

Mirjam Puppe

AHA

Aufwachen – Hingucken – Anpacken

Das Begleitbuch zum Film

AHA – JETZT GEHT'S LOS!	6
Worum es bei AHA geht	7
Im Fokus: Der verlorene Sohn	7
So kommt man zum »AHA-Effekt«	7
Du und die Gruppe	11
Mach das Beste aus deiner AHA-Gruppe – Hinweise für Leiter	15
EINHEIT 1 DAS HAUS DES VATERS	19
Das erste Gruppentreffen	20
Einstieg: Der AHA-Film	20
Austausch: Was bewegt dich?	20
Vertiefung: Was wird von dir erwartet?	20
Austausch und gemeinsames Gebet	21
Nächster Schritt: Dein AHA in der Vergangenheit	22
Ausblick auf das nächste Treffen	23
Persönliche Impulse für die erste Woche	23
EINHEIT 2 DAS FERNE LAND	40
Das zweite Gruppentreffen	41
Einstieg: Ganz da sein	41
Austausch: Was bewegt dich?	42
Vertiefung: Das ferne Land	43
Gebet: Der verlorene Sohn	44
Nächster Schritt	44
Ausblick auf das nächste Treffen	44
Persönliche Impulse für die zweite Woche	45
EINHEIT 3 AUFWACHEN:	
EINE PLÖTZLICHE ERKENNTNIS	61
Das dritte Gruppentreffen	62
Einstieg: Wach auf – Jesus möchte durch dich scheinen	62
Austausch: Was bewegt dich?	63
Vertiefung: Erwachen	63
Gebet: Der verlorene Sohn	64
Nächster Schritt: Erkenne deine Situation	64
Ausblick auf das nächste Treffen	65

Persönliche Impulse für die dritte Woche	65
Hinweis: Innehalten	79
Noch mal den Film anschauen	79
Wie ihr den Film anschauen könnt	80
EINHEIT 4 HINGUCKEN:	
SCHONUNGSLOSE EHRlichkeit	81
Das vierte Gruppentreffen	82
Einstieg: Sei ehrlich – Jesus möchte deinen inneren Sturm stillen	82
Austausch: Was bewegt dich?	83
Vertiefung: Schonungslos ehrlich, ohne Verurteilung	83
Gebet: Der verlorene Sohn	84
Nächster Schritt: Dein Blick in den Spiegel	84
Ausblick auf das nächste Treffen	85
Persönliche Impulse für die vierte Woche	85
EINHEIT 5 ANPACKEN: SOFORTIGES HANDELN	95
Das fünfte Gruppentreffen	96
Einstieg: Komm mit – Jesus, dein Hirte, führt dich zum frischen Wasser	96
Austausch: Was bewegt dich?	97
Vertiefung: Dein Denken über dich selbst prägt dein Handeln	97
Gebet: Zachäus	99
Nächster Schritt	99
Ausblick auf das nächste Treffen	99
Persönliche Impulse für die fünfte Woche	100
EINHEIT 6 NACH HAUSE KOMMEN	114
Das sechste Gruppentreffen	115
Einstieg: Komm nach Hause – Wahrheit und Gnade weisen dir den Weg	115
Austausch: Was bewegt dich?	116
Vertiefung: Nach Hause kommen	116
Gebet: Im Vertrauen gehen	117
Nächster Schritt	117
Ausblick auf das nächste Treffen	118

Zu Hause bleiben	118
»Zu Hause bleiben« beruht auf zehn Prinzipien	119
Woraus »Zu Hause bleiben« besteht	125
EINHEIT 7 ZU HAUSE BLEIBEN	127
Das siebte Gruppentreffen	128
Einstieg: Von aller Schuld befreit	128
Austausch: Was bewegt dich?	128
Vertiefung: Zu Hause bleiben und seinen Platz finden	128
Nächster Schritt	128
Gebet: Psalm 130	129
Ausblick auf das nächste Treffen	129
Anregungen für das »Zu-Hause-Bleiben«	130
Die erste Einschätzung deiner Gewohnheiten	130
Anregungen für dein Tagebuch	135
Anhang	140
Mein Tagebuch	140
Mein Rückblick	142
Der Erfinder von »AHA«: Kyle Idleman	143
Die Autorin dieses Begleitbuchs: Mirjam Puppe	143

AHA – JETZT GEHT'S LOS



DAS FÜNFTE GRUPPENTREFFEN

**Einstieg: Komm mit – Jesus, dein Hirte,
führt dich zum frischen Wasser**

Beginnen wir wieder mit einer Zeit der Besinnung und des Gebets. Wieder sollte jemand den folgenden Text langsam vorlesen. Es kann helfen, den Blick zu senken oder die Augen zu schließen, um nicht abgelenkt zu werden.

