

## **AO 85 – Mit ganzer Kraft Schwach**

### **Modul 2**

#### **1. „Ich sollte möglichst immer alles unter Kontrolle haben.“**

Biblische Wahrheit

*Gott ist souverän - ich bin durch ihn beauftragt aber nicht allmächtig. (Sprüche 3,5–6)*

Reflexion:

Woher kenne ich diesen Negativ-Satz?

---

---

Wie zeigt er sich heute in meinem Leben?

---

---

Welche Wahrheit will Gott hier festigen?

---

---

---



### 2. „Ich sollte keine Fehler machen.“

Biblische Wahrheit

*Gnade formt mich mehr als Perfektion (Johannes 21,17).*

Reflexion:

Woher kenne ich diesen Negativ-Satz?

---

---

Wie zeigt er sich heute in meinem Leben?

---

---

Welche Wahrheit will Gott hier festigen?

---

---

---

### 3. „Ich bin allein verantwortlich - kaum jemand versteht meine Situation wirklich.“

Biblische Wahrheit

*Gott stellt mich in Gemeinschaft. (Hebräer 10,24–25)*

Reflexion:

Woher kenne ich diesen Negativ-Satz?

---

---



Wie zeigt er sich heute in meinem Leben?

---

---

Welche Wahrheit will Gott hier festigen?

---

---

---

#### **4. „Ich muss mir meinen Platz verdienen.“**

Biblische Wahrheit

*Ich bin ein Sohn und kein Bewerber. (Galater 4,6–7)*

Reflexion:

Woher kenne ich diesen Negativ-Satz?

---

---

Wie zeigt er sich heute in meinem Leben?

---

---

Welche Wahrheit will Gott hier festigen?

---

---

---



### 5. „Sanftmut und Verletzlichkeit machen mich unmännlich.“

Biblische Wahrheit

*Sanftmut ist gezügelte Kraft. (Matthäus 11,29)*

Reflexion:

Woher kenne ich diesen Negativ-Satz?

---

---

Wie zeigt er sich heute in meinem Leben?

---

---

Welche Wahrheit will Gott hier festigen?

---

---

---

### 6. „Ich kann mich nicht zeigen, so wie ich wirklich bin.“

Biblische Wahrheit

*Ein Leben im Licht führt mich in tiefe Gemeinschaft mit anderen Christen und reinigt meine Schuld/ heilt meine Wunden am Kreuz – ich lebe wahrhaftig. (1 Johannes 1,7)*

Reflexion:

Woher kenne ich diesen Negativ-Satz?

---

---



Wie zeigt er sich heute in meinem Leben?

---

---

Welche Wahrheit will Gott hier festigen?

---

---

---

### **Mein persönliches Glaubensbekenntnis**

Lies dir die Wahrheiten selbst laut vor. Wähle den Satz, der dich am meisten herausfordert.  
Formuliere dann dein eigenes Glaubensbekenntnis in einem Satz.

Beispiel:

„Ich bin nicht der, der immer alles selbst können muss. Ich bin der, der von Gott in allen  
Umständen und Situationen getragen wird.“

### **Mein Bekenntnis:**

---

---

---

---

---

---

---

**Ein weiteres Mikro-Tool, das dir dabei helfen soll, dir eine konstruktive Grundlage in diesem Kontext zu erarbeiten:**

**Tool: Der Mut-Mikroschritt**

Wähle einen Freund/ guten Bekannten aus deinem engeren Bekanntenkreis und benenne offen eine seelische „Not“, die du aktuell empfindest: „Ich kämpfe gerade mit.....“ oder „Ich merke, dass ich mich abkapsele.“ oder „Ich fühle mich gerade überfordert mit.“ Keine Angst, du machst kein Drama draus und du hascht auch nicht nach Mitleid. Du bist einfach authentisch und du gibst deinem Gegenüber den Freiraum, dieselbe „Schwäche“ benennen zu können. Das öffnet die Tür für Heilung und für echte Verbundenheit.