

Die Riesen im Inneren bekämpfen – Teil 17

Die Sorgen besiegen – Teil 3

Und wie besiegt man nun den Riesen „Sorge“?

Wir finden so viele inkonsequente, irrationale, unlogische, ineffektive und nicht-religiöse Faktoren, wenn wir einen intensiven Blick auf die „Sorge“ werfen. Wir haben allen Grund sie zu meiden wie ein tödliches Gift; denn genau darum handelt es sich bei ihr. Doch vielleicht bist Du ja bereits von dieser Droge abhängig und musst von dieser Tyrannei befreit werden? Wie ist das möglich?

1. Du brauchst ein Prioritäten-System

Matthäus Kapitel 6, Vers 33

„Trachtet vielmehr zuerst nach dem Reich Gottes und nach seiner Gerechtigkeit, so wird euch dies alles hinzugefügt werden!“

Wir haben gesehen, dass die biblische Prognose für Sorge ein geteiltes Herz ist. Es ist schwierig, sich den Problemen von heute zu stellen, während man sich mit denen von morgen beschäftigt. Wir brauchen unsere gesamte Energie und Konzentration für das Hier und Jetzt.

Und wo finden wir die Worte von Jesus Christus im Hinblick auf Sorge? Man entdeckt sie direkt in der Mitte Seiner Lehre über persönliche Besessenheit. Ich glaube nicht, dass dies ein Zufall ist. Das Wichtigste bei diesem Thema sind die Prioritäten. Was ist das Wichtigste in Deinem Herzen?

All jene, die ihr Leben auf die Beschaffung von Dingen ausgerichtet haben, tendieren dazu, von Sorgen zerfressen zu werden. Doch Jesus Christus hat ein einfaches Rezept dagegen. ER sagt: „Bringe Deine Prioritäten in die richtige Ordnung.“

Richte Dich zuallererst nach den Dingen Gottes aus! Lebe das Leben, was Er für Dich vorgesehen hat. Fokussiere Dich darauf und schiebe alle Ablenkungen beiseite. Dann lass die Würfel fallen, wie sie fallen sollen. Wenn Du so vorgehst, wird sich alles, was Du brauchst, materialisieren. Denn Jesus Christus hat ja verheißen: **„So wird euch dies alles hinzugefügt werden“**.

Ist das wirklich so einfach? Funktioniert diese Formel tatsächlich?

Wenn dies nicht der Fall wäre, dann könntest Du Deine Bibel völlig beiseite legen, weil sich dann auch der Rest davon nicht bewahrheiten würde. Diese Lehre ist sogar die zentrale Botschaft der Heiligen Schrift. Aber wenn diese

Worte wahr sind – woran Du und ich unerschütterlich glauben -, dann kann das Leben mit Freude und Schwung angegangen werden. Es ist uns gegeben worden, damit wir uns daran erfreuen und nicht, damit wir uns Sorgen machen. Dann haben all diese „Was wäre wenn ...?“-Fragen keine Macht mehr über uns.

Die meisten von uns kennen den obigen Bibelvers, leben aber so, als würde es ihn gar nicht geben. Wenn ich mir Sorgen mache, weiß ich, dass ich mich schuldig mache, gegen diese Erklärung von Jesus Christus zu verstoßen. Dann weiß ich, dass ich dabei versagt habe, meinen Glauben zu leben.

Vielleicht war das bisher Deine Art zu leben und der Teufelskreis der Sorge ist dabei so mächtig geworden, dass Du nicht weißt, wie Du da wieder herauskommen sollst. Wenn dem so ist, dann solltest Du einmal von dem ganzen Durcheinander zurücktreten und Dich fragen, wie Du Dein Leben geordnet hast. Was sind Deine Prioritäten? Vertraust Du wirklich dem himmlischen Vater, Der Dich liebt oder ist das nur ein Lippenbekenntnis von Dir? Kannst Du Deinen Glauben im Hinblick darauf, dass Gott souverän ist, leben?

