

Umgang mit Sorgen

Themenvorlagen zum eigenen Studium, für Andachten, Predigten, Gruppengespräche, Hausgemeinden. Nach dem Prinzip: „Das Wichtigste auf zwei Seiten“

zusammengestellt von Kay Faßbender (©)
- nichtkommerzielle Verbreitung erwünscht,
Erkenntnisstand 4/2020
Email: Kay.Fassbender@t-online.de

Auch Christen haben Sorgen. Auch sie kennen Probleme, schlaflose Nächte und Ängste. Aber sie haben das Privileg, dass sie mit ihren Sorgen anders umgehen können. Sie sind Kinder des himmlischen Vaters. Gott, der Himmel und Erde gemacht hat, kennt sie mit Namen und weiß um ihre Not. Römer 8,14: „Denn alle, die sich vom Geiste Gottes leiten lassen, sind Gottes Kinder. Denn ihr habt nicht einen Geist der Knechtschaft empfangen, dass ihr euch abermals fürchten müsstet, sondern ihr habt einen Geist der Kindschaft empfangen, in welchem wir rufen: Abba, Vater!“

Er bietet ihnen an ihre Sorgen auf ihn zu werfen. Er will ihnen statt der Sorgen inneren Frieden schenken: Philipper 4,6

„Sorget um nichts; sondern in allem lasset durch Gebet und Flehen mit Danksagung eure Anliegen vor Gott kundwerden. Und der Friede Gottes, der allen Verstand übersteigt, wird eure Herzen und Sinne bewahren in Christus Jesus.“

Bei Sorgen und Problemen dürfen wir Gott um Weisheit bitten:

Jakobus 1,5

„Wenn aber jemandem unter euch Weisheit mangelt, so erbitte er sie von Gott, der allen gern und ohne Vorwurf gibt, so wird sie ihm gegeben werden.“

Römer 8, 31

„Was wollen wir nun hierzu sagen? Ist Gott für uns, wer mag wider uns sein?

Welcher sogar seines eigenen Sohnes nicht verschont, sondern ihn für uns alle dahingegeben hat, wie sollte er uns mit ihm nicht auch alles schenken?“

Matthäus 6,33

„Niemand kann zwei Herren dienen; denn entweder wird er den einen hassen und den andern lieben, oder er wird dem einen anhängen und den andern verachten. Ihr könnt nicht Gott dienen und dem Mammon. Darum sage ich euch: **Sorget euch nicht um euer Leben, was ihr essen und was ihr trinken sollt, noch um euren Leib, was ihr anziehen sollt.** Ist nicht das Leben mehr als die Speise und der Leib mehr als die Kleidung?

Sehet die Vögel des Himmels an! Sie säen nicht und ernten nicht, sie sammeln auch nicht in die Scheunen; und euer himmlischer Vater nährt sie doch. Seid ihr nicht viel mehr wert als sie? Wer aber von euch kann durch sein Sorgen zu seiner Länge eine einzige Elle hinzusetzen?

Und warum sorgt ihr euch um die Kleidung? Betrachtet die Lilien des Feldes, wie sie wachsen. Sie arbeiten nicht und spinnen nicht; ich sage euch aber, dass auch Salomo in aller seiner Herrlichkeit nicht gekleidet gewesen ist wie deren eine. Wenn nun Gott das Gras des Feldes, das heute steht und morgen in den Ofen geworfen wird, also kleidet, wird er das nicht viel mehr euch tun, ihr Kleingläubigen?

Darum sollt ihr nicht sorgen und sagen: Was werden wir essen, oder was werden wir trinken, oder womit werden wir uns kleiden?

Denn nach allen diesen Dingen trachten die Heiden; aber euer himmlischer Vater weiß, dass ihr das alles bedürft.

Trachtet aber zuerst nach dem Reiche Gottes und nach seiner Gerechtigkeit, so wird euch solches alles hinzugelegt werden. (!)

