

Werfen üben – Wort der Zuversicht 10. September 2021

Trainieren! Übung macht den Meister! Wie wichtig und lohnend das ist, haben uns gerade noch die Athleten und Athletinnen der Olympischen Spiele in Tokio gezeigt. Und für mich noch beeindruckender die Teilnehmenden der Paralympics. Was für überragende Leistungen da erzielt werden, beim Laufen, Springen und Werfen! Da zahlt sich das Training aus, wenn strahlend eine Medaille entgegen genommen werden kann.

Als ich einen Blick in den Wochenspruch für die kommende Woche werfe, werde ich auf eine – ich nenne sie mal geistliche Disziplin hingewiesen, in der ich mich tagtäglich üben kann. Und das auch tun sollte!

Alle eure Sorge werft auf ihn, denn er sorgt für euch. 1. Petrus 5,7

„Guten Morgen, liebe Sorgen, seid ihr auch schon alle da...?“ – Sorgen gehört zu unserem Leben dazu. Wir tragen Sorge für uns anvertrautes Leben. Kinder und alte und kranke Menschen müssen umsorgt werden, Haustiere versorgt, der Garten gepflegt werden, bei der Arbeit muss es gut laufen und so weiter und so fort. Für all das, was wir lieben und wichtig ist, tragen wir Verantwortung.

Aber was ist, wenn die Sorge einem die Kraft raubt? Wenn man an nichts anderes mehr denken kann und man in der Gedankenspirale des Sorgens gefangen ist?

In der Bibel empfiehlt uns Petrus das geistliche Training im Sorgen weg- oder abwerfen. Nicht möglichst weit weg, sondern gezielt und konkret auf Gott darf ich sie werfen und bei ihm abladen. Alles, was mir Sorgen macht, darf ich der persönlichen Fürsorge Gottes anvertrauen.

Wie lerne ich denn nun das richtige Werfen?

Am Anfang steht eine Grundentscheidung, nämlich die Gott die Sorge für mein Leben zutrauen. Gott kennt mein ganzes Leben, er hat mich geschaffen. Er kennt meine guten Seiten und auch die schlechten. Meine Schuld ist durch Jesus vergeben, ich darf jeden Tag neu anfangen. Das nimmt schon mal viele Gründe weg, sich Sorgen zu machen! Ich muss mir nicht über tausend Sachen den Kopf zu zerbrechen, sondern darf mich der guten Fürsorge Gottes anvertrauen.

Wie wertvoll ist es, sich mit manchen Sorgen Menschen anzuvertrauen. Zu wissen, ich muss das nicht allein tragen.

Und wie wohltuend ist es erst, Gott die Sorgen im Gebet hinzuwerfen und bei ihm abzuladen. Gott will uns das Leben leichter machen. Das, was mich belastet, kann getrost ich ihm überlassen. Gott weiß, was ich brauche und was mir gut tut. Das erleichtert ungemein und kann mich gelassen machen.

Bei der Medaillenvergabe bei den olympischen Spielen gibt es strahlende Gesichter – wenn ich Gott meine Sorgen hinwerfe, darf ich strahlen vor Erleichterung, Freude und Zuversicht. Bei Gott, dem Herrn der Welt, ist das alles gut aufgehoben. Das ist ein „Preis“, den ich gerne annehme, dafür lohnt es sich jeden Tag zu üben!

Sorgen abwerfen üben – üben Sie doch mit!

Bärbel Albers