Lege Deine Prioritäten neu fest – mit Gott im Zentrum dieser Struktur. Wenn Du auf diesen Felsen baust, bist Du vor den Stürmen der Sorge und des Stresses sicher.

2. Du brauchst ein Strategie-Programm

Matthäus Kapitel 6, Vers 34

„Darum sollt ihr euch nicht sorgen um den morgigen Tag; denn der morgige Tag wird für das Seine sorgen. Jedem Tag genügt seine eigene Plage.“

Was wir hier haben, ist die beste Munition, um den Riesen „Sorge“ in Dir zu töten. Es ist eine systematische Strategie. Jesus Christus sagt da nämlich etwas sehr Interessantes: „Du brauchst nicht unter der Last der heutigen Krisen zusammenzubrechen, indem Du Dir auch noch die Agenda von morgen aufbürdest.“

Hast Du schon einmal versucht, zu viele Taschen gleichzeitig vom Supermarkt nach Hause zu tragen? Wenn Du schon einmal die zerbrochenen Eier vom Bürgersteig aufgelesen hast, dann weißt Du es besser. Dann wirst Du in Zukunft zwei Mal gehen, anstatt zu versuchen, alles auf einmal nach Hause zu schleppen. Jesus Christus sagt Dir hier, dass Du nur die Tasche von heute zu tragen brauchst, und dass Du morgen wieder neu und unbeschwert losziehen kannst.

In der Gegenwart zu leben ist eine Kunst. Kennst Du eine Person, die gar „nicht hier“ zu sein scheint, weil ihr Blick ständig auf irgendetwas Unsichtbares am Horizont gerichtet ist? Du kannst davon ausgehen, dass sie mit imaginären Problemen beschäftigt ist. Aber kennst Du auch jemanden, der voll und ganz in der Gegenwart lebt? Solche Menschen wirken auf uns sehr vital und voller Energie. Sie haben Charisma und sind ihr Geld wert, bei allem, was sie in Angriff nehmen. Man wird nie sehen, dass sie sich irgendwelche Sorgen machen.

Und genauso will Jesus Christus, dass wir unser Leben führen – an jedem neuen Tag. Das ist der Grund, warum Gott uns in den Moment platziert hat, wobei die Vergangenheit und die Zukunft ausgeklammert werden. Beides soll für uns tabu sein! In dieser Hinsicht sollten wir „Betreten verboten!“-Schilder aufstellen. Die Vergangenheit ist endgültig abgeschlossen, und die Zukunft befindet sich noch im Aufbau. Aber für heute hast Du alles, was Du brauchst. Komm in das Hier und Jetzt, und mach das Beste draus!

Vor einigen Jahren erschien in der Zeitung „Chicago Daily News“ ein Artikel von dem berühmten kanadischen Arzt Dr. William Osler (1849-1919), der sehr weise Beobachtungen im Hinblick auf Sorge gemacht hatte. Während seiner Karriere hatte er die körperlichen Auswirkungen von Sorgen im Leben seiner Patienten erkannt. Und er brachte dazu einen sehr guten Vergleich mit einem Ozeanriesen. Wenn der Schiffsrumpf durch eine Kollision durchlöchert ist, können sich die Stahltüren senken, so dass teilweise Wasser eindringen kann. Und dann schlug Dr. Osler eine wichtige Anwendung vor. Er schrieb, dass wir unser Leben sorgsam planen sollen. Er meinte:

„Wir alle haben unsere unvorhergesehenen Kollisionen. Und wir müssen lernen, wie wir die Stahltüren gegen die Gefahr von morgen sichern. Wir müssen die hinteren Stahltüren der Vergangenheit abschotten. Und wir müssen lernen, sicher und trocken in der Abteilung von heute zu leben.“

Ein unbekannter Dichter schrieb einmal:

„Das ganze Wasser der Welt,
so sehr es dies auch versuchen mag,
kann niemals ein Schiff zum Sinken bringen,
es sei denn, man lässt es hinein.“

Die ganze Härte dieser Welt,
mag uns ziemlich abnutzen.
Aber sie kann Dich nicht im Geringsten verletzen,
es sei denn, Du lässt sie in Dein Inneres hinein.“

„Darum sollt ihr euch nicht sorgen um den morgigen Tag“, sagt Jesus

Christus. „**Denn der morgige Tag wird für das Seine sorgen.**“ Beachte in diesem Zusammenhang auch folgenden Bibelvers:

5.Mose Kapitel 33, Vers 25

Deine Schuhe sollen von Eisen und Erz sein, und wie deine Tage, so sei deine Kraft!