Darum sollt ihr euch nicht sorgen um den andern Morgen; denn der morgige

Tag wird für das Seine sorgen. Jedem Tage genügt seine eigene Plage!“

Gott hat an keiner Stelle in der Bibel verheißen, dass wir im Luxus leben werden – aber: Jesus ist u.a. dafür gestorben, dass unsere Basisbedürfnisse an Nahrung, Kleidung, Wohnung usw. gestillt werden. Er ist unser Versorger:

„Denn ihr kennet die Gnade unsres Herrn Jesus Christus, dass er, obwohl er reich war, um euretwillen arm wurde, damit ihr durch seine Armut reich würdet!“ (2.Kor.8,9)

Mehr zu diesem Aspekt steht im Anhang Nr. 2 dieses Hefts: „Gott versorgt materiell“.

Wenn wir uns Sorgen machen, sollten wir uns diese sieben Fragen stellen:

1. **Habe ich Frieden mit Gott?**
2. **Ist meine Ehe intakt?**
3. **Sind meine Kinder versorgt?**
4. **Leide ich Hunger?**
5. **Friere ich?**
6. **Bin ich zurzeit am richtigen Ort und mache ich das Richtige?**
7. **Werden durch mein Leben andere zu Jüngern gemacht?**

Wenn ich diese Fragen positiv beantworten kann, bin ich im „grünen Bereich“.

Gott macht uns durch Schwierigkeiten in unserem Leben auf Missstände aufmerksam. In seiner Liebe nutzt er Probleme, um zu uns zu reden. Daher können wir Gott bei Schwierigkeiten fragen: „Herr, wo bist du in diesen Problemen?“ Was soll ich lernen?“

Gott formt durch die Probleme unseren Charakter. Er ist vielmehr daran interessiert, dass wir reifen, als dass das Problem schnell gelöst wird.

Sorgen werden dann übergroß, wenn wir auf unsere Möglichkeiten schauen oder uns auf Menschen verlassen.

Schauen wir hingegen auf Gott und seine Liebe zu uns und seine Allmacht werden aus Elefanten Mücken.

Deshalb ist es wichtig, dass man bei Sorgen den Blickwinkel ändert und auf Gott schaut.

In unserem Kopf ist das Hauptschlachtfeld.

Die Situation wird nicht besser, indem man sich Sorgen macht. Im Gegenteil: Sorgen lähmen und ermüden. Nachts sind die Sorgen oft doppelt so groß.

In Jakobus 4, 8 steht: „Nahet euch zu Gott, so naht er sich zu euch!“

Um bei Problemen den inneren Frieden zu behalten müssen wir eine ganz enge Beziehung zu Gott pflegen. Das heißt praktisch: Qualitätszeit mit ihm verbringen und ihn und seinen Willen suchen.

Es geht nicht darum ein sorgenfreies Leben zu haben – es geht darum einen inneren Frieden zu behalten. Das ist erreichbar, wenn man Jesus sein Leben mit „Haut und Haar“ zur Verfügung stellt und ihm gegenüber gehorsam ist.

Hier ist das Geheimnis von echter Lebensqualität – auch in schwierigen Umständen.

Tipp:

Aussagen der Bibel zum Thema „Sorgen“ verinnerlichen. Beispiel: **„Vertraue auf den Herrn von ganzem Herzen und verlass dich nicht auf deinen Verstand; erkenne ihn auf allen deinen Wegen, so wird er deine Pfade ebnen.“** Sprüche 3,5

Ergänzend zu diesem Thema:

Nr. 5.3 Der Lebensstil der Gnade

Nr. 5.4 Gott beschenkt uns mit allem was wir brauchen

Nr. 4.6 Umgang mit Ängsten

Nr. 4.8 Leiden

Dieses und andere Themen gibt es als kostenlose Downloads unter:

www.das-Wichtigste-auf-zwei-Seiten.de