

§ Einstieg

Worüber machst du dir aktuell gerade Sorgen? Welche Schwierigkeiten oder Probleme kommen dir gerade in den Sinn? Oder worüber machst du dir regelmässig Sorgen? Wenn du auf diese Frage keine Antwort weisst, dann kannst du dir nahestehende Menschen aus deinem Umfeld fragen. Ich habe das meine Frau auch gefragt. Sie meinte darauf, dass ich unter anderem ziemlich angespannt bin, wenn es um Reisen geht. Und tatsächlich ist es so, dass ich mir ziemlich viele Sorgen um eine Reise machen kann, weil ich sicher und pünktlich am Ziel ankommen möchte. Noemi sieht das dagegen viel relaxter als ich. Aber es gibt noch mehr Bereiche in denen ich die Dinge ernster nehme als meine Frau. Ich erinnere mich noch gut an einen Tanzabend hier in der Gemeinde. Es war ein lustiger Abend mit schottischen Volkstänzen. Aber ich wollte es natürlich richtig machen und war darum ziemlich verkrampft. Noemi dagegen nahm es einfach locker und machte sich keine Sorgen, ob die Bewegungen und Schritte genau richtig waren. Dafür gibt es wiederum andere Bereiche, die ich weniger ernst nehme als meine Frau. Vor allem beim Thema Gesundheit oder Hygiene.

Es ist euch vielleicht auch schon aufgefallen, über was alles, sich Menschen sorgen machen. Man kann sich tatsächlich über alles mögliche Sorgen machen. Ich habe die Theorie, dass sich Menschen in Bereichen in denen sich sich besser auskennen, um so mehr Sorgen machen. Nicht alle Sorgen sind einfach grundsätzlich schlecht, aber sie weisen oft auf Dinge hin, die uns als Schwierigkeiten oder Probleme erscheinen. Jeder von uns ist mit solchen Situationen oder auch Menschen konfrontiert. Ich bin überzeugt, dass unser Leben eine bessere und schöne Qualität bekommen würde, wenn wir einen guten Weg finden würden mit Schwierigkeiten, Sorgen und Problemen umzugehen.

Heute, mit dem 5. Schritt zu einem schöneren Leben, wollen wir uns anschauen, wie wir befreiter und besser mit Schwierigkeiten und anstrengenden Menschen umgehen können, wenn wir diese Dinge im Gebet vor Gott bringen.

§ Nicht sorgen, sondern beten

Vielleicht habt ihr auch schon erlebt, dass ihr in der Nacht hellwach im Bett liegt und euch Sorgen gemacht habt. Wegen einer anstehenden Prüfung oder einem schwierigen Gespräch oder zuviel Arbeit oder etwas Ähnlichem. Fakt ist, dass trotz allem Grübeln, eure Sorgen nicht kleiner wurden. Sorgen verändert absolut nichts! Darum sagt uns die Bibel, dass wir nicht sorgen sollen, sondern beten.

Ein eindrückliches Beispiel dafür finden wir im Alten Testament im 2. Buch der Könige, Kapitel 19. Dort lesen wir von einem König namens Hiskia, der über Juda herrschte. Das war der südliche Teil des Landes Israels. Das sogenannte Nordreich war von den feindlichen Assyrern eingenommen worden. Und eben diese Assyrer wollten nun auch Juda mit der Hauptstadt Jerusalem einnehmen. Ihr König Sanherib schickte Boten nach Jerusalem, im den König Hiskia und das ganze Volk zu verunsichern und zu entmutigen. Einmal mehr kam ein solcher Brief bei Hiskia an, dort stand drin: »Diese Botschaft ist für König Hiskia von Juda bestimmt. Lass dich von deinem Gott, auf

den du vertraust, nicht mit Versprechungen täuschen, der König von Assyrien werde Jerusalem nicht erobern. **11** Du weißt sehr wohl, dass die Könige von Assyrien alle Länder vernichtet haben, wohin sie auch kamen! Warum sollte es dir anders ergehen? **12** Was ist mit Gosan, Haran und Rezuf oder dem Volk von Eden, das in Telassar lebte? Haben ihre Götter sie retten können? Nein, meine Vorgänger haben sie alle vernichtet! **13** Was wurde aus dem König von Hamat und dem König von Arpad? Was aus den Königen von Sefarwajim, Hena und Awa?« (2. Könige 19,10-13)

Für Hiskia eine sehr ungemütliche Situation. Er wusste, um die Macht des Gegners und wie klein Juda im Vergleich war. Auch wir werden in unserem Leben immer wieder mit bedrohlichen Situationen konfrontiert. Es können wirtschaftliche oder gesundheitliche oder familiäre Bedrohungen sein, die uns den Schlaf und die Ruhe rauben wollen.