„**Wie deine Tage, so sei deine Kraft!**“ - was bedeutet das?

Ich bin mit den Mitgliedern meiner Gemeinde gegangen durch:

.	Bankrott
.	Krankheit
.	Scheidung
.	Gesetzliche
Probleme	
.	Prüfungen aller Art

Immer wieder sagten sie mir: „Ich weiß nicht, wie ich damit umgehen soll.“ Ich reagiere niemals unsensibel auf ihren Kummer, und ich spiele ihre Krise auch nie herunter. Doch ich übermittle ihnen die praktische Weisheit der Bibel: „Lass das Morgen ruhen! Sobald der neue Tag anbricht, wird Gott die Gnade haben und Dir die nötige Stärke geben. Was das Heute betrifft, kannst Du Dir ebenfalls Seiner Gnade sicher sein und darüber, dass Du ebenfalls die erforderliche Stärke hast, die Du brauchst. Dein Kalender zeigt für jeden Tag eine bestimmte Zahl auf. Lebe sie nacheinander in dieser Reihenfolge aus, genauso wie Gott sie festgelegt hat. Bleibe in der richtigen Zeit.“

Ein Freund von mir nimmt seine Familie immer wieder einmal auf lange Autoreisen durch Amerika mit. Er hat zwei kleine Kinder, die sich dann jeden Tag auf eine neue „Überraschung“ freuen. Diese besteht aus einer kleinen Tüte für jedes Kind, in der sich ein kleines, nicht zu teures Geschenk befindet - und ein Bibelvers. Wenn sie dann stundenlang unterwegs sind, sind die Kinder mit ihrem Geschenk beschäftigt und mit der ewigen Wahrheit aus Gottes Wort, worüber die Familie dann auf ihrer Fahrt diskutiert. Die Lebensreise hält dasselbe für Dich und mich bereit. An jedem neuen Tag bekommen wir von Gott ein neues Päckchen, eine kleine Gnadengabe, die uns erfreut sowie die allgegenwärtige Wahrheit von Gottes Wort. Aber Du musst jeden Tag darauf warten, bis Du das Päckchen in Deinen Händen halten kannst.

Wir sollen die Zukunft aber nicht vollständig ignorieren. Wir planen und bereiten uns darauf vor. Aber sorgfältige Vorbereitung und besessene Sorge sind zwei völlig verschiedene Dinge. Schotte die Tür zu der kommenden

Abteilung ab! SchlieÙe die Wasser, die morgen eindringen könnten, dadurch aus und schütte das Wasser, das heute eindringt, aus. Verwende dazu, nur Deine Dir von Gott geschenkte Kraft für diesen Tag.

Mark Twain sagte einmal:

„Ich bin jetzt ein alter Mann, und ich habe viele große Probleme kennen gelernt. Doch die meisten davon sind niemals eingetroffen.“

Auf die Zukunft gerichtete Sorge ist unnötig.

Reg Dich nicht über das Chaos von gestern auf! Es gibt eine Wahrheit, die in diesem Zusammenhang immer wahr ist: Das Gestern ist vergangen! Die Vergangenheit ist endgültig abgeschlossen. Sie befindet sich nicht mehr in unserer Reichweite, und wir können sie nicht mehr verändern.

Mein Sohn war ein Offensivspieler beim American Football in seiner Schulmannschaft. Ich kann mir heute die Videoaufzeichnungen seiner Siege und seiner Niederlagen ansehen. Wenn wir zu den missglückten Szenen unserer Vergangenheit zurückspulen, kann das sehr schmerzlich sein. Da kann man noch so oft zurückspulen, es ändert sich nichts an der Tatsache. Doch man merkt, wo sich die Situation hätte ändern können. Aber wenn der Schlusspfiff ertönt, ist das Spiel vorbei, und man muss das Ergebnis so stehen lassen.

