

KLEINGRUPPEN

Selbstwert



pastorsblog.de

Dieser Beitrag ist eine Ressource für Kleingruppen.

1. Feb. 2024

Ich habe ständig mit einem geringen Selbstwertgefühl zu kämpfen! Ich glaube, das hat jeder. Mit mir stimmt so viel nicht, es ist unglaublich!

– Angelina Jolie

JOHANNES 1,6-18

"Gott sandte Johannes den Täufer, um allen Menschen von dem Licht zu erzählen, damit durch ihn alle daran glauben. Johannes selbst war nicht das Licht; er war nur ein Zeuge für das Licht. Der, der das wahre Licht ist, das alle Menschen erleuchtet, sollte erst noch in die Welt kommen. Doch obwohl die Welt durch ihn geschaffen wurde, erkannte die Welt ihn nicht, als er kam. Er kam in die Welt, die ihm gehört, und sein eigenes Volk nahm ihn nicht auf. All denen aber, die ihn aufnahmen und an seinen Namen glaubten, gab er das Recht, Gottes Kinder zu werden. Sie wurden dies weder durch ihre Abstammung noch durch menschliches Bemühen oder Absicht, sondern dieses neue Leben kommt von Gott. Er, der das Wort ist, wurde Mensch und lebte unter uns. Er war voll Gnade und Wahrheit und wir wurden Zeugen seiner Herrlichkeit, der Herrlichkeit, die der Vater ihm, seinem einzigen Sohn, gegeben hat. Auf ihn wies Johannes die Menschen hin. Er rief ihnen zu: »Das ist der, von dem ich gesagt habe: ›Es kommt einer nach mir, der ist größer als ich, denn er war da, lange bevor es mich gab.« Aus seiner Fülle haben wir ja alle geschöpft: Eine Gnade folgte auf die andere. Denn das Gesetz wurde durch Mose gegeben; Gottes Gnade und Wahrheit kamen durch Jesus Christus. Niemand hat Gott je gesehen. Doch sein einziger Sohn, der selbst Gott ist, ist dem Herzen des Vaters ganz nahe; er hat uns von ihm erzählt."

Fragen zum Nachdenken

1. Was sagt der Text über Gott?
2. Was sagt der Text über die Menschen? (In der Geschichte und heute)
3. Was sagt der Text über dich?
4. Was möchte ich konkret verändern? (Mach dir hier keinen Druck, aber setz dir für die nächste Woche konkrete Ziele. Bitte Gott dir bei der Umsetzung zu helfen.)

Vertiefung

Gott hat deinem Leben einen so hohen Wert beigemessen, dass er dich schon vor deiner Geburt kannte, Pläne für dein Leben machte und seinen einzigen Sohn als Opfer für deine Sünden gab. Oftmals leben wir nicht mit einem positiven Selbstbild. Überlege, wie du anhand dessen, was Gott für dich getan hat, ein gesundes Selbstbild und ein ungesundes Selbstbild zeigen kannst.

| Göttliche Sicht | Ungöttliche Sicht | | --- | --- | | - Geliebt | - Ungeliebt | | - Wertvoll | - Ich muss mir meinen Wert erarbeiten. | | - Bei Fehlern wird mir vergeben. | - Ich muss für meine Fehler büßen. | | - ... | - ... |

Achte auf die Unterschiede in den beiden oben genannten Listen. Was kannst du tun, um sicherzustellen, dass dein Leben den hohen Wert widerspiegelt, den Gott in dein Leben gelegt hat? An welchen Bereichen musst du arbeiten?

Ein Basketball hat an sich nicht viel Wert, verglichen mit dem Wert eines menschlichen Lebens. Aber wenn man ein Autogramm von Michael Jordan auf diesen Basketball bekommt, steigt sein Wert um das Zehnfache. Ähnlich verleiht Gott Ihrem Leben einen unschätzbaren Wert. Gott möchte eine authentische Beziehung mit uns haben. Wenn wir uns jedoch an weltlichen Maßstäben orientieren, kann das Leben oft überwältigend erscheinen. Die gute Nachricht ist, dass Gott die Kraft und Liebe besitzt, um eine Transformation in unserem Leben zu bewirken. Dieser Wert gründet sich nicht auf das, was wir tun oder nicht tun können. Was ist also unsere Aufgabe? Die Antwort lautet: Wir sollten Gott die Möglichkeit geben, Veränderungen in unserem Leben herbeizuführen.

Siehe, ich stehe vor der Tür und klopfe an. Wenn jemand mich rufen hört und die Tür öffnet, werde ich eintreten, und wir werden miteinander essen. Offenbarung 3,20

Gott sagte nicht: "Komm schon, Kirche, versuche es härter," sondern vielmehr "Lasst mich herein!"