Doch die Reaktion von Hiskia ist erstaunlich: Nachdem Hiskia diesen Brief erhalten und gelesen hatte, ging er hinauf zum Haus des Herrn und breitete das Schreiben vor dem Herrn aus. **15** Dann betete er zum Herrn: »Herr, Gott Israels, der du zwischen Cherubim thronst! Du allein bist Gott über alle Königreiche der Erde. Du allein hast Himmel und Erde geschaffen. **16** Höre meine Worte, Herr, und erhöhe mich! Öffne deine Augen, Herr, und sieh! Höre Sanheribs Lästerworte gegen den lebendigen Gott. **17** Es stimmt, Herr, dass die Könige Assyriens all jene Völker und ihr Land vernichtet haben. **18** Sie haben die Götter dieser Völker ins Feuer geworfen. Denn es waren ja gar keine Götter, sondern nur Holz und Stein, von Menschen geschaffen. Die konnten sie vernichten. **19** Herr, unser Gott, rette uns vor seiner Macht; dann werden alle Königreiche der Erde wissen, dass du allein, Herr, Gott bist.« (Vers 14-19)

Die erste Reaktion von Hiskia ist nicht die Sorge und die Aktivität. Er hätte ja auch sofort den Kriegsrat einberufen oder sonst in Sorge verfallen können. Hiskia sorgt sich nicht, sondern betet. Er geht direkt zu seinem Gott und legt ihm den Brief vor. Ein wunderschönes Bild für Gebet. Genau so sollen wir unsere Schwierigkeiten und Probleme direkt zu Gott bringen. Ich lade dich ein, heute die anstrengenden Menschen und Probleme vor Gott auszubreiten und sie ihm zu bringen. Sorge dich nicht verzweifelt in der Einsamkeit, sondern bete!

Wenn wir das Gebet von Hiskia etwas genauer unter die Lupe nehmen, dann fällt auf, dass Hiskia keineswegs naiv war. In Vers 17 sehen wir, dass er sich sehr bewusst war, dass die Assyrer eine tatsächliche Bedrohung sind. Wenn wir Schwierigkeiten oder Probleme haben, dann geht es nicht darum, diese möglichst klein zu machen. Wir müssen die Dinge nicht verharmlosen. Beim Gebet geht es nicht darum, uns einzureden, dass keine Schwierigkeiten vorhanden sind, sondern darum, die Probleme Gott anzuvertrauen. Hiskia ist nicht naiv und trotzdem vertraut er, dass Gott ihm helfen kann. Im Vers 19 fleht er Gott an zu helfen. Wir finden also beides hier: Ein realistischer Blick auf die Situation und grosses Vertrauen Gottes Möglichkeiten.

Was sind die Auswirkungen des Gebets? In Vers 15 können wir sehen, dass sich Hiskia wieder daran erinnert, wer wirklich der Herr über alles ist. Es ist sein Gott, der Schöpfer

von Himmel und Erde. Nicht der assyrische König thront über allen Königen, sondern Gott allein. Wenn wir beten, statt uns sorgen zu machen, dann wird sich auch unser Fokus wieder wenden. Es sind nicht die Schwierigkeiten, die Probleme oder das Böse, die das Sagen haben in diese Welt, sondern Jesus ist der Sieger. Er ist der Herr, dem alle Macht gehört im Himmel und auf der Erde. Aus dieser Erkenntnis heraus, kann Hiskia Grosses erwarten von Gott. Und tatsächlich greift Gott später wunderbar ein, vertreibt die gegnerischen Truppen und rettet so Jerusalem. Auch wir dürfen Grosses erwarten von Gott. Gebet hilft uns den Herr dieser Welt wieder in den Blick zu bekommen und nicht die Schwierigkeiten.

Im neuen Testament werden wir aufgefordert genau das zu tun, was Hiskia tat: **Macht euch um nichts Sorgen! Wendet euch vielmehr in jeder Lage mit Bitten und Flehen und voll Dankbarkeit an Gott und bringt eure Anliegen vor ihn. (Phil 4,6 NGÜ)** Hier haben wir es nochmals: Wir sollen nicht in Sorgen und Aktivitäten verfallen, sondern Gott in jeder Situation unverblümt unsere Probleme und Schwierigkeiten aufzählen und erwarten, dass Gott Grosses tun kann.

