

1. Vierteljahr / Woche 01.02. – 07.02.2026

06 / Glaube – Last oder Lust?

Gottvertrauen als Freude und Plus

➤ Freu dich!

„Was immer auch geschehen wird, liebe Freunde, freut euch im Herrn.“ (Philipper 3,1 NLB)

➤ „Freu dich, egal was gerade passiert“ – geht das? Ist das realistisch? Wie erlebst du das? Was ist „Freude“ für dich? Lässt sie sich einfach anordnen oder befehlen?

➤ „Freut euch im Herrn!“ Hast du dich schon mal im Herrn gefreut? Wenn ja, wie war die Situation und worüber hast du dich gefreut? Wenn nein, worauf könnte sich Freude im Herrn beziehen? Wie könnte sie aussehen?

➤ Für Paulus ist Freude unabhängig von äußeren Umständen, dafür aber verankert in Gott. Wo hast du erlebt, dass Gott dir auch in schwierigen Zeiten Freude gegeben hat? Wie kannst du in solchen Zeiten „Freude im Herrn“ pflegen?

➤ Sei stolz!

„Wir setzen unser Vertrauen nicht auf menschliche Anstrengung, sondern sind stolz auf das, was Christus Jesus für uns getan hat.“ (Philipper 3,3 NLB)

➤ Wann warst du das letzte Mal stolz auf etwas, das du erreicht hast? Worum ging es und wie hast du dich dabei gefühlt?

Warst du schon einmal stolz auf Jesus? Was könnte Paulus damit meinen?

➤ Was ist der Unterschied zwischen dem Stolz auf dich und dem Stolz auf Christus? Welcher Stolz hat die stabilere Grundlage?

Wie beeinflussen beide Arten von Stolz dein Selbstbild?

Wie kann dir das, was Christus für dich getan hat, in Zeiten helfen, in denen du (warum auch immer) nicht stolz auf dich bist?

➤ „Wir vertrauen nicht auf menschliche Anstrengung“ – wie gut kannst du das? In welchen Bereichen hast du das Gefühl, alles selbst schaffen zu müssen, vielleicht auch zu können? Wie kannst du dich in diesen Bereichen daran erinnern, was Gott für dich tut? Heißt dieser Text andererseits, dass wir „faul sein“ und alles Gott überlassen sollen? Wo siehst du die gesunde Balance zwischen deinem Tun und deinem Vertrauen auf Gott?

➤ Hab Jesus!

„Ja, alles andere erscheint mir wertlos, verglichen mit dem unschätzbaren Gewinn, Jesus Christus, meinen Herrn, zu kennen.“ (Philipper 3,8 NLB)

➤ Was ist dir im Moment besonders wertvoll? Woran liegt das?

Was empfindest du dabei, wenn Paulus sagt, all das ist im Vergleich zu Jesus „wertlos“?

Inwiefern kannst du die Aussage von Paulus nachvollziehen?

Stell dir einen Tausch vor: Du könntest berühmt, reich und gesund sein – müsstest dafür aber deinen Glauben und die Beziehung zu Jesus aufgeben. Würdest du tauschen? Warum (nicht)?

- Was macht die Beziehung zu Jesus zu einem „unschätzbaren Gewinn“?
Was gewinnst du dadurch, dass du ihn kennst, was du anders nicht hättest?
- Was würdest du jemandem antworten, der dir sagt: „Ich verstehe nicht, was an Jesus im Vergleich zu meinem Handy/meiner Ausbildung/meinen Dates ein unschätzbare Gewinn sein soll“?

➤ Vertraue!

„Ich verlasse mich nicht mehr ... auf meine Fähigkeit, Gottes Gesetz zu befolgen, sondern ich vertraue auf Christus, der mich rettet.“ (Philipp 3,9 NLB)

- Welche „persönlichen Gesetze“ gibt es in deinem Leben (z. B. „Ich muss immer höflich sein“, „Ich darf keine Fehler machen“, „Ich muss immer Bestleistung bringen“ ...)?
Wie gut bist du darin, deine Gesetze einzuhalten?
Wie geht es dir, wenn du gegen eins verstößt?
- Was verbindest du mit Gottes Gesetz?
Was heißt es für dich, Gottes Gesetz zu befolgen? Wie sieht das aus?
Wie gut gelingt es dir normalerweise?
Wie fühlst du dich, wenn es dir nicht gelingt? Wie gehst du damit um?
- Was macht die Aussage von Paulus mit dir, dass es nicht auf deine Fähigkeit ankommt, Gottes Gesetze zu befolgen?
Wie könnte es deinen Alltag verändern, wenn du dir jeden Morgen bewusst machst, dass du dich nicht „abstrampeln“ musst, sondern auf Jesus vertrauen kannst?
Wie kann dieses Vertrauen wachsen?

➤ Erkenne!

„Mein Wunsch ist es, Christus zu erkennen und die mächtige Kraft, die ihn von den Toten auferweckte, am eigenen Leib zu erfahren.“ (Philipp 3,10 NLB)

- Was ist der Unterschied zwischen Jesus (er)kennen und etwas über ihn wissen?
Wenn du deinen Glauben wie eine Freundschaft beschreiben würdest: Was tust du, um Jesus besser kennenzulernen? Was empfindest du dabei als hilfreich, was als herausfordernd?
- Paulus spricht von der mächtigen Kraft, die Jesus von den Toten auferweckt hat – der stärksten Kraft überhaupt. Was könnte es bedeuten, diese Kraft am eigenen Leib zu erfahren?
In welchen Situationen deines Lebens bräuchtest du Gottes „Auferstehungskraft“?
Wo brauchst du diese Kraft im Moment am meisten?
Wie kannst du diese erneuernde Kraft von Gott erhalten?
Bitte ihn darum!

➤ Bleib dran!

„Ich will nicht behaupten, ich hätte dies alles schon erreicht oder wäre schon vollkommen! Aber ich arbeite auf den Tag hin, an dem ich das alles mein Eigen nenne, weil auch Christus mich ja schon sein Eigen nennt.“ (Philipp 3,12 NLB)

- Wo fällt es dir schwer zuzugeben, dass du etwas nicht kannst, wo leicht?
Welche Gründe hat das?
Wie geht es dir damit im Bereich deines Glaubens und deiner Beziehung zu Jesus?



- Hast du Ziele im Glauben? Wenn ja, welche?
Wo würdest du Jesus gern ähnlicher sein?
Wie kannst du darauf hinarbeiten, „alles zu erreichen“ und „vollkommen zu sein“, ohne dich dabei auf deine Fähigkeiten zu verlassen?
- Die Motivation für jede Anstrengung ist: „weil Christus mich schon sein Eigen nennt“. Was bedeutet es für dich, dass du bereits jetzt Christus gehörest und nicht erst dann sein Kind wirst, wenn du vollkommen bist?

Für Gesprächsleiter/-innen

Einstieg ins Bibelgespräch: Freude in der Beziehung zu Gott

Erzählt euch in einem Pop-up-Gespräch (jeder sagt, was ihm gerade einfällt), was euch gerade jetzt, in diesem Moment, Freude bereitet. Inwiefern haben diese Dinge mit Gott und eurer Beziehung zu ihm zu tun?

Einstieg ins Bibelgespräch: Freude kreativ ausgedrückt

Bringe verschiedene Bastelmaterialien mit: Stifte und Papier, Knetmasse, Material für eine Collage usw. Jeder sucht sich ein Material, um damit den Begriff „Freude“ kreativ auszudrücken. Zeigt euch anschließend eure Werke. Je nach Gruppensituation kann jeder erklären, was das eigene Werk ausdrücken soll.

