



Der Rucksack

AUF EINEN BLICK



Bibelstelle

Matthäus 11,28–30 und Galater 6,2



Thema

Lasten tragen und teilen



Impuls

Eigenes abgeben, Lasten anderer mittragen



10–15 Minuten



Gegenstand: ein schwer gepackter Rucksack



Vorbereitung: 10 Min.



drinnen oder am Feuer

♥ **Mach es persönlich:** Erzähl in zwei Sätzen ein eigenes Erlebnis zum Thema „Lasten tragen und teilen“. Echte Geschichten bleiben am längsten hängen.



So läuft die Andacht

2 Min.

Einstieg

Lass jemanden den schweren Rucksack aufsetzen. Frage: Was trägst du gerade mit dir herum, das man nicht sieht?

3 Min.

Bibeltext

Lies Matthäus 11,28–30: Kommt her zu mir, alle, die ihr mühselig und beladen seid. Und Galater 6,2: Einer trage des andern Last.

5 Min.

Gedanke

Jesus verspricht kein lastenfreies Leben, sondern ein „sanftes Joch“, also Mittragen. Und er beauftragt uns, die Lasten anderer mitzutragen. Familienstress, Zukunftsangst oder psychische Belastungen sind oft unsichtbar. Eine Gruppe, in der man das teilen darf, ist ein Geschenk.

5 Min.

Gespräch

Was könntest du heute bei Gott oder bei jemandem aus der Runde „absetzen“?



Der Rucksack



Gebet zum Vorlesen

Jesus, du lädst die Erschöpften ein. Ich lege meine Last bei dir ab. Mach mich aufmerksam für die Lasten der anderen. Amen.



Zum Weiterdenken

- Woran merkt man, dass jemand eine schwere Last trägt?
- Wann braucht es professionelle Hilfe statt nur Freunde – und wo gibt es sie?



Für Leitende

- Raum für Zweifel und kritische Fragen lassen – ein ehrliches Gespräch ist wichtiger als eine schnelle Antwort.
- Gern selbst als Leitung eine persönliche Erfahrung teilen.
- Bei schweren Themen im Blick behalten, wem es nicht gut geht, und danach ansprechbar sein.



Rubrik: Andachten mit Gegenständen. Passende Gruppenstunden und weitere Andachten findest du auf scouts-cloud.com.