Achte darauf, wie es dir innerlich geht, wenn du zum Gruppentreffen kommst. Ist dein Herz jetzt eher verschlossen und misstrauisch oder eher offen und aufnahmebereit? In welche Richtung geht es momentan eher? [Pause]

Wie ist deine momentane Gefühlsstimmung? Eher positiv oder negativ? Wo würdest du dich jetzt einordnen? [Pause]

Achte auf dein Verhalten anderen gegenüber, bevor das Gruppentreffen begann. Waren dein Verhalten und deine Gespräche eher ausweichend und darauf ausgerichtet, dein wahres Selbst zu verstecken, oder warst du eher engagiert und bist auf andere zugegangen? [Pause]

Begegnest du dir selbst eher mit Freundlichkeit und Erbarmen oder eher mit Kritik und Verurteilung, während du diese Fragen beantwortest? [Pause]

Wenn du dir deine Antworten ansiehst: In welchem Feld der Tabelle findest du dich selbst wieder, wenn du zum Gruppentreffen gehst? [Pause]

Wenn du nicht im Feld 1 bist, dem Bereich von erbarmender Ehrlichkeit, wäre es dir möglich, dort hinzugehen? [Pause]

Wache wieder auf in die Gegenwart von Jesus Christus. Nimm ihn als den guten Hirten an, der seine Schafe zu grünen Weiden und frischem Wasser führt. Du kannst folgendes Gebet sprechen: »Jesus, sei in dieser gemeinsamen Zeit unser Hirte, damit wir Freiheit und Leben finden. Amen.«

Austausch: Was bewegt dich?

Welche deiner Erfahrungen der letzten Tage möchtest du den anderen mitteilen? Welche Einsichten sind dir vor dem Spiegel geschenkt worden, als du dir selbst die Wahrheit über dich und die nötige Umkehr in deinem Leben ins Gesicht gesagt hast?

Vertiefung: Dein Denken über dich selbst prägt dein Handeln

Schau dir die Tabelle an:

In welchem Feld wird sich welches Denken wiederfinden und somit welches Verhalten gefördert werden? Tauscht euch Feld für Feld darüber aus.

	Erbarmen	Verurteilung
ehrlich	1	2
unehrlich	3	4

Feld 3 (links unten): Stolz, weil man seine Fehler entschuldigt und seine guten Eigenschaften übertreibt, um sich selbst zu schützen und um Feld 1 anzustreben. Was denkst du über diese Beschreibung? Passt sie auf dich, wenn du in diesem Feld bist?

Feld 4 (rechts unten): Scham, weil man dazu tendiert, die falschen Eigenschaften nicht nur zu sehen, sondern zu übertreiben, bis dahin, dass man sein ganzes Wesen als verabscheuungswürdig

und wertlos betrachtet. Schuld empfindet man, wenn man etwas Schlechtes oder Schädliches getan hat. Scham bedeutet, sich nicht nur schlecht zu fühlen, weil man etwas Falsches getan hat, sondern das Gefühl, schlecht zu sein; man sieht sich als wertlos an. Was denkst du über diese Beschreibung? Passt sie auf dich?

Feld 1 (links oben): Demut, weil man sich selbst ehrlich ansieht und auch seinen Bedarf an Gnade und Hilfe sieht. Man erkennt an, dass man nur ein Mensch ist, mit Schwächen und Sünden. Man weiß, dass man sich selbst nicht retten kann, aber man verurteilt sich nicht, weil man weiß, dass unser Urteil getrübt ist und das Urteilen letztlich Gottes Sache ist. Daher verlässt man sich ganz auf die Gnade Gottes. Was denkst du über diese Beschreibung?

Feld 2 (rechts oben): Dies ist das schwierigste Feld, daher werden wir es hier etwas ausführlicher beschreiben. Eine Person in diesem Feld ist demütig und gibt seine Schwächen und Fehler zu, aber verurteilt sich auch dafür. Seine Selbstverurteilung scheint aus der Demut zu entspringen, ist aber tatsächlich eine Form von Stolz. Wenn wir uns selbst verurteilen, sagen wir, dass der Teil von uns, der das Richten übernimmt, dazu fähig und berechtigt ist. Aber ist es wirklich demütig, zu denken, dass ein Teil von uns weise und gut genug ist, über jemand anders zu urteilen, uns selbst eingeschlossen? Daher nenne ich dieses Feld »falsche Demut«. Es scheint demütig zu sein, sich zu verurteilen, aber letztlich steckt Stolz dahinter.

Wenn du diese Erklärungen liest, was lösen sie in dir aus? Was erscheint dir attraktiv, was stößt dich ab? Was kannst du dadurch erkennen?
