



# SORGENFREI UND FEDERLEICHT

-IMPULSTAG FRÜHJAHR 2021-  
20.März

Sorgenfrei und Federleicht  
-mit Gottes Hilfe Angst und Sorgen besiegen-

***„Wo der Glaube beginnt, da hört die Sorge auf und wo die Sorge beginnt, da hört der Glaube auf.“***

*Georg Müller*

Sorge – Ein bedrückendes Gefühl der Unruhe und Angst

Sorgen- Eine subjektiv erwartete Not, (Bedürfnis, Gefahr)  
Wird gedanklich vorweggenommen und wirkt sich im  
Fühlen, Denken und Handeln des Besorgten oder  
Sorgenden aus.

Wann würdest du von einer SORGE sprechen?

---

---

---

---

Was sind Sorgen, die uns begegnen?

---

---

---

---

---

Schreib dir, wenn du magst, mal eine Sorge auf, die dich zur Zeit beschäftigt?

---

---

---

# SORGEN DREIECK



# SORGEN DREIECK



# SORGEN DREIECK





Bibeltext Matthäus 6,19-34  
 -Seid um nichts besorgt-

| Was sollen wir nicht tun   | Was sollen wir tun   |
|--|--|
| (V.19)   | (V20)  |
| (V.21)   | (V.21)<br>Überlegen, wo unser Herz steht..                   |
| (V22-23)   | (V.22-23)  |
| (V.24)<br>Unsere Augen „benedeln“, so das wir undeutlich sehen.... | (V24)  |
| (V.25)   | (V.25)   |
| (V.30)   | (V.30)<br>Groß von unserem Gott denken<br>-ER kann und wird- |
| (V.33)<br>Mit sich selbst beschäftigt sein<br>Z.B. mit Sorgen      | (V.33)   |
| (V.34)   | (V.34)   |

Unterstreiche, was dir auffällt:

## Psalm 13

Bis wann, HERR?

Willst du für immer mich vergessen?

Bis wann, willst du dein Angesicht vor mir verbergen?

Bis wann soll ich Sorgen hegen in meiner Seele, Kummer in  
Meinem Herzen bei Tage?

Bis wann soll sich mein Feind über mich erheben?

Schau her, antworte mir, HERR, mein Gott!

Mach hell meine Augen, dass ich nicht zum Tod entschlafe!

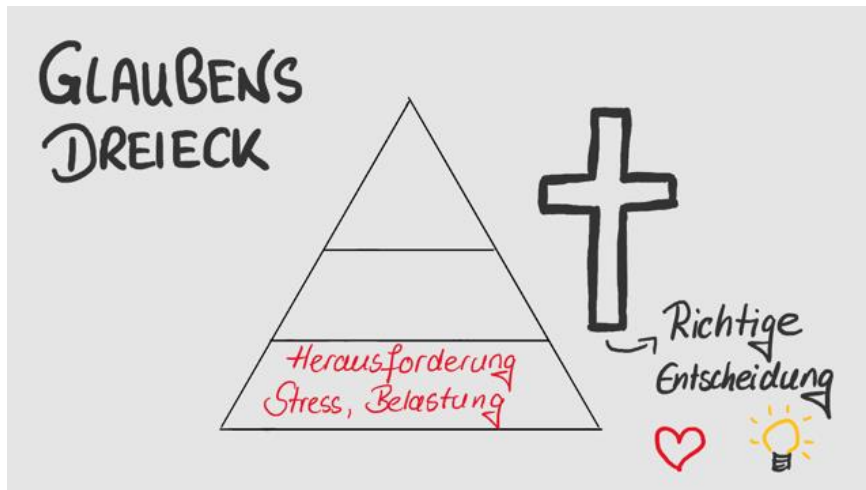
Das mein Feind nicht sage:

„Ich habe ihn überwältigt!“ meine Bedränger nicht jauchzen,  
Wenn ich wanke.

Ich aber, ich habe auf deine Gnade vertraut; mein Herz soll  
Jauchzen über deine Rettung.

Ich will dem HERRN singen, dass er mir Gutes erwiesen hat.

