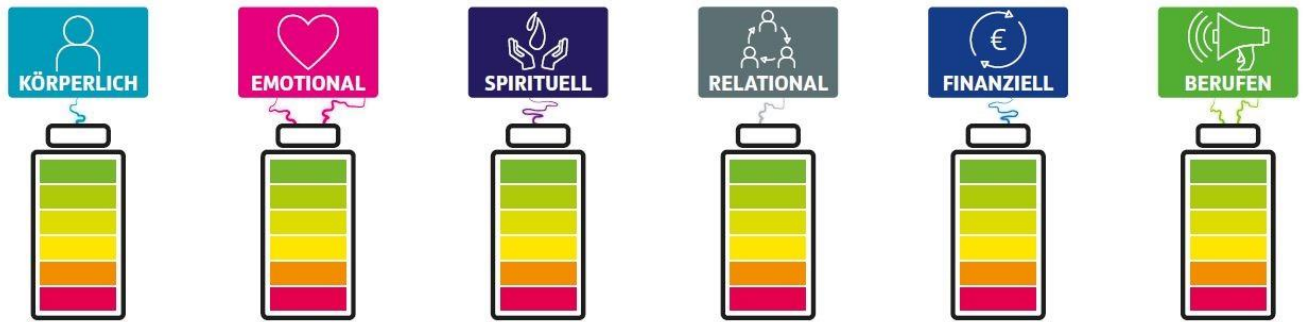


# Gottes Plan für Dein Wohlbefinden



## Gottes Plan für Dein Wohlbefinden (1/10)

### Thema – Teaser

Wenn das Cockpit deines Lebens verschiedene Batterieanzeigen hätte, wie würde es bei Dir gerade aussehen? In welchem Bereich ist „alles im grünen Bereich“ und wo läuft Dein Leben auf Reserve? Wohlbefinden betrifft nicht nur einen Bereich. Als Menschen sind wir komplexe Wesen. Wie geht es Dir körperlich oder emotional? Wie läuft es in Beziehungen und in Deinem geistlichen Leben? Wie geht es Deinen Finanzen? Wie steht es um Deine Berufung/Deinen Beruf? Jeder Bereich Deines Lebens hat Auswirkungen auf andere Bereiche. Wir fordern Dich heraus, einen persönlichen Gesundheitscheck zu machen und von Erfahrungen, biblischen Texten und Anregungen zu profitieren. Wir wünschen uns, dass Gott durch und in seiner Gemeinde zum Wohlbefinden von jedem einzelnen und unserer Gemeinschaft und unserer Gesellschaft beiträgt. Wir sind überzeugt, dass Gott in der Bibel die besten Quellen bereithält, um nicht „auf Reserve“, sondern gesund und erfüllt zu leben. Gott hat „Schalom“ – ein ganzheitliches Wohlbefinden für den persönlichen Lebensstil und das Gemeindeleben bereit. Gott ist als Schöpfer der größte Experte für echtes „Wohlbefinden“.

### Eisbrecher

- Welche Erfahrung hast Du schon mit einem Auto oder Gerät gemacht, bei denen plötzlich der Tank oder Akku leer war? Wie hast Du reagiert?
- Aus einer Skala von 1 bis 10: Wie leicht fällt es Dir auf die Frage zu antworten „Wie geht es Dir?“

### Persönliche Fragen

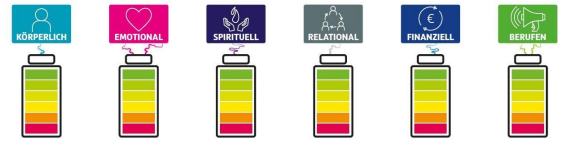
- a. Wenn Du oben an den Batterien zu den sechs Bereichen spontan Dein Wohlbefinden aktuell markieren würdest – wo landest Du im grünen, gelben oder roten Bereich?
- b. Wie erging es Dir dabei, die 28 Fragen zum Gesundheitscheck zum persönlichen Wohlbefinden (siehe Themenmaterialien) auszufüllen? Über welchen Bereich sprichst Du am ehesten mit anderen, über welchen eher nicht?
- c. Was ist Dir an Deinen Antworten / an einem Check aufgefallen?

### Bibelstelle – Lies oder lest gemeinsam 1.Könige 17, 1-16

### Einsteigerfragen

- a. Wie würdest Du die Umstände beschreiben, in denen Elia (und die Frau von Sarepta) sich befinden? Warum fällt häufig der erste Blick auf die Umstände / Herausforderungen, wenn es um das eigene Wohlbefinden geht?
- b. Wie bereitet Gott Elia auf die bevorstehenden Veränderungen und Krisen am Bach Krit vor? Kennst Du Auszeiten, die Dir geholfen haben für eine bevorstehende schwierige Zeit?
- c. Welche Erfahrungen machst Du damit, wenn Du Menschen ehrlich sagst, wie es Dir gerade geht?

# Gottes Plan für Dein Wohlbefinden



## Tiefer bohren (siehe auch Hintergründe und Erklärungen)

- Wie stehst Du zu dem Satz aus der Predigt „Im Vertrauen zu Gott entscheiden nicht die Umstände darüber, wie ich mich fühle.“? Praxistipp: Fertige Dir eine Liste an, welche Gegebenheiten außerhalb Deiner Kontrolle liegen und was Du verändern kannst.
- Welchen „Plan Gottes für das Wohlbefinden“ von Elia und die Frau von Sarepta kannst Du im Bibeltext erkennen?
- Die Themenreihe soll ein „Entspannungsprogramm“ sein. Was hilft Dir bisher dabei zu entspannen und falsche Ansprüche, Erwartungen oder Gewohnheiten loszulassen?
- „Gott zeigt Ressourcen, Ladestationen, Energiequellen und hilft durch Menschen und natürliche und übernatürliche Quellen.“ Woran denkst Du bei anderen biblischen Beispielen oder aus eigener Erfahrung, wenn Du diese Ermutigung in der Predigt hörst?

## Impulse

Franz Kafka erzählt in der Parabel „Der Aufbruch“, wie jemand zu einer Reise aufbricht und bedrängt wird, einen Essvorrat mitzunehmen. Der Reisende erwidert: „Die Reise ist so lang, dass ich verhungern muss, wenn ich auf dem Weg nichts bekomme. Kein Essvorrat kann mich retten.“

- Wo lebst Du von abgelaufenen Vorräten? Wie beginnst Du diese 10-wöchige Reise zu einem besseren Wohlbefinden?

## Hintergründe & Erklärungen

Von **Elia** ist im Neuen Testament häufiger die Rede als von allen anderen Propheten (z.B. in Bezug zu 1.Kön 17 im NT Lk 4,25f. und Jakobus 5,17f.). Die Faszination, die von diesem Propheten ausgeht, zog bis heute Maler, Musiker und Schriftsteller wie Lukas Cranach, Felix Mendelssohn Bartholdy und Paulo Coelho in ihren Bann. Für den Beginn der Predigtreihe wurde der Anfang der Eliaerzählungen ausgewählt, Fortsetzung folgt (1.Könige 18-19).

### Buchtipps:

Rainer Albertz, Elia. Ein feuriger Kämpfer für Gott, Reihe: Biblische Gestalten 13, Leipzig 2006.

Antiquarisch: Dietmar Pfennighaus: Schick den Stress in die Wüste!, Wuppertal 2004.

**Keine Wellness-Theologie, sondern Lebenshilfe:** Im Hintergrund unserer neuen Themenreihe steht keine „Wellness“-Theologie und kein „Prosperity Gospel“ (kein „Wohlstandsevangelium“), also die in die Irre führende Lehre, Gott würde Christen zu jeder Zeit wachsendes Wohlbefinden und Reichtum schenken. Zum christlichen Leben gehören Leid, Krankheit, Entbehrung und Anfechtung. Zugleich wollen wir dazu ermutigen, dass der Glaube an Gott dabei hilft, ein gesünderes Leben zu führen und ein gesundes Maß zu finden und ganz unterschiedliche Umstände und Herausforderungen des Lebens mit seiner Hilfe und gemeinsam mit anderen zu bestehen.

**Parallel:** Lies Jeremia 29,11 „Denn ich weiß wohl, was ich für Gedanken...“ und Johannes 10,10b („Ich bin gekommen...“).

**Abschluss:** Vereinbart für die Zeit dieser Themenreihe in Eurem Hauskreis / Eurer Zweierschaft oder mit einer anderen Person ein besonderes Maß an Ehrlichkeit. Niemand muss so tun „als ob“, sondern Veränderung ist gerade dann möglich, wenn der Gesundheitscheck ehrlich erfolgt. Haltet Euch mit zu schnellen Ratschlägen / Lösungsvorschlägen zurück, falls der Betroffene nicht danach fragt.

Dankt Gott für Erfahrungen von Vorbereitung und Versorgung! Betet füreinander im Sinne der Verheißungen von Jeremia 29 und Johannes 10!

Hinweis: Dieses Arbeitsblatt entspricht dem Aufbau von Artikeln im Hauskreismagazin, das ich sehr empfehle. Die Rechte an diesem bisher nicht gedruckt veröffentlichten Material bleiben beim Autor. Zu diesem Thema gibt es eine Predigt, die als Video und Audio und als Manuskript zur Verfügung gestellt wird auf [www.gemeinde-walderseestrasse.de](http://www.gemeinde-walderseestrasse.de)