

## Tipps im Umgang mit

# U

Um welche Sorgen geht es hier überhaupt? Geht es um die Sorge für das Werk Gottes? Oder geht es doch mehr um unsere Alltags-sorgen?

Hier sollen die Sorgen angesprochen werden, die sich wie Mühlsteine in unserem Kopf drehen, die uns den Schlaf rauben, uns den Magen und die Verdauung verderben, die Freude vertreiben - und völlig unnützlich sind. Es sind die immer gleichen endlos kreisenden Gedanken, die sich um bestimmte befürchtete künftige Entwicklungen oder Ereignisse drehen: Der morgige Arbeitstag - die bevorstehende Prüfung - ein anstehendes unangenehmes Gespräch - die Zukunft meiner Kinder - mein Gesundheitszustand - wann finde ich wieder Arbeit - wie komme ich mit meinem Geld aus.

Wohl kaum einen Menschen wird es geben, der sich nicht schon Sorgen gemacht hat. Allerdings sind die Unterschiede beträchtlich. Manche haben ein „sonniges“ Gemüt und belasten sich wenig mit der Zukunft. Andere sorgen sich schon Stunden vorher, wie sie über die Straße kommen werden.

Alle, die besonders von Sorgen geplagt werden, möchten sie gerne loswerden und unbeschwert leben können. Doch wie finstere, bedrohliche Vögel, derer man sich nicht erwehren kann, kommen sie immer wieder angefliegen.

Wer durch den Glauben an Jesus Christus ein Kind Gottes geworden ist, darf jedoch wissen: Mein himmlischer Vater möchte nicht, dass ich mich mit unnützen Lasten beschwere. Er kennt auch unseren Hang, sich unangemessen zu sorgen und geht deshalb in seinem Wort ausgiebig darauf ein. Das sind zugleich auch

die besten Tipps, die man sich mit Sorgen nicht zu belasten.

**Die wichtigsten biblischen Argumente gegen belastendes Sorgen sind:**

### 1. Sorgen sind unnützlich

„Wer aber unter euch kann mit Sorgen seiner Lebenslänge eine Elle zusetzen?“, fragt unser Herr (Matthäus 6,27). Wir mögen noch so sehr grübeln und grübeln und die Gedanken wälzen - an künftigen Ereignissen, die sich unserem Einfluss entziehen, ändern wir dadurch nicht das Geringste. Deshalb ist solche Sorge zu tiefst unvernünftig. Und als Wesen, denen Gott Vernunft und Verstand gegeben hat, sollten wir in unserem Verhalten auch vernünftig sein. Zucht und Besonnenheit sind Eigenschaften des Heiligen Geistes, den Gott uns gegeben hat, und diese Eigenschaften sollen auch unser Denken prägen.

### 2. Sorgen schaden unserem Glauben

Wer sich sorgt, den bezeichnet unser Herr als kleingläubig (Matthäus 6,30), ja, stellt ihn den „Nationen“ - den Ungläubigen - gleich (Vers 32). Durch Kleinglauben verlieren wir jedoch nicht nur unseren Herzensfrieden, sondern verunehren Gott. Denn wir zeigen damit, dass wir der väterlichen Fürsorge Gottes nicht trauen.

Martin Luther schrieb einmal an seinen Freund Melancthon: „Ich hasse von Herzen die großen Sorgen, von denen du, wie du schreibst, verzehrt wirst. Dass sie dein Herz so beherrschen, daran ist nicht die Größe der Gefahr, sondern die Größe unseres Unglaubens schuld.“

**Dass Sorgen dein Herz so beherrschen, daran ist nicht die Größe der Gefahr, sondern die Größe unseres Unglaubens schuld.**

Martin Luther

Sorgen behindern uns auch in unserem Einsatz für das Werk Gottes, so dass wir für Gott nichts zustande bringen. „Bei dem aber unter die Dornen gesät ist, dieser ist es, der das Wort hört, und die Sorge der Zeit und der Betrug des Reichtums ersticken das Wort, und er bringt keine Frucht.“ (Matthäus 13,22).

Unbeschönigt beschreibt die Bibel, wie sich auch Menschen des Glaubens in ungeistlicher Weise gesorgt haben und welcher Schaden daraus entstanden ist. So sorgte sich Abraham über Jahrzehnte wegen der fehlenden und so sehr ersehnten Nachkommen.

Wiederholt versicherte ihm Gott, er werde die Angelegenheit regeln - vergeblich. Denn schließlich hielten er und Sara das Warten nicht länger aus und wollten ihr Problem selbst lösen. Die Sklavin Hagar wurde zur „Leihmutter“ an Saras Stelle und gebar Ismael. Doch damit war nicht nur Abrahams Familienfriede dahin. Die Folgen zwischen den Nachkommen Ismaels, den Arabern, und Isaaks, den Juden, sind bis heute verheerend.

### 3. Gott verbietet Sorgen

Weil Gott den verderbenden Schaden unnützer Sorgen viel besser kennt als wir, hat er sie schlichtweg verboten. Das ist auch der wichtigste Grund, uns nicht zu sorgen: Gott will es nicht. „Seid nicht besorgt“, sagt unser Herr (Matthäus 6,25) „Seid um nichts besorgt“, schreibt Paulus (Philipper 4,6). „Alle eure Sorge werft auf ihn“, lesen wir bei Petrus (1. Petrus 5,7).