Doch das fällt uns manchmal schwer, nicht wahr? Ich kenne Gläubige, die aus sehr problematischen und manchmal auch verkommenen Hintergründen heraus zu Jesus Christus gekommen sind. Gelegentlich kriecht die Vergangenheit noch in ihnen hoch, und der Feind flüstert ihnen zu: „Vergiss nicht, wer Du einmal warst und was Du getan hast. Du hast Dich nicht wirklich geändert.“ Schuldgefühl ist eine starke Macht. Ich erinnere die Betroffenen dann immer an die ewige Vergebung Gottes. ER hat unsere vergangenen Sünden so weit von uns entfernt, wie der Osten vom Westen ist. Gott hat sie uns ein für allemal verziehen.

Doch es gibt immer noch Menschen, die sagen, dass sie sich ihre Sünden selbst nicht vergeben können. In diesem Moment sage ich: „Das ist erstaunlich. Dann hast Du ja für Dich einen höheren Standard festgelegt als Gott!“

Wenn Gott die Vergangenheit von uns abschneiden kann, dann müssen wir dazu auch fähig sein. Wenn Du Ihm Deine Sünden bekannt hast, dann hat Er sie Dir auch vergeben. Leg sie für immer beiseite und gehe Deinen Glaubensweg weiter voran. Stell Dir vor, dass Deine Sünden in einem bodenlosen Ozean von Gottes Gnade begraben worden sind und dass diese

keine Macht mehr über Dich haben. Da könntest Du Dich auch um etwas sorgen, dass Jahrhunderte oder Jahrtausende zurück liegt. Das hätte dieselbe Relevanz.

Denke nicht über Deine vergangenen Erfolge nach!

Ja, auch das ist möglich, dass man sich darüber Sorgen macht, selbst wenn positive Dinge passiert sind. Was ist, wenn es eine Zeit in Deinem Leben gegeben hat, in der alles gut lief, wenn Du zum Beispiel einen bedeutenden Preis gewonnen, in Deiner Jugend eine wunderbare Erfahrung hattest oder es eine sehr glückliche Periode in Deiner Familie gab? Ein alternder Athlet kann an die Zeit zurückdenken, als er einen Geschwindigkeitsrekord aufgestellt oder eine andere Glanzleistung vollbracht hat, die dafür gesorgt hat, dass er zu einem Superstar wurde. Wenn er sich daran klammert, dann klagt er ständig über die guten alten Tage und darüber, dass sie jetzt vorbei sind.

Der Apostel Paulus, einer der erfolgreichste Männer, die jemals gelebt haben, gab dazu eine sehr interessante Erklärung ab, als er sich am Ende seines Lebens und seiner Laufbahn befand. Er sagte, dass er sein großes Ziel noch nicht erreicht habe, dass er jedoch seinen Fokus auf eine einzige Sache gerichtet halte: Vergessen, was hinter ihm lag und auf die wunderbare Sache zueilen, die noch vor ihm liegt: Dem hohen Ruf von Jesus Christus nachzufolgen.

Paulus hätte im Gefängnis sitzen, in dem Sammelalbum seiner Errungenschaften blättern und in der Erinnerung an die Wunder, die Erfolge bei den jungen Gemeinden und an seine ruhmreiche Verbreitung des Evangeliums schwelgen können. Doch diese wunderbaren Erfahrungen ließ er hinter sich, weil seine Zukunft noch herrlicher werden würde.

Das ist genau das, was Du und ich tun müssen. Wir müssen uns mit dem Wunder befassen, das heute vor uns liegt – in diesem Moment, in dieser Sekunde. Alles Andere verblasst im Vergleich dazu.

Befasse Dich nicht mit vergangenem Schmerz!

Das könnte das Schwierigste für Dich sein – Deinen eigenen Herzschmerz loszulassen.

