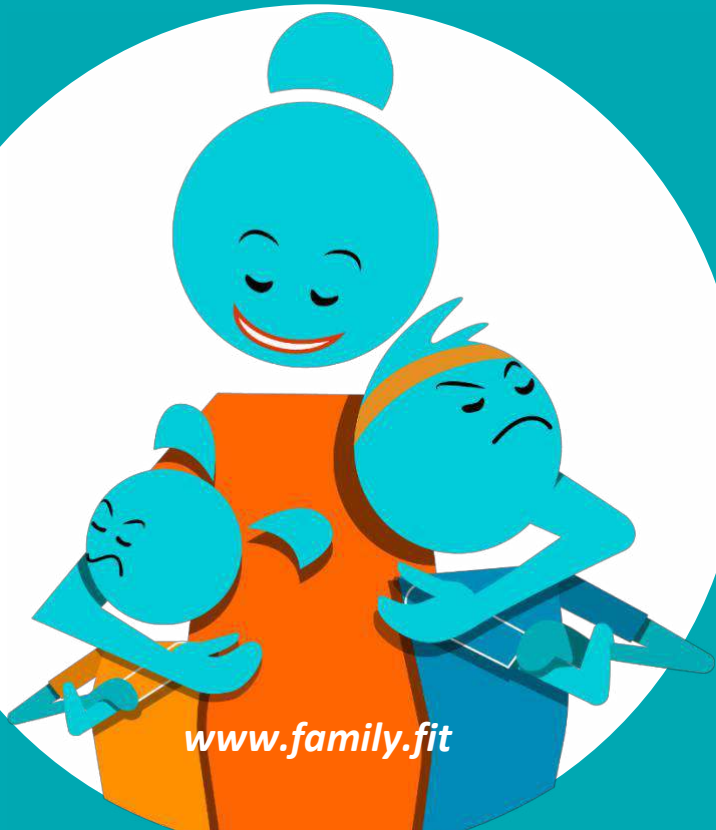


Weiser werden — Woche 3

Geht noch weiter!

family.fit
fast

7 Minuten, um *Familie.Fitness.Glaube.Spaß*
wachsen zu lassen



www.family.fit

Es ist so einfach!

Versammelt eure Familie für 7 Minuten:

	 Aktiv werden <i>4 Minuten</i>	 Ruhe und Gespräch <i>3 Minuten</i>
TAG 1	Partner-Sit-ups	Matthäus 5,43-48 lesen und besprechen
TAG 2	Folgt dem Anführer	Matthäus 5,43-48 lesen und besprechen
TAG 3	Unmöglicher Sprung	Matthäus 5,43-48 lesen und besprechen

Diese Verse erklären, was Jesus meinte, als er von seinem umgekehrten Königreich sprach.

Es ist in der Bibel in Matthäus 5,43-48 zu finden.

Es ist einfach! Keine spezielle Ausrüstung. Nur Spaß und ein offenes Herz!



Weitere Informationen findet ihr am Ende der Broschüre. Bitte lest die ABGs.

TAG 1

Aktiv werden



Partner-Sit-ups

Legt euch auf den Rücken, stellt die Beine auf, die Füße stehen fest auf dem Boden. Hebt den Oberkörper richtung Knie und 'setzt euch auf'. Zurück zur Startposition.

Sucht euch einen Partner. Eine Person macht Sit-ups, während die andere dessen Füße festhält. Macht fünf Sit-ups und tauscht die Plätze.

3 Runden.



<https://youtu.be/0xZYM4MkaUE>

Pause und Gespräch



Jesus lehrt uns

- *Welchen Menschen vertraut ihr, um euch etwas Gutes und Richtiges beizubringen?*

Matthäus 5,43 -48 lesen.

Hier ist Jesus klar und direkt.

- *Was denkt ihr, was er uns beibringen will? Was könnt ihr über euch lernen? Gott?*

Gespräch mit Gott: Jesus lehrt uns auf viele verschiedene Arten. Lasst uns beten, dass wir Gottes Anweisungen erkennt und sie in unserem Leben anwenden.

TAG 2

Aktiv werden



Folgt dem Anführer

Lauft eine Runde im Haus oder Garten und folgt dabei einem ausgewählten Anführer. Versucht in jeden Raum oder Bereich zu gehen. Der Anführer kann die Bewegungen ändern - Seitgalopp, Kniehebelauf, etc. Wechselt den Anführer.



<https://youtu.be/v-W35X8Fj68>

Pause und Gespräch



Jesus fordert uns heraus

- *Was würdet ihr mit einem Freund, aber nicht mit einem Fremden oder einer Person, die euch nicht mag machen?*

Matthäus 5,43 -48 lesen.