Diese Aussagen sind genau so eindeutig wie die Anweisungen Gottes für andere Bereiche, etwa



# Sorgen

- Tut Buße und bekehrt euch
- Tötet nun eure Glieder, die auf der Erde sind: Unzucht, Unreinheit, Leidenschaft, böse Begierde und Habsucht
- Fliehet den Götzendienst
- Betrübt nicht den Heiligen Geist
- Belügt einander nicht

Die Aufforderung der Schrift, uns nicht zu sorgen, verstehen wir weithin als eine Empfehlung, die uns das Leben erleichtern soll. Doch es ist weit mehr, nämlich ein Gebot Gottes, dessen Übertretung Sünde ist.

## 4. Gott sorgt für uns

Stellen wir uns vor, ein vierjähriger Junge, der bisher in allem bestens versorgt worden ist, sagt morgens zu seiner Mutter: „Mama, ich mach mir solche Sorgen, woher wir heute Mittag etwas zu essen bekommen. Und guck mal, gestern habe ich mir beim Spielen mein Hemd aufgerissen. Jetzt mach ich mir Sorgen, woher ich ein neues Hemd kriegen soll.“ Müsste die Mutter sich dann nicht um den Gemütszustand ihres Jungen sorgen?

Wer genau weiß, dass ein anderer für ihn alles regelt, der braucht sich darum nicht auch noch zu sorgen, sondern kann sich unbeschwert um die Anliegen kümmern, für die er zuständig ist. Und wenn wir durch den Glauben an Jesus Christus Kinder Gottes geworden sind, dann dürfen wir wissen, dass unser himmlischer Vater die Sorge für die Bereiche übernommen hat, die wir ohnehin nicht beeinflussen können.

Dabei müssen wir aber nicht in einer seichten Weise gedankenlos in den Tag hineinleben und unsere Augen vor Problemen verschließen. Alles, was uns bewegt, dürfen wir ver-

trauensvoll in die Hände Gottes legen: „... in allem sollen durch Gebet und Flehen mit Danksagung eure Anliegen vor Gott kundwerden“ (Philipper 4,6).

## Ich will mich nicht sorgen

Obwohl wir als Christen das alles wissen und dem auch weitgehend zustimmen mögen, plagen manchen von uns dennoch unnütze Sorgen im Übermaß, und wir können uns ihrer scheinbar nicht erwehren. Als Ausweg aus diesem Zwiespalt bleibt da nur immer wieder der feste Entschluss: „**Ich will mich nicht sorgen!**“

Auch das mag sich wieder zu einfach anhören. Doch ohne den Entschluss und Einsatz unseres Willens ist ein Leben als Erlöster nicht möglich. Zwar hat Gott - und nur er allein - alles getan, was zur Erlösung eines verlorenen Menschen und zu einem Leben als Gotteskind nötig ist. Doch ohne unsere Zustimmung kann das Werk Gottes in unserem Leben nicht gelingen. Wir müssen sagen (und es dann auch tun!):

- Ich will mein Leben Gott übergeben
- Ich will mich taufen lassen
- Ich will dem Herrn dienen
- Ich will mich in dem Herrn freuen
- Ich will meine Frau lieben
- Ich will nicht weiter rauchen und trinken
- Ich will die Gemeindeversammlungen nicht versäumen

### Sorgen-Übergabe-Vertrag

zwischen dem Unterzeichnenden und Jesus Christus gemäß Philipper 4,6 und 1. Petrus 5,7: „Seid um nichts besorgt, sondern in allem lasst mit Gebet und Flehen mit Danksagung eure Anliegen vor Gott kundwerden.“ und „Alle eure Sorgen werft auf ihn, denn er ist besorgt um euch!“

§ 1 Ich übergebe meinem Herrn Jesus Christus alle meine auftretenden Sorgen und verliere alle weiteren Bearbeitungsrechte.

§ 2 Er übernimmt meine Sorgen zur weiteren Bearbeitung und kommt für die allerbeste Erledigung auf.

§ 3 Die Anzahl der zu übertragenden Sorgen ist unbegrenzt.

§ 4 Rückgabe-Sperrklausel: Bei dem Versuch, den Vertrag zu brechen und rechtswidrig die abgegebenen Sorgen an sich zu reißen, ist der Unterzeichnende zu folgendem Gebet verpflichtet: „Ich danke dir, dass du meine Sorgen bereits endgültig übernommen hast. Ich vertraue dir, dass du dich ganz für mich einsetzt.“

§ 5 Zur Vertragsausführung wird im Einzelnen empfohlen:

- a) Die abzugebenden Sorgen aufschreiben und in die Bibel legen (z.B. an der Stelle von Philipper 4,6 oder 1. Petrus 5,7).
- b) Die Sorgen außerdem mündlich (im Gebet) übergeben.
- c) Dankgebet wie unter § 4 täglich wiederholen.
- d) Späteres Abhaken der vom Herrn erledigten Sorgen und das Danken nicht vergessen.

..... Unterschrift des sorgenabgebenden Vertragspartners ..... Datum .....

**Ohne den Entschluss und Einsatz unseres Willens ist ein Leben als Erlöster nicht möglich.**

Nicht anders ist es mit den überflüssigen Sorgen, zu denen wir bewusst und eindeutig nein sagen müssen. Gott helfe uns, auch hierin ganz konsequent zu sein!

Otto Willenbrecht 