Jedem von uns wird zuweilen ein Sorgen-Kelch gereicht. Das lässt sich in dieser Welt nicht vermeiden. Ein beachtlicher Teil meines Dienstes besteht darin, dass ich Menschen die Hände auflege und mit ihnen durch das Schattental gehe. Doch ich hoffe jedes Mal, dass ich ihnen dabei helfen kann, schlussendlich ins Licht zurückzukehren. Denn das Schattental ist kein Ort, in

dem man sich sein Zuhause aufbauen sollte. Kummer und Klage sind ganz klar Emotionen, die in der Bibel erwähnt werden. Aber sie sollten kein Dauerzustand sein. Jeder Tag, an dem wir uns in diesem Schattental aufhalten, ist ein Tag der verlorenen Freude – ein Tag, an dem wir die wundervollen Dinge nicht beachten, von denen Gott will, dass wir sie sehen.

Das Beste, was wir tun können, ist, dass wir auf unserem schmalen Glaubensweg weitergehen. Schau nicht über die Schulter auf das Glück oder auf das Elend von gestern! Verrenke Dir nicht Deinen Hals, um zu sehen, was hinter der nächsten Biegung liegt. Du brauchst stets nur einen Fuß vor den anderen zu setzen und immer nur einen weiteren Schritt zu machen. Lebe in der Gegenwart und genieße jeden neuen Tag als ein Geschenk Gottes und verderbe ihn Dir nicht durch unnötige Sorgen. Davon bekommst Du nur Falten! Der HERR lässt uns durch einen unbekanntem Dichter sagen:

„Mein Name lautet: ICH BIN.

Wenn Du in der Vergangenheit lebst,
dann wird das sehr hart für Dich sein,
weil ICH nicht dort bin.

Mein Name lautet NICHT: ICH WAR.

Und wenn Du in der Zukunft lebst,
dann wird das ebenfalls sehr hart für Dich sein,
weil Mein Name NICHT lautet: ICH WERDE SEIN.

Doch wenn Du in der Gegenwart lebst,
ist es nicht schwer für Dich,
denn Mein Name lautet: ICH BIN.“

Vor langer Zeit sah ich einmal ein Schild mit der Aufschrift „Morgen kostenloses Benzin“. Was für ein Schnäppchen wäre da zu machen! Doch als ich am nächsten Tag noch einmal dorthin fuhr, war es immer noch da und versprach dasselbe. Und das „Morgen“ war immer noch einen Tag entfernt. Es befindet sich stets außerhalb unserer Reichweite. Doch wir können uns mit dem Treibstoff, der Gnade und der Stärke ausrüsten lassen, die Gott uns für den heutigen Tag zur Verfügung stellt.

Der britische Filmproduzent J. Arthur Rank (1888-1972) hatte dazu ein System entwickelt. Er war ein frommer Christ. Er fand heraus, dass er seine Sorgen nicht vollkommen aus seinem Geist verdrängen konnte. Sie kamen immer wieder. Deshalb schloss er einen Vertrag mit Gott, damit Er seine Sorgen bis Mittwoch abschotten sollte. Er schrieb sie sogar auf und legte sie in eine Schachtel mit der Aufschrift „Mittwoch-Sorgen-Schachtel“. Diese stellte er dann auf seinen Schreibtisch. Und wann auch immer eine Sorge in

ihm aufkam, schrieb er sie auf einen Zettel und warf diesen in die Schachtel. Willst Du jetzt wissen, was für eine erstaunliche Entdeckung er machte? Als der Mittwoch kam und er die Schachtel öffnete, fand er heraus, dass nur noch ein Drittel aller Sorgen, die er niedergeschrieben hatte, sich als tatsächliche Probleme darstellten. Der Rest hatte sich von selbst erledigt. Ich empfehle Dir, dass Du Dir auch so eine Sorgen-Schachtel machst. Das ist eine Möglichkeit mit diesem Thema umzugehen.

