

# CHAMPIONS

„Disziplin“ by Danny Gassmann



## Einstieg (ganze Gruppe)

*Ziel: Die Wichtigkeit von Disziplin zu erkennen und diese praktisch in unserem Leben umzusetzen.*

- Studiert einzeln folgende Tabelle und reflektiert anhand von ihr die vergangene Woche. Wie sah eure Zeitinvestition in den betreffenden Bereichen aus?

	Nichts	Wenig	Etwas	Viel
Wie viel Zeit hast du in deine Disziplin investiert?				
Wie viel Zeit in deine Beziehung zu Gott gesteckt?				
Wie viel Zeit in die Beziehung zu Freunden?				
Wie viel Zeit in die Beziehung zu deiner Familie?				
Wie viel Zeit dafür, dass du im Beruf besser wirst?				
Wie viel Zeit für deine Gesundheit eingesetzt?				
Wie viel Zeit in deine Finanzplanung/Budgetierung?				
Wie viel Zeit in deine Wohnung/dein Zimmer?				

- Besprecht kurz miteinander eure Einschätzungen. Was sind laut dieser Tabelle deine hohen Prioritäten und welche deine niedrigeren Prioritäten?

## I. Disziplin

Lest zusammen die Bibelstellen in *Hebräer 12,6-11* ; *2.Timotheus 1,6-7* ; *Sprüche 5,12-13 und Sprüche 10,17* durch. Studiert danach die drei Punkte über die Disziplin.

### 1. Disziplin entsteht durch klare Prioritäten.

Klare Prioritäten helfen uns das Wesentliche im Fokus zu behalten. Ohne klare Prioritäten verlieren wir schnell das Ziel aus den Augen und lassen uns ablenken durch die Umstände.

### 2. Disziplin ist ein Lifestyle.

Es genügt nicht einfach nur klare Prioritäten zu schaffen, wir müssen diese auch lernen umzusetzen und zu einem Lebensstil werden lassen. Erst wenn wir die Prioritäten als festen Bestandteil unseres Lebens integrieren, sind sie es wirklich.

### 3. Disziplin wächst da, wo Ausreden verschwinden.

Wenn wir unsere Prioritäten ausleben wollen, tauchen bald mal Hindernisse auf. Wenn wir lernen diese zu überwinden und diszipliniert dranbleiben, kommen wir dem Ziel effektiv näher.

Geht nun nochmals einzeln die folgende Tabelle durch. Macht euch Gedanken über die verschiedenen Prioritäten in eurem Leben und versucht da, wo ihr spürt, dass es dran ist, disziplinierte Schritte zu planen. Überlegt euch, was mögliche Hindernisse bzw. Ausreden sein könnten, die euch eventuell in eurem Vorhaben begegnen werden.

<b>Meine Prioritäten:</b>	<i>Wie kann ich diese Priorität in meinem Leben umsetzen?</i>	<i>Welche Hindernisse oder Ausreden könnten mich an der Umsetzung hindern?</i>	<i>Wie könnte ich diesen Hindernissen und Ausreden begegnen?</i>
1. _____			
2. _____			
3. _____			
4. _____			
5. _____			
6. _____			
7. _____			

## **II. Abschluss**

- Sprecht nun in kleineren Gruppen über eure Tabelle. Betet anschliessend für eure Vorsätze.