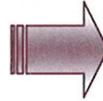


Liebe
Geschwister
und Freunde!



Hebräer 12,2

„Hinschauend
auf Jesus“

Seelische Tiefs – auch Christen sind davon nicht ausgenommen. Vielleicht siehst Du momentan alles grau in grau, bist niedergedrückt und kannst Dich nicht mehr richtig freuen. Die Gedanken kreisen immer um die gleichen Probleme.

Wahrscheinlich wunderst Du Dich manchmal, dass andere mit ihren Schwierigkeiten recht gut klarkommen, während für Dich eine Welt zusammenbricht, z.B. durch die belastende Diagnose des Arztes, die Beschwerden des Älterwerdens und die Sorge um den Arbeitsplatz. Dann die oft zermürenden zwischenmenschlichen Probleme: Du fühlst Dich ungerecht behandelt ...

Da kann es sein, dass Du auch als Christ alles nur noch negativ siehst.

Wie komme ich da raus? Wie kann ich meine seelischen Tiefs überwinden?

Fest steht: **Es gibt Hilfe!** Bei der Überwindung der bedrückenden Verstimmungen können uns zwei Überlegungen weiterhelfen: Es ist zum einen, den Blick auf unseren Herrn Jesus Christus zu richten und zum anderen, das Beschäftigen mit guten, ermutigenden Gedanken. 

Wenn wir, wie unser heutiges Bibelwort auffordert: „**Hinschauen auf Jesus, den Anfänger und Vollender des Glaubens**“, so öffnen wir Sein Wort und betrachten unseren geliebten Herrn und Heiland. Unweigerlich werden wir mit guten Gedanken aufgebaut. – Sich durch „positives Denken“ (losgelöst von Gott) zu beeinflussen, wie es heute viele Esoteriker empfehlen, ist natürlich sinnlos.

⇒⇒ Hinschauen auf Jesus gibt Zuversicht und Hoffnung!

Bedenken wir, wie lange schon Gläubige vergangener Zeiten das *Hinschauen auf den Herrn Jesus* praktizierten: Die Judenchristen in und um Jerusalem, von denen im Brief an die Hebräer die Rede ist, waren in großer Bedrängnis. Sie hatten viel „Kampf der Leiden“ zu erdulden, wurden um ihres Glaubens willen angefeindet und ihres Besitzes beraubt. Den Widerspruch ihrer Landsleute zu erleben, bedrückte sie. Sie waren drauf und dran im Glaubensleben zu ermüden und in ihren Seelen zu ermatten (Hebräer 10,32ff.; 12,3).

Aber – durch das Hinschauen auf Jesus bekamen sie Zuversicht und Hoffnung.

Dass unsere *Blickrichtung* so wichtig ist, können wir uns an einem Beispiel verdeutlichen: Zwei Menschen im Gefängnis schauen durch dasselbe Gitter. Sie reagieren ganz verschieden. Der eine schaut durch das Gitter und reagiert mit Trauer und Verzweiflung. Der andere sieht die Sonne, verspürt die Wärme und freut sich darüber. –

Sind wir nicht oft geneigt, nur das Negative und die Schwierigkeiten zu sehen?

Aber dann müssen wir uns nicht wundern, wenn wir niedergeschlagen und mutlos sind!

↷ Schauen wir doch wieder **auf Jesus allein**, d.h. ⇐⇐ **wegschauend von allem anderen** ