

Herzcheck - Angst

Teil 1/1 – 06.02.2022

Möglicher Einstieg (Ice Breaker Fragen)

- Hattest Du schon mal Ängste, die immer wieder hochgekommen sind, selbst wenn im Moment noch gar nichts passiert war?
- Was haben diese Ängste mit Dir gemacht, oder machen es noch (körperlich, seelisch, in Deinen Beziehungen, ...)?

Vertiefungsfragen

- Wie beeinflusst Angst Dich, wenn Du versuchst, als Kind Gottes und Jesu Nachfolger zu leben?
- Hast Du schon mal Hilfe bei solchen Fragestellungen bekommen? Wer oder was hat Dir geholfen?
- Welche Zusagen Gottes in der Bibel können mir Mut machen?

Gebet

Herr, ich merke, wie mich meine Ängste wie z.B. ... um den Schlaf bringen, wie sie mich unfrei machen. Es fällt mir schwer, die Ungewissheiten in meinem Leben zu akzeptieren, und die Tatsache, dass ich nicht immer die Kontrolle habe. Und ich sehe, dass ich es nicht schaffe, Dir zu vertrauen, dass Du alles gut machen wirst und ich auf die Anerkennung anderer nicht angewiesen bin.

Hilf mir, Deine bedingungslose Liebe zu mir, Deinen Segen und Deine Tragen wieder neu zu glauben und zu erkennen. Schenk mir neu die Freude an Dir und dem, was Du aus meinem Leben machen willst und wirst – auch und gerade dann, wenn es schwierig wird! Und stelle mir Leute zur Seite, die mich ermutigen und für mich beten!

Bibelstellen:

- Hesekiel 11,19+20
- Galater 5,1
- Psalm 32,6+7
- Römer 8,31 - 39