

Mir Sorgen machen ist nicht alternativlos



Bild: <https://www.ptaheute.de/aktuelles/2022/03/04/was-tun-bei-sorgen-und-aengsten>

1

Des Sorgen Machens ist kein Ende ...

Zu wissen, dass sich Sorgen machen nichts bringt,
bringt nichts ...

Es gibt nichts, worüber man sich keine Sorgen machen könnte,
aber vieles, worüber man sich keine Sorgen machen müsste ...

Sorgen sind nicht die Wahrheit,
aber die Realität meiner Wahrnehmung

Bild:

2

Gott sorgt für mich, weil ich wertvoll bin

- ❖ Leben ist mehr, auch meines
- ❖ Ich bin wertvoller als Vögel
- ❖ Ich bin wertvoller als eine Blume
- ❖ Mein Vater weiss, was ich brauche
- ❖ Mein Vater will nicht noch mehr Lasten auflegen

Bild:

3

Mich weder treiben lassen noch frontal angehen



Bild: <https://onlinekurs.hochamwind.ch/lektion/sinnvoll-aufkreuzen/> <https://www.basel.com/de/freizeit-ausfluege/freinschwimmen>

4



5

Zum Weiterdenken:

- ❖ Sehe ich mich eher als «sorgenvollen» oder «sorglosen» Typ?
- ❖ Woran mache ich das fest?
- ❖ Worüber mache ich mir oft Sorgen?
- ❖ Meine aktuelle Strategie im Umgang mit «besorgt Sein»?
- ❖ Was löst das aus, in Gottes Augen wertvoll zu sein?
- ❖ Woran möchte ich im Umgang mit «Sorgen» arbeiten?
- ❖ Mein konkreter Schritt?

Bibelstellen: Ps 23; Lk 12,22ff; Phil 4,6; 1.Petr 5,7



6