

Sich sorgen hat Folgen

Reinhold Ruthe spricht in seinem Gebet drei Auswirkungen des Sorgens im Leben an:

1. Körperliche: Wir sind verspannt
2. Seelische: wir geraten in Hektik
3. Geistige: Wir sind blockiert

Wenn du an Menschen denkst, die sich Sorgen machen und nicht daraus kommen, kannst du etwas von den angesprochenen Punkten entdecken? Und wie ist es bei dir?

Perspektivwechsel – eine kleine Übung...

Jemand hat gesagt: „Erzähle deinem Gott nicht wie groß deine Probleme sind. Erzähle deinen Problemen, wie groß dein Gott ist.“ Was möchte dieser Perspektivenwechsel wohl bewirken, wenn du mit deiner Sorge zu Gott und nicht mit deinem Gott zu deinem Problem gehst?

Versuche es mal praktisch anhand einer Sorge...

Lies Psalm 55,21-23

Dreier-Schritt

1. ALLES-AUS-GOTTES-HAND-NEHMEN: Welche konkreten Sorgen setzt David in Beziehung zu Gott? Was liegt an?
2. ALLES-IN-GOTTES-HAND-LEGEN: David spricht von einer Last/Sorge/einem Anliegen, die nun auf Jahwe geworfen werden soll
3. ALLES-IN-GOTTES-HAND-LASSEN: Was sagt Gott denen zu, die ihre Lasten auf ihn werfen?

Was möchtest du in die kommende Woche mitnehmen?