

Mach dir keine Sorgen- Gott ist da!

„Macht euch keine Sorgen! Im Gegenteil: Wendet euch in jeder Lage an Gott. Tragt ihm eure Anliegen vor in Gebeten, Fürbitten und voller Dankbarkeit.“ Philipper 4,6 (Basis Bibel)

Diese beiden Sätze sind uns als Monatsspruch des ÖKR für den Juli mitgegeben.

Eigentlich mache ich mir gerade keine großen Sorgen.

Außer, wenn ich die Tageschau sehe. Oder wenn ich mal wieder über einen Menschen nachdenke, dessen Weg ich vorsichtig ausge-

drückt problematisch finde. Oder wenn ich mich mal wieder über einen Autofahrer ärgere, dem offensichtlich der moralische Kompass abhandengekommen ist, ein Auto im Straßenverkehr zu führen. Und davon gibt es nicht wenige. Oder wenn ich mitbekomme, wie asozial es vielfach in den sogenannten sozialen Medien zugeht. Dann frage ich mich schon manchmal, wohin das noch führen wird. Aber noch kann ich das wieder ganz gut ablegen.

Wer sich Sorgen macht, weil ihm die Probleme im eigenen Leben oder bei Nahestehenden ziemlich nahegehen, der wird sie nicht so schnell wieder los. Dem geht es wie einem, der versucht, einen Bumerang wegzuworfen – er kommt wieder zurück. Sorgen können ganz schöne Quälgeister sein.

Hast du Sorgen? Was machen die Sorgen mit dir? Was machst du mit den Sorgen?

Der Apostel Paulus gibt eine Empfehlung, die auf den ersten Blick zunächst nicht sehr verständnisvoll wirkt, angesichts der Sorgen, die mancher hat. Aber Paulus schreibt nicht vom „grünen Tisch“ oder eine Karte aus dem Urlaub, er schreibt aus dem Gefängnis. Und er hätte sich sorgen können, wie das wohl für ihn ausgehen wird. Aber er schreibt vielmehr von der Freude (Vers 4) und vom Frieden Gottes (Vers 7) Und ich nehme stark an, dass seine Empfehlung erprobt ist und aus seiner Lebens- bzw. Glaubenspraxis kommt. Sie heißt kurzgefasst: **Mach aus Sorgen ein Gebet!**

Sorgen können sehr groß werden, wenn wir uns ständig mit ihnen beschäftigen. Wir machen uns in der Regel um zukünftige Dinge Sorgen, die wir nur wenig oder gar nicht beeinflussen können.

Wenn wir aus dem Sorgen aber ein Gebet machen, dann bringen wir sie dem, dem nichts zu groß oder zu schwer ist und der die Zukunft schon vor Augen hat. Und wir bringen sie dem, von dem Petrus in seinem 1. Brief schreibt ... *„es liegt ihm an euch!“* (1. Petrus 5,7b).

Das zu wissen sollte uns helfen, unsere Sorgen ihm, unserem Vater im Himmel anzubefehlen, sie ihm zu bringen im Gebet.

Ob es eigene Anliegen sind oder die Anliegen anderer, ob es kleine oder größere Nöte sind. Gott hat immer ein offenes Ohr für seine Kinder.

Wir sollen diese Anliegen mit Dankbarkeit bringen. Das hat auf den ersten Blick wenig mit Sorgen zu tun, aber es hat etwas damit zu tun, wie wir auf diesem Wege Vertrauen lernen. Wer seinen Blick auf die Dinge richtet, für die er dankbar sein kann, dessen Blick wird mit der Zeit verändert. Ein bisschen mehr weg von den Sorgen und Schwierigkeiten, hin zu den schönen Dingen und den guten Erfahrungen, die wir oft dennoch machen.

Und die Dankbarkeit hilft dann auch zuversichtlicher zu werden im Blick auf die Dinge, deren Ausgang wir noch nicht wissen.

Aus der Dankbarkeit wächst Vertrauen. Es wird gestärkt, wie ein Muskel, den man trainiert. Und Vertrauen ist ein gutes Mittel gegen das „Sich-Sorgen-machen“.

Mach dir keine Sorgen könnte konkret heißen: Nimm einen Zettel, schreib die Sorgen auf. Mach aus den Sorgen ein Gebet. Bitte Deinen Vater im Himmel um seine konkrete Hilfe. Vielleicht einmal am Tag oder mehrmals. Aber dann leg sie in ein „Sorgen-Kästchen“ und lass sie dort für den Rest des Tages. Und dann danke ihm für seine Hilfe, auch wenn du sie noch nicht sehen kannst. Später kannst du dann sehen, was aus der Sache geworden ist.

Ich habe erlebt, dass Gott oft ganz andere Wege hat, mir aus dem, was mir Sorgen gemacht hat, herauszuhelfen, als ich es gedacht hätte.

Er ist treu. Und „es liegt ihm an uns!“ Das ist gut zu wissen.

Mach aus Sorgen ein Gebet!

Eckardt Meyer



Herausgeber: Apostolische Gemeinschaft e.V. / Cantadorstr. 11 / 40211 Düsseldorf

Redaktion: Ressort Öffentlichkeitsarbeit Elke Heckmann

Kontakt: blickpunkt@apostolisch.de