

Heft 5 *Selbstbeherrschung und Mäßigkeit*

## Woche 3: „Gott nicht überholen“

### 1. Ankommen und Einstieg

- Begrüßung
- Gebet
- Erfahrungen & Gebetsanliegen
  - o Falls Gebetsanliegen genannt werden – evtl. Gebetsgemeinschaft in kleinen Gruppen

#### Hinführung zum Thema

- o Bist du jemand, der Vorräte für drei Monate im Keller hat, oder gehst du jeden Tag für das Abendessen einkaufen?
- o Wie verändert sich deine Laune und deine Sicht auf die Welt, wenn du so richtig Hunger hast?
- o In welchem Bereich deines Lebens fällt es dir am schwersten, auf das „nächste Ding“ zu warten, anstatt es sofort erzwingen zu wollen?

### 2. Gemeinsames Bibellesen

Gemeinsames Lesen des Textes **2. Mose 16,1-7.13-35** – gegebenenfalls in mehreren Übersetzungen. Da es ein langer Text ist, evtl. Schwerpunkttexte herausholen.

- Gibt es interessante Unterschiede zwischen den einzelnen Übersetzungen?
- Welche Beobachtungen im Text mache ich? > auf Flipchart markieren – siehe auch Hinweise auf S. 26
- Fragen aus der Gruppe notieren, mit den Fragen von S. 26-27 ergänzen und gemeinsam beantworten

#### Zusätzliche Fragen:

- Warum richten die Israeliten ihren Zorn gegen Mose und Aaron, obwohl Gott sie befreit hat? Was sagt das über Projektion in Krisenzeiten aus?
- In Vers 3 wünschen sie sich die Fleischtöpfe Ägyptens zurück. Warum erscheint uns die Sklaverei in der Krise attraktiver als die Freiheit in der Ungewissheit?
- Manna bedeutet wörtlich „Was ist das?“. Warum gibt Gott ein Geschenk, das man erst einmal nicht einordnen kann?
- **(V. 4):** Gott sagt, er will sie prüfen. Warum ist die tägliche Versorgung eine größere Prüfung als ein einmaliges großes Wunder?
- **(V. 20):** Warum lässt Gott das gehortete Manna verderben? Was passiert geistlich mit uns, wenn wir versuchen, Gottes Segen für morgen schon heute festzuhalten?

- Das Volk aß 40 Jahre lang dasselbe. Wie bleibt man im Vertrauen, wenn das Wunder zur langweiligen Routine wird?

### 3. Persönliche Reflexion & Austausch in Gruppen

Fragen aus der Lektion aus dem Bereich **anwenden** (S. 28)

- Kleingruppen (2 oder 3 Personen), die sich über die Anwendungsfragen austauschen
- Zusammentragen der Gruppengespräche im Plenum

#### Zusätzliche Fragen:

- Wo versuchst du gerade, Lösungen für Probleme in zwei Jahren zu finden, anstatt dich auf die Kraft für den heutigen Tag zu konzentrieren?
- Inwiefern ist das Manna-Prinzip (Arbeit für 6 Tage, Ruhe am 7.) eine göttliche Antwort auf unsere heutige Leistungsgesellschaft?
- Fällt es dir schwer zu sagen: „Ich habe heute genug gearbeitet/erreicht/verdient“?
- Was ist dein tägliches Manna, das dich geistlich am Leben hält? Suchst du es jeden Morgen neu oder zehrst du von den Vorräten von vor zehn Jahren?
- Wie können wir die Gewohnheit des Murrens durch die Gewohnheit des „Sammelns“ (Wahrnehmen von Gottes Gaben) ersetzen?

Was hast du in der letzten Woche (oder davor) ausprobiert (Aufgaben aus dem Bereich **einüben** der letzten Wochen)? Welche Erfahrungen möchtest du mit den anderen teilen?

→ Du kannst diese praktische Anwendungsfrage auch an den Anfang des Bibelgesprächs stellen

### 4. Betonen / Vertiefen

Im Abschnitt **betonen** steht: „Gott macht deutlich, dass seine Versorgung nicht von menschlicher Anstrengung abhängt, sondern von seiner Treue. Der Sabbat vertieft diese Erkenntnis. Wer ruht, bekennt, dass Gott herrscht und dass ich ihm gerne und vertrauensvoll die Kontrolle über mein Leben überlasse.“

Erleben wir Sabbat als Loslassen? Wie stark begleiten und Sorgen in diesen Tag hinein und wieviel Sklavenmodus importieren wir, indem wir breite Diskussionen führen, was am Sabbat erlaubt ist und was nicht?

### 5. Einüben > Einzel- & Partnerarbeit

#### Einzelarbeit

- Was spricht mich an diesem Thema an oder trifft mich?
- Wo wünsche ich mir Wachstum?
- Welche Entscheidung habe ich diese Woche getroffen oder möchte ich treffen?

- Meine Entscheidung auf Moderationskarte/Zettel notieren - Smarte Zielformulierung:
  - o **Spezifisch:** konkrete Formulierung
  - o **Messbar:** am Ende kann man überprüfen, ob das Ziel erreicht wurde
  - o **Attraktiv:** Ich habe ein ehrliches Interesse, an der Erreichung des Ziels.
  - o **Realistisch:** Die Zielsetzung ist theoretisch und praktischer realistisch.
  - o **Terminiert:** Zielerreichung ist an Deadline geknüpft.

### Partnerarbeit

- Austausch mit einer oder zwei anderen Personen in der Kleingruppe

## Abschluss

- Ermutigende Gedanken
- Abschlussgebet
- evtl. Kurzgeschichte

### Der Wanderer und die zwei Taschen

Es war einmal ein Wanderer, der durch eine endlose Wüste zog. Er hatte zwei Taschen bei sich. In der linken Tasche sammelte er die Steine des Gestern – jeden Fehler, den er gemacht hatte, und jedes Leid, das ihm angetan worden war. Die Tasche war schwer und zog ihn nach hinten.

In der rechten Tasche versuchte er, das Licht des „Morgen“ einzufangen. Er wollte die Sicherheit für die nächsten Kilometer bereits jetzt besitzen. Er rannte und hastete, um die Sonne einzuholen, damit er morgen nicht im Dunkeln stünde. Doch je schneller er lief, desto erschöpfter wurde er. Er überholte seine eigene Kraft.

Eines Abends erschien ihm eine Gestalt im fahlen Mondlicht und sagte: „Warum schleppest du das Gestern und jagst dem Morgen nach? Du hast keine Hände frei für das Heute.“

Die Gestalt reichte ihm eine kleine, weiße Flocke, die nach Honig schmeckte. „Das ist alles, was du für diesen Moment brauchst. Morgen wird es eine neue Flocke geben. Wenn du versuchst, sie für morgen zu horten, wird sie in deinen Händen zu Staub. Wenn du versuchst, schneller als die Sonne zu sein, wirst du ihren Aufgang verschlafen.“

Der Wanderer ließ die Taschen los. Er hörte auf zu rennen. Er aß das Brot des Augenblicks und merkte zum ersten Mal seit Jahren: Er war genau zur richtigen Zeit am richtigen Ort. Gott war nicht vor ihm und nicht hinter ihm. Gott war da.

Autor unbekannt