Petrus doppelt noch nach in seinem Brief: **Überlasst all eure Sorgen Gott, denn er sorgt sich um alles, was euch betrifft! (1.Petrus 5,7)** Petrus wendet den Fokus beim Sorgen auf Gott, genauso wie Hiskia es tat. Wenn wir darauf vertrauen, dass Gott uns liebt und sich um uns kümmert, dann können wir ihm auch unsere Sorgen und Schwierigkeiten vertrauensvoll anbefehlen. Aber dieser Schritt ist nicht ganz einfach. Im Vers vorher schreibt Petrus: **Deshalb beugt euch demütig unter die Hand Gottes, dann wird er euch ehren, wenn die Zeit dafür gekommen ist (Vers 6).** Vers 6 und 7 sind im Original mit dem Wörtchen „indem“ verbunden. Das heisst, dass es ein Zeichen von Demut ist, wenn wir uns nicht sorgen. Wir stellen uns damit unter Gott, nehmen uns weniger wichtig und Gott dafür um so mehr. Sich nicht zu sorgen, sondern zu beten, ist nicht naiv oder weltfremd, sondern ein Zeichen der Demut, der Liebe und des Vertrauens gegenüber Gott.

§ **Nicht erschrecken, sondern durchhalten**

Aber ich glaube beim Thema Umgang mit Schwierigkeiten und Sorgen geht es noch um mehr. Ich beobachte bei mir selber und bei anderen Christen immer wieder, dass wir massiv ins Grübeln kommen, wenn Schwierigkeiten oder Probleme auftauchen. Wir stellen schnell mehr oder weniger offen die Frage, warum Gott gewisse Dinge zugelassen hat? Und zwar bereits bei relativen Kleinigkeiten. Warum hat es Gott zugelassen, dass ich meinen Job verloren habe? Oder die Wohnung nicht bekommen habe? Es scheint, wie wenn wir tief in unserem Inneren die Überzeugung hätten, dass ein Leben als Christ bedeutet, dass es keine Schwierigkeiten gibt oder dass wir das Anrecht auf ein reibungsloses Leben hätten. Auch in der Gemeinde verfallen wir oft in diesen Modus. Wenn Schwierigkeiten kommen, wie zum Beispiel zu wenige Mitarbeiter oder knappe finanzielle Mittel, stellen wir sofort die Frage, ob wir noch alles richtig machen. Müssen wir mit etwas aufhören? Wir tun manchmal so, wie wenn Gegenwind automatisch bedeutet, dass wir auf dem falschen Weg sind. Hindernisse können durchaus bedeuten, dass wir mal falsch liegen, aber längst nicht immer!

Hören wir uns an, was Petrus zu diesem Thema sagt: **Meine lieben Freunde, erschreckt nicht über die schmerzhaften Prüfungen, die ihr jetzt durchmacht, als wären sie etwas Ungewöhnliches. (1. Petrus 4,12)** Wir sollen nicht erschrecken, wenn wir mit Schwierigkeiten und Problemen konfrontiert werden. Wir sollen nicht erschrecken, wenn Gegenwind aufkommt oder sich Hindernissen uns in den Weg stellen. Das ist normal! Das ist der Normalmodus in dieser gefallenen Welt. Wir sollen nicht erschrecken, das Leben in dieser Welt als Christ ist ein Kampf. Es ist kein Zufall, dass Petrus direkt nach dem Vers übers Sorgen sagt: **Seid besonnen und wachsam und jederzeit auf einen Angriff durch den Teufel, euren Feind, gefasst! Wie ein brüllender Löwe streift er umher und sucht nach einem Opfer, das er verschlingen kann. (1. Petrus 5,12)** Wir dürfen nicht vergessen, dass wir einen Gegenspieler haben, der keine Freude hat, wenn wir für Jesus und das Gute in dieser Welt leben. Vergesst nicht, unsere Gedankenwelt ist ein Schlachtfeld. In der Bibel heisst es, dass der Teufel ein Lügner und der Vater der Lüge ist. Er will uns Dinge einreden, die schlicht gelogen sind. Zum Beispiel über andere Menschen. Wenn wir böse Gedanken haben über andere, sind das nicht einfach unsere Gedanken, sondern sie werden uns eingeflüstert. Eine der grössten Lügen, die der Teufel uns einredet ist folgende: Schwierigkeiten zeigen, dass Gott es nicht gut meint mir dir. Aber das stimmt nicht. Es ist nicht Gott der dich verletzt oder dir den Job kündigt oder dir auf die Nerven geht.