Jesus fordert uns auf, uns radikal in der Art und Weise zu unterscheiden, wie wir andere behandeln, einschließlich derer, die unsere Feinde sein könnten.

- *Wie können wir auf die Herausforderung reagieren?*

Gespräch mit Gott: Zeichnet zwei Kreise. Schreibt im ersten Kreis die Namen der Menschen auf, die ihr am meisten lieb habt und im zweiten Kreis diejenigen, bei denen es euch am schwersten fällt. Betet gemeinsam für die Menschen in beiden Kreisen und füreinander. Bittet Gott, euch seine Liebe und Akzeptanz für alle Menschen zu geben.

TAG 3

Aktiv werden



Unmöglicher Sprung

Zeichnet eine Linie auf den Boden. Alle stellen sich auf der Linie auf und springen dann so weit wie möglich. Das zweite Mal stehen wieder alle auf der Linie, halten aber diesmal ihre Zehen, während sie springen. Warum war es beim zweiten Mal unmöglich?

Diese Woche haben wir gelernt, noch weiter zu gehen, um Jesus ähnlicher zu werden, während wir unsere Feinde lieben und für sie beten. Wie in diesem Spiel, klingt es zunächst einfach, aber es ist schwer, sogar unmöglich, ohne Gottes Hilfe.



<https://youtu.be/DU0FcdCCvyE>

Pause und Gespräch



Jesus ist ein Vorbild

- *Warum müssen wir laut Jesus unsere Feinde lieben?*

Matthäus 5,43 -48 lesen.

Gott fordert schwierige Dinge von uns, gibt uns aber sein eigenes Beispiel.

- *Wie können wir die Vollkommenheit unseres himmlischen Vaters widerspiegeln?*

Gespräch mit Gott : Dankt Gott für alle seine Geschenke an uns, wie die Sonne und den Regen. Bittet Gott, euch zu helfen, seinem Beispiel zu folgen und alle zu lieben, auch diejenigen, die euch verfolgen oder euch das Leben schwer machen.

Worte der Woche

Ihr findet diese Worte in einer kostenlosen Online-Bibel hier in [Matthäus 5,43-48](#).

Bibelstelle — Matthäus 5,43-48

Ihr habt gehört, dass es im Gesetz von Mose heißt: ‚Liebe deinen Nächsten‘ und hasse deinen Feind. Ich aber sage: Liebt eure Feinde! Betet für die, die euch verfolgen! So handelt ihr wie wahre Kinder eures Vaters im Himmel. Denn er lässt die Sonne für Böse und Gute aufgehen und sendet Regen für die Gerechten wie für die Ungerechten. Wenn ihr nur die liebt, die euch auch lieben, was ist daran Besonderes? Das tun sogar die bestechlichen Steuereintreiber. Wenn ihr nur zu euren Freunden freundlich seid, wodurch unterscheidet ihr euch dann von den anderen Menschen? Das tun sogar die, die Gott nicht kennen. Ihr sollt aber vollkommen sein, so wie euer Vater im Himmel vollkommen ist.

Gesundheits-Tipp

Für Erfolg planen. Bezieht eure Kinder ins Erstellen eines Familienbudgets ein. Dies wird ihnen helfen zu verstehen, dass wir möglicherweise schwierige Entscheidungen darüber treffen müssen, wie wir unser Geld ausgeben.

Weitere Informationen

Wir hoffen, dass euch die *family.fit* Kurzversion gefallen hat. Dies wurde von Freiwilligen aus der ganzen Welt zusammengestellt. Es ist kostenlos!

Alle neuen family.fit-Einheiten findet ihr auf der Website <https://family.fit> Teilt family.fit mit anderen.

Videos findet ihr auf dem [family.fit YouTube® -Kanal](#)

Auf Social Media findet ihr uns hier:



Wenn ihr dieses Material in eure Sprache übersetzt, sendet es bitte an info@family.fit damit es mit anderen geteilt werden kann.

Danke.

Das family.fit Team



AGBs

WICHTIGE VEREINBARUNG VOR DER NUTZUNG

Wer dieses Material verwendet, stimmt unseren AGBs zu, welche auf der Webseite <https://family.fit/terms-and-conditions/> in voller Länge beschrieben sind. Diese regeln die Nutzung des Materials durch dich und alle, die mit dir trainieren. Bitte stelle sicher, dass du und die Personen, die das Material mit dir nutzen diese AGBs vollständig akzeptieren. Wer mit diesen AGBs im Ganzen oder in Teilen nicht einverstanden ist, darf das Material nicht verwenden.



family.ft

