



Smallgroupprogramm ICF Wien, Sonntag 18.6.17

Think! Die Kraft der Gedanken (René Schubert): Ich denke, also bin ich.

1. Serienbeschreibung: „Sag mir, was du denkst und ich zeig dir, wer du bist.“ So oder so ähnlich könnte man den berühmten Satz von Rene Descartes „Ich denke, also bin ich.“ übersetzen. Unsere Gedankenwelt hat enorme Auswirkungen auf unser Selbstbild, unseren Lifestyle und auch auf unsere Beziehung zu Gott. In dieser Serie wollen wir dir zeigen, welche Relevanz unser Denken hat, wie du Lüge von Wahrheit unterscheiden kannst und wie das göttliche Umdenken gelingen kann, damit sich das Leben Gottes in seiner ganzen Kraft in dir entfalten kann.



2. Ice Breaker: Fragen: Was hast du erlebt bei der Umsetzung deines „Next Step“ von letzter Woche? **und/oder:** Was ist dir diese Woche Gutes/Schönes passiert?

3. Predigtzusammenfassung:

An Rene Descartes sehen wir, dass das **Denken und unser Sein eng zusammenhängen**. Das kennt auch die Bibel: „*Mehr als auf alles andere achte auf deine Gedanken, denn sie entscheiden über dein Leben.*“ (Sprüche 4,23). Dein Denken wirkt sich auf die Gewohnheiten, die du im Alltag entwickelst, enorm aus. Wenn wir beispielsweise ständig negativ denken (Misserfolg erwarten, uns sorgen, an Verletzungen und Enttäuschungen festhalten...), **trainieren** wir unser Gehirn auf diese Negativität (Bild vom Trampelpfad durch den Schnee). Deshalb spricht die Bibel auch davon, dass wir umdenken müssen (Phil. 4,8). Der Ausweg aus einer negativen Gedankenspirale liegt bei dir, denn **du kannst bestimmen, was du denkst**. Neue Gedanken anzuordnen, bedeutet auch, dass ich etwas investieren bzw. kämpfen muss (2. Kor. 10,3). Nimm also die Waffen Gottes in die Hand: Bete und **glaube den Wahrheiten Gottes**, schenke den Gedanken Gottes mehr Aufmerksamkeiten als deinen negativen Gedanken.

4. Reflexionsfragen und mein persönlicher Next Step:

- ❖ Gibt es negative Gedanken, die immer wieder in deinem Kopf Kreise ziehen? In welchen Lebensbereichen hast du negative Gedanken-Trampelpfade?
- ❖ Wie kannst du mit negativen Gedankenmustern umgehen? Wie kann Umdenken gelingen?
- ❖ Wie leicht oder schwer fällt es dir, positiv zu denken? Was hindert dich daran, ein positives Mindset zu bewahren?
- ❖ Was kannst du konkret tun, um positives Denken im Alltag zu kultivieren? Welche Tipps habt ihr füreinander?
- ❖ Welche negativen Gedanken in Bezug auf Gott quälen dich?
- ❖ Wie geht es dir mit dem Gedanken, dass es Gott gut meint mit dir? Kannst du das glauben – auch dann, wenn das Leben anders verläuft, als du dir erhofft hast?
- ❖ Lest zusammen Jeremia 29,11 und formuliert miteinander ganz konkret aus, welche positiven Gedanken Gott für uns hat.
- ❖ Was ist dein Next Step, den du bis zum nächsten Treffen umsetzen willst? Tauscht darüber aus.

5. Infos aus dem ICF – alle Infos und teilweise mit Anmeldung unter www.icf-wien.at:

- ❖ **Thankyouparty 23.06.17** für alle Beter, Spender und Mitarbeiter am Badeschiff, 2. Bezirk.
- ❖ **Beachcamp 26.8.-2.9.17** in Porec/Kroatien mit allem was ein Sommerurlaub braucht.
- ❖ **Community-Time am Badeschiff 16.07.-13.08.17** ab 18 Uhr, keine Abendcelebrations, dafür Fußball, baden, Drinks, Food und Community. Bei jedem Wetter. Nimm deine Freunde mit.