

GIB NICHT AUF, WENN DAS LEBEN DICH NACH UNTEN ZIEHT

Auf den Punkt ●

Manchmal zieht uns das Leben so tief nach unten, dass selbst einfache Aufgaben unüberwindbar erscheinen. Dunkelheit, Erschöpfung und Ängste lähmen uns – sichtbar wie unsichtbar. Viele Christen tragen dazu falsche Gottesbilder in sich: die Angst vor Strafe statt Vertrauen in seine Güte. In Krisenzeiten erleben wir oft eine Abwärtsspirale: kleine Rückschläge summieren sich, Isolation verstärkt den inneren Absturz. Elia, einer der größten Propheten, erlitt nach einem spektakulären Sieg einen Zusammenbruch.

Statt zu beten, floh er. Statt Gemeinschaft zu suchen, isolierte er sich. Statt Hoffnung zu fassen, verfiel er ins Selbstmitleid. Gottes Antwort darauf war sanft: Er sandte Engel, schenkte Nahrung, Schlaf und stellte Elia die klärende Frage: „Was tust du hier?“ Genesung beginnt oft mit grundlegender Fürsorge für Körper und Seele. Gott begegnet uns nicht immer im spektakulären Sturm, sondern im leisen Säuseln. Schritt für Schritt lernen wir, neue Hoffnung zu schöpfen, Grenzen zu respektieren und den Blick auf Gottes Größe zu richten.

Gerade in Zeiten tiefster Dunkelheit entwickelt sich geistliche Reife. Gott malt unsere Lebensbilder nicht nur in hellen Farben – auch die Schatten gehören dazu.

Und: Krisen sind nicht das Ende. Gott kann durch unsere Schwächen hindurch wirken und uns neu aufrichten – oft mit dem Auftrag, anderen zu helfen, die ähnliche Täler durchschreiten.



Hast du eine Frage? Hier 



Die wichtigsten Punkte aus der Predigt

1. Leben kann uns emotional und körperlich lähmen.
2. Falsche Gottesbilder verstärken Leid und Angst.
3. Abwärtsspiralen entstehen oft schleichend und unbemerkt.
4. Isolation und Selbstmitleid sind Gift für die Seele.
5. Elia zeigt: Auch geistliche Helden können zusammenbrechen.
6. Gottes Antwort ist sanfte Fürsorge, keine Verurteilung.
7. Heilung beginnt mit körperlicher und seelischer Erholung.
8. Gottes Stimme wird im Säuseln, nicht im Sturm hörbar.
9. Blickwechsel: Anderen dienen hilft gegen die eigene Hoffnungslosigkeit.
10. Gott nutzt dunkle Zeiten, um unser Herz zu formen und neu auszurichten.

Praktische Schritte aus der Predigt

1. Achte bewusst auf körperliche Warnsignale wie Schlafstörungen oder Erschöpfung und gönne dir rechtzeitig Pausen.
2. Sprich offen über deine Erschöpfung – mit Gott und vertrauten Menschen – statt dich zu isolieren.
3. Suche täglich bewusst Gottes Nähe durch Bibellesen, ehrliches Gebet und stille Momente.
4. Engagiere dich aktiv für andere, auch wenn du dich schwach fühlst – kleine Dienste öffnen oft neue Perspektiven.
5. Erkenne deine Grenzen an und lerne, mutig Nein zu sagen, um Erschöpfung vorzubeugen.

Erneuere dein Denken mit dem Bibelvers der Woche

Er gibt dem Müden Kraft, und dem Ohnmächtigen reicht er Stärke dar.

Jesaja 40,29