# Wie können wir Sorgen und Angst besiegen?



Sorge besiegen, durch Veränderung meines Fokus/Blickrichtung  
(Hebräer 12,1-2)

---

---

---

---

---

Sorge besiegen, durch Loben ( Psalm 92,2-3)

---

---

---

---

---

Sorge besiegen, mit Hilfe anderer -Gott hat uns in Gemeinschaft gestellt (Galater 6,1-2)

---

---

---

---

---

Philipper 4, 4-7:

Freut euch im Herrn allezeit!

Wiederum will ich euch sagen: Freut euch!

Eure Milde soll allen Menschen bekannt werden; der Herr ist nahe.

Seid um nichts besorgt, sondern in allem sollen durch Gebet und

Flehen mit Danksagung eure Anliegen vor Gott kundwerden;

Und der Friede Gottes, der allen Verstand übersteigt, wird eure

Herzen und Gedanken bewahren in Christus Jesus.



# GLAUBENS DREIECK



Sorge besiegen, durch Gebet (Philipper 4,6)

---

---

---

---

---

---

# GLAUBENS DREIECK



Sorge besiegen, durch den Frieden Gottes (Philipper 4,7)

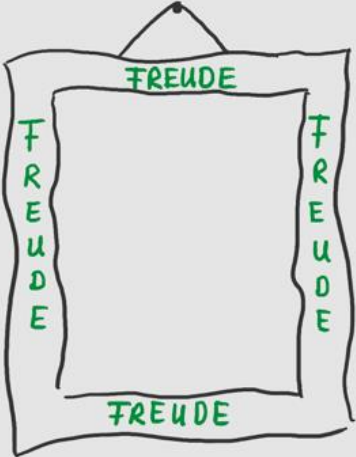
---

---

---

---


---



FREUDE  
FREUDE  
FREUDE  
FREUDE

Freude im HERRN  
Freude im Glauben

"Freuet euch im  
Herrn allezeit"



FREUDE  
GEBET  
FREUDE  
DANKSAGUNG  
FREUDE  
FLEHEN  
BITTEN  
FREUDE

Gebet

- Flehen - Danksagung
- Bitten

"Seid um nichts besorgt,  
sondern in allem sollen  
durch Gebet und Flehen  
mit Danksagung eure  
Anliegen vor Gott  
kundwerden"



## Philipper 4, 8-9

Übrigens, Brüder, alles, was wahr, alles, was ehrbar, alles, was Rein, alles, was liebenswert, alles, was wohllautendes ist, wenn es irgendeine Tugend und wenn es irgendein Lob gibt, das erwägt! Was ihr auch gelernt und empfangen und gehört und an mir gesehen habt, das tut! Und der Gott des Friedens wird mit euch sein.

Sorge besiegen, durch Austausch schlechter (z.B.Sorgen) mit guten(z.B.Gottvertrauen)Gewohnheiten (Phil.4,8)

---

---

---

---

---

---

---

## Vertiefungsfragen:

Wie könntest du deine Sorge, die du am Anfang aufgeschrieben hast, mit Gottes Hilfe und dem was ER dir heute deutlich gemacht hat, besiegen?

---

---

---

---

Was ist dir aus den Bibelstellen, die wir gelesen haben, besonders wichtig geworden?

---

---

---

---

Wie beeinflusst die Angst und die Sorge um Morgen dein Heute?

---

---

---

---

Gibt es Bereiche, in denen du dein Herz und deine Gedanken von Gott verändern lassen musst?

---

---

---

---

Wie würde sich Gemeinschaft und Gebet mit anderen Christen auf deine Sorgen auswirken?

---

---

---

---

Kannst du Situationen benennen, in denen du Gottes Frieden erleben konntest , über Dinge um die du dir Sorgen gemacht hast?

---

---

---

---

Wie kann ich anderen eine Mutmacherin werden, ihre Sorgen Gott abzugeben und IHM zu vertrauen?

---

---

---

---

**SEI UM NICHTS BESORGT – GOTT SORGT FÜR DICH!**

---