

# Inhaltsverzeichnis

Tag 1	Das Gesamtbild	11
Tag 2	Gottes Eigentum	17
Tag 3	Das unerschütterliche Reich	21
Tag 4	Der gute Hirte	25
Tag 5	Schaut, was Gott uns geschenkt hat!	29
Tag 6	Gott ist mit mir noch nicht fertig!	33
Tag 7	Berechtigte Sorgen	39
Tag 8	Die Talfahrt stoppen (Was wirklich hält)	45
Tag 9	Kleinglaube	51
Tag 10	Die Wahrheit über die Sorgen	57
Tag 11	Vorweggenommene Panik	61
Tag 12	Dem Frieden nachjagen	67
Tag 13	Der Segen der Medizin	73
Tag 14	Achtung: Freilaufender Löwe!	79
Tag 15	Vertrauenstest	85

Tag 16	Wer hat die Fäden in der Hand?	91
Tag 17	Der Angstfaktor	97
Tag 18	Die Wiederentdeckung unserer Einzigartigkeit	103
Tag 19	Ich denke, also bin ich	109
Tag 20	Die Welt von morgen	115
Tag 21	Angst im Morgengrauen	121
Tag 22	Der Weg zum Frieden	127
Tag 23	„Überlass das mal mir“	133
Tag 24	Sich Gott unterordnen	137
Tag 25	Das eigene Denken hinterfragen	143
Tag 26	Leben mit Ungewissheit	149
Tag 27	In anderen Bahnen denken	155
Tag 28	Der Blick auf das Ewige	159
Tag 29	Die Kraft von Gottes Plan	165
Tag 30	Weitermachen, wenn es hart auf hart kommt	171
Tag 31	Auf in den Kampf!	177

# TAG 1

## Das Gesamtbild

*Denn in Christus hat er uns schon vor der Erschaffung der Welt erwählt mit dem Ziel, dass wir ein geheiligtes und untadeliges Leben führen, ein Leben in seiner Gegenwart und erfüllt von seiner Liebe. Von allem Anfang an hat er uns dazu bestimmt, durch Jesus Christus seine Söhne und Töchter zu werden. Das war sein Plan; so hatte er es beschlossen. Und das alles soll zum Ruhm seiner wunderbaren Gnade beitragen, die er uns durch seinen geliebten 'Sohn' erwiesen hat.*

(Eph 1,4-6; NGÜ)

## Ein getrübter Blick

Ich starrte das Bild an, bis es mir vor den Augen verschwamm. Doch das Gemälde, das da in einer renommierten Londoner Galerie hing, sah aus wie eine gestaltlose Masse von Pinselstrichen in verschiedenen Blautönen. „Es ist zwecklos“, sagte ich zu meinem gebildeten Freund, „da erkennt man ja gar nichts“. Er legte mir nur sachte die Hand auf die Schulter und zog mich ein paar Schritte rückwärts. „Schau jetzt noch mal hin“, sagte er etwas oberlehrerhaft. Seufzend rieb ich meine müden Augen und schaute widerwillig nochmals hin. Zu meiner Überraschung fügte sich nun das, was zunächst wie eine Ansammlung von feinen Pinselstrichen in hübschen Farben ausgesehen hatte, zu einem schönen Bild zusammen. Ich hatte einfach zu dicht davor gestanden, um zu verstehen, was der Künstler da gemacht hatte.

Sorgen haben etwas an sich, das uns so sehr auf ein Problem fixiert und nach möglichen Lösungen suchen lässt, dass wir an gar nichts anderes mehr denken können. Den ersten Sieg darüber errang ich, indem ich ein paar Schritte zurücktrat und über Gottes allumfassenden Plan nachdachte. Ich begann, das Gesamtbild zu sehen und zu begreifen, was sich in diesem Kontext gerade in meinem Leben abspielte.

---

## Die Dinge aus der Distanz betrachten

Paulus schrieb an eine Gruppe von Christen, die an einem sehr schwierigen Ort wohnten. Ephesus war eine heidnische Stadt, die den Tempel der Diana beherbergte. Sie erlebten tagtäglich Widerstand und Kämpfe. Paulus beginnt seinen Brief damit, dass er ihnen sachte die Hand auf die Schulter legt, damit sie ein paar Schritte zurück treten und das Gesamtbild sehen können – und was für ein Meisterwerk ist es! Paulus Brief quillt über vor großartigen Aussagen über Gott, Aussagen, die uns helfen, in unserem Kampf gegen die Sorgen den ersten Schuss abzufeuern. Alles, was Gott tut, ist durch Liebe gewirkt, die von Ewigkeit zu Ewigkeit reicht. Paulus spricht hier davon, dass Gott uns vor Grundlegung der Welt „auserwählt“ und „vorherbestimmt“ hat. Und er verfolgt damit ein bestimmtes Ziel: „... damit wir heilig und tadellos vor ihm seien ...“ Dies ist durch Jesu Tod und Auferstehung möglich geworden. Wenn wir auf Christus vertrauen, macht Gott uns vor ihm gerecht und heiligt uns der Heilige Geist (d.h. er sondert uns ab), damit wir Jesus ähnlicher werden. Und eines Tages werden wir Gott von Angesicht zu Angesicht begegnen und im Himmel willkommen geheißen werden.

## **Auf in den Kampf!**

Nehmen Sie den Kampf gegen die Sorgen auf, indem Sie über diese wunderbaren biblischen Aussagen nachdenken: Gott hat uns schon vor der Erschaffung der Welt erwählt und eines Tages wird er uns in seine Gegenwart einladen. In der Zwischenzeit wirkt der Heilige Geist in uns, um uns Jesus ähnlicher zu machen. Wie werden die Dinge, über die wir uns heute Sorgen machen, aussehen, wenn wir in den Himmel kommen?

---

## Zum Nachdenken

- › Denken Sie darüber nach, wie anders die Probleme von heute im Licht von Gottes ewigem Plan erscheinen.

## Gebet

*Gepriesen sei Gott, der Vater unseres Herrn Jesus Christus! Gepriesen sei er für die Fülle des geistlichen Segens, an der wir in der himmlischen Welt durch Christus Anteil bekommen haben.*

(Eph 1,3; NGÜ)

Liebender Gott, ich lobe dich dafür, dass du mich schon geliebt hast, bevor die Welt erschaffen wurde, und dass du mich auch bis in alle Ewigkeit lieben wirst. Das ist so wunderbar, dass ich es kaum in Ansätzen erfassen kann. Danke, dass du mich heilig und tadellos vor dir machen möchtest und dass du das durch Jesus möglich gemacht hast. Manchmal werde ich von den Problemen des Alltags so sehr überwältigt, dass ich das vergesse. Bitte hilf mir, auf Distanz zu gehen und das große Gesamtwerk zu betrachten, das du in Christus tust. Wenn meine Gedanken sich den Sorgen zuwenden, dann möge der Heilige Geist mir helfen, meine Gedanken von Neuem

Frei von Sorgen

---

auf deinen großen Plan auszurichten und dir die  
Nöte des heutigen Tages anzuvertrauen.