Viele Leute können die Bibel lesen und viel über Gott wissen, aber das ist nicht dasselbe wie eine enge Verbindung zu Gott zu haben. In einer solchen Beziehung können wir unsere eigenen Schwächen teilen, sie erkennen und uns Gott hingeben. Wenn es hingegen nur um Wissen geht und keine persönliche Beziehung besteht, dann wird die Bibel zu einer Liste von Regeln und Vorschriften, die man befolgen muss, um Strafe zu vermeiden.

Von dir wird ein großes Volk abstammen. Ich will dich segnen und du sollst in der ganzen Welt bekannt sein. Ich will dich zum Segen für andere machen. Wer dich

segnet, den werde ich auch segnen. Wer dich verflucht, den werde ich auch verfluchen. Alle Völker der Erde werden durch dich gesegnet werden. 1. Mose 12,2-3

Abram wurde durch den Wert, den Gott seinem Leben beimaß, zum Handeln bewegt. Er verließ alles, was er kannte, und zog in ein fremdes Land, um ein neues Leben zu beginnen, weil er Gott vertraute. Gott verlangt von dir vielleicht keinen so großen Schritt, aber deine Glaubensreise beginnt mit dem ersten Schritt, dich selbst so wertzuschätzen, wie Gott es tut. Wenn du dich daran erinnerst, dass du einzigartig bist, nach seinem Ebenbild geschaffen und dazu bestimmt, seine Aufgabe zu erfüllen, kann dir das durch die schwierigsten Zeiten der Selbstzweifel helfen. Vielleicht möchte Gott, dass du anderen hilfst, ihren Wert in ihm zu finden. Möge Gott dir die Weisheit und den Mut schenken, ihm zu folgen und anderen zu helfen, ihren wahren Wert zu entdecken.

Es ist nicht das, was du bist, das dich zurückhält, sondern das, was du glaubst, nicht zu sein.

– Hanoch McCarty

Weiteres Material zur Vertiefung und Nacharbeit

Wahrheiten über dich:

- Ich bin Gottes Kind. (Johannes 1:12)
- Ich bin ein Zweig von Jesus Christus, dem wahren Weinstock, und ein Kanal seines Lebens. (Johannes 15:5)
- Als Jünger bin ich ein Freund von Jesus Christus. (Johannes 15:15)
- Ich wurde ausgewählt und berufen, Frucht zu tragen. (Johannes 15:16)
- Ich wurde gerechtfertigt. (Römer 5:1)
- Ich bin frei von Verurteilung. (Römer 8:1-2)
- Ich bin versichert, dass Gott in allen Umständen für mein Bestes wirkt. (Römer 8:28)
- Ich bin frei von jeder Anklage gegen mich, und ich kann nicht von der Liebe Gottes getrennt werden. (Römer 8:31-39)
- Ich bin mit dem Herrn vereint und eins mit ihm im Geist. (1. Korinther 6:17)
- Ich bin Gottes Tempel. (1. Korinther 3:16)

- Ich wurde mit einem Preis erkaufte und gehöre Gott. (1. Korinther 6:19–20)
- Ich bin ein Glied von Christi Leib. (1. Korinther 12:27)
- Ich wurde von Gott gegründet, gesalbt und versiegelt. (2. Korinther 1:21–22)
- Ich bin ein Botschafter der Versöhnung für Gott. (2. Korinther 5:17–21)
- Ich wurde von Gott erwählt und als sein Kind angenommen. (Epheser 1:3–8)
- Ich sitze mit Jesus Christus im himmlischen Reich. (Epheser 2:6)
- Ich bin Gottes Meisterwerk. (Epheser 2:10)
- Ich kann Gott mit Freiheit und Zuversicht nahen. (Epheser 3:12)
- Ich bin zuversichtlich, dass Gott das gute Werk, das er in mir begonnen hat, vollenden wird. (Philipper 1:6)
- Ich bin Bürger des Himmels. (Philipper 3:20)
- Ich kann alles durch Christus tun, der mich stärkt. (Philipper 4:13)
- Ich wurde erlöst und von allen meinen Sünden vergeben. (Kolosser 1:13–14)
- Ich bin in Christus vollkommen. (Kolosser 2:9–10)
- Ich bin mit Christus in Gott verborgen. (Kolosser 3:1–4)
- Mir wurde nicht ein Geist der Furcht gegeben, sondern der Kraft, der Liebe und eines besonnenen Sinnes. (2. Timotheus 1:7)
- Ich habe direkten Zugang zum Gnaden-Thron durch Jesus Christus. (Hebräer 4:14–16)
- Ich bin von Gott geboren, und der Böse kann mich nicht berühren. (1. Johannes 5:18)