einladen wollt.
Stellt euch diese Liste vor und betet ganz konkret für die Personen.

INFOS:

26.11. Kindersegnung – Anmeldung an: michael.wesner@icf-paderborn.de