George McCauslin wusste, dass er etwas unternehmen musste. Der YMCA-Direktor hatte das Problem, dass seine emotionale Gesundheit auf dem Spiel stand. Er hatte einen arbeitsfreien Nachmittag geplant. In diesen wenigen Stunden traf er eine sehr wichtige Entscheidung.

Er fuhr in die Wälder von Pennsylvania an einen Ort, den er mit Frieden und Ruhe verband. Dort unternahm er einen langen Spaziergang, versuchte seinen Kopf frei zu bekommen und konzentrierte sich nur auf die frische Luft und die herrlichen Düfte der Natur. Das war eine großartige Idee. Sein verkraampfter Nacken entspannte sich, und er konnte spüren, wie sich alles plötzlich leichter anfühlte. Schließlich setzte er sich unter einen Baum, holte sein Notizbuch hervor und stieß einen langen Seufzer aus. Das war das erste Mal seit Monaten, dass er sich wirklich entspannt fühlte.

George hatte das Gefühl, dass er und Gott sich weit voneinander entfernt hatten. Deshalb entschloss er sich dazu, seinem Schöpfer einen Brief zu schreiben. „Lieber Gott“, begann er, „heute trete ich als Generalmanager des Universums zurück.“ Er las diesen Satz noch einmal durch, und dann unterzeichnete er diesen Brief.

George lacht immer, wenn er diese Geschichte erzählt. „Und wisst ihr, was dann passierte? Gott hat meinen Rücktritt akzeptiert.“

Daniel, der College-Student, der sich durch seine Sorgen ein Magengeschwür zugezogen hatte, tat in etwa dasselbe. Er stieg in sein kleines Auto und fuhr für zwei Tage in die Berge. Alles, was er mitnahm, waren ein Schlafsack, Kochgeschirr und eine Bibel. Er bat Gott, zu seinem Schmerz durchzudringen. Und dann geschah Folgendes: Als er die Evangelien las, stieß er auf den bereits erwähnten Bibelvers **Matth 6:33**. Zum ersten Mal verstand er wirklich die wichtige Bedeutung davon, was es heißt, zuerst nach dem Reich Gottes zu trachten. Und von da an hatte er einen Schlachtplan gegen seine Sorgen. Er schrieb:

„Wenn wir zu einem Volk werden, das den HERRN preisen kann, statt Ihm unsere Bedürfnisse aufzuzählen, dann hat Er verheißen, dass wir zu einem Volk werden, dessen Bedürfnisse befriedigt werden.“

Vier wichtige Bibelverse

Ich möchte Dir hier einige Waffen aufzeigen, die Du anwenden kannst: Vier Bibelverse, die Dir dabei helfen werden, wenn Du den Kopf voll Sorgen hast. Schreibe Dir diese Verse ab und lege sie in Reichweite – besser noch: Lerne sie auswendig!

Psalmen Kapitel 50, Vers 15

„Und rufe Mich an am Tag der Not, so will ICH dich erretten, und du sollst Mich ehren.“

Psalmen Kapitel 55, Vers 23

**Wirf dein Anliegen auf den HERRN, und Er wird für dich sorgen;
Er wird den Gerechten in Ewigkeit nicht wanken lassen!**

1.Petrus Kapitel 5, Vers 7

Alle eure Sorge werft auf Ihn; denn Er sorgt für euch.

Philipper Kapitel 4, Verse 6-7

6 Sorgt euch um nichts; sondern in allem lasst durch Gebet und Flehen mit Danksagung eure Anliegen vor Gott kundwerden. 7 Und der Friede Gottes, der allen Verstand übersteigt, wird eure Herzen und eure Gedanken bewahren in Christus Jesus!

Und zum Schluss gebe ich Dir noch folgende Worte mit auf den Weg:
„Mach Dir um nichts Sorgen, sondern bete um alles!“

Mach diese Worte zu Deinem Schlachtruf, wenn Du den Riesen „Sorge“ vernichtest!

Fortsetzung folgt ...

Mach mit beim [http://endzeit-reporter.org/projekt/!](http://endzeit-reporter.org/projekt/)*

Bitte beachte auch den Beitrag [In-eigener-Sache](#)