Aber was hilft uns das jetzt im Umgang mit Schwierigkeiten? Gott ist nicht verantwortlich für die Schwierigkeiten und Probleme, in denen du steckst, aber er kann etwas Gutes daraus machen. Wir brauchen einen Perspektivenwechsel im Umgang mit Schwierigkeiten und anstrengenden Menschen. Im Jakobusbrief lesen wir davon: **Seht es als einen ganz besonderen Grund zur Freude an, meine Geschwister, wenn ihr Prüfungen verschiedenster Art durchmachen müsst. 3 Ihr wisst doch: Wenn euer Glaube erprobt wird und sich bewährt, bringt das Standhaftigkeit hervor. 4 Und durch die Standhaftigkeit soll das Gute, das in eurem Leben begonnen hat, zur Vollendung kommen. Dann werdet ihr vollkommen und makellos sein, und es wird euch an nichts mehr fehlen (Jakobus 1,2-4).** Das Wort, das hier mit Standhaftigkeit übersetzt wird, bedeutet auch Geduld oder Ausdauer oder Ausharren. Im Griechischen heisst es *hypomonä*, was wörtlich „das Darunterbleiben“ bedeutet. Das ruft das Bild einer Last hervor, die jemand trägt. Schwierigkeiten und Probleme zeigen, ob wir „darunterbleiben“, ob wir Geduld haben oder immer gleich wieder aus einer schwierigen Situation hinauswollen. Aber was bringt uns diese Geduld nun? Im nächsten Vers lesen wir davon. Durch das „Darunterbleiben“ wird das Gute in unserem Leben zur Vollendung kommen. Wir werden zu dem Menschen, den Gott sich vorgestellt hat. Wer auch in schwierigen Situationen durchhält, kann von echter und begründeter Hoffnung sprechen. Wir finden hier also eine Verheissung: Schwierigkeiten sind nicht einfach schlecht, sondern Möglichkeiten uns zu bewähren und stärker zu werden in unserem Glauben. Wenn Schwierigkeiten kommen, dürfen wir nicht erschrecken, sondern sollen sie aushalten.

Dazu noch eine kleine Illustration: Was kommt heraus, wenn man eine Orange auspresst? Klar, normalerweise müsste Orangensaft herauskommen. Der Saft kommt erst heraus, wenn die Orange unter Druck gesetzt wird. Im übertragenen Sinn stellt sich

uns die Frage: Was kommt aus unserem Leben heraus, wenn wir unter Druck geraten? Wenn der Heilige Geist in uns lebt und die Früchte des Geistes Dinge wie Liebe und Frieden und Geduld und Freundlichkeit sind, dann sollten diese Dinge herauskommen, wenn wir unter Druck kommen. Ist das so? Reagierst du mit Liebe und Freundlichkeit in schwierigen Situationen? Das wäre das Ziel. Aber wie bei der Orange kommen diese Dinge erst heraus, wenn Druck da ist. Wir dürfen Schwierigkeiten als Möglichkeiten sehen, in denen wir üben können, damit mit der Zeit immer mehr Liebe und Frieden und Geduld aus uns herauskommt, wenn wir in Schwierigkeiten und Problemen stecken.

§ Schluss

Heute ist Pfingsten, der Tag an dem wir uns erinnern, dass Gott eben diesen Heiligen Geist geschickt hat, der in uns wohnen möchte. Dieser Heilige Geist ist es auch, der uns schlussendlich genau in den Schwierigkeiten und Problemen unseres Lebens helfen möchte. Er hilft uns zu beten und die Sorgen Gott abzugeben und er bewirkt in uns die guten Eigenschaften, die inmitten von Herausforderungen entstehen.

Wenn du heute hier bist und in grossen Schwierigkeiten steckst, dann möchte ich dir sagen, dass Gott dich keineswegs straft, sondern dass er im Gegenteil mitten in den schwierigen Umständen daran ist, dich zu formen. Er ist daran, dich zu veredeln, trotz der schlechten Situation. Also erschrecke nicht und Sorge dich nicht, sondern bete und halte durch bis zum Ende.