

Rezept zum Glücklich sein?

Einstieg

Wenn du an die letzte Woche zurückdenkst: In welchen Momenten hast du dich so richtig „glücklich“ oder „erfüllt“ gefühlt? Waren das eher äußere Umstände oder eine innere Zufriedenheit?

Bibelverse

Psalm 1,1-2 / Matthäus 5,2-12: Lest die Stellen gemeinsam.

Verbindung vertiefen

Das Seil symbolisiert das „Eingehängtsein“ bei Jesus, aber auch die Spannungen im Glauben. Wie gehst du damit um, wenn das Leben schwer wird und du Gottes Handeln nicht verstehst? Wie bleibt deine Verbindung zu ihm trotzdem stark? Tauscht aus.

Blickwinkel anpassen

Jesus stellt in den Seligpreisungen das weltliche Glücksverständnis völlig auf den Kopf (z. B. „Glücklich sind die, die trauern...“). Welche dieser Aussagen Jesu fordert dich ganz persönlich am meisten heraus oder irritiert dich vielleicht sogar? Das Fernrohr zoomt die Ewigkeit heran und lässt die aktuellen Sorgen kleiner werden. Wie können wir uns in schwierigen Zeiten (Krankheit, Stress, Krisen) ganz praktisch diese Ewigkeitsperspektive bewahren? Habt ihr Beispiele, wo euch das schon gelungen ist?

Praktische Barmherzigkeit

Jesus ruft uns auf, aktiv zu werden: sanftmütig sein, Frieden stiften, barmherzig sein. In welchem Bereich deines Lebens (Arbeitsplatz, Familie, Nachbarschaft) fordert dich dieser Ruf zur Aktion gerade besonders heraus?

Und jetzt? Deine Schritte

Welchen *einen* Schritt nimmst du dir für diese Woche vor? Tauscht euch beim nächsten Mal kurz darüber aus, wie es euch mit diesem Schritt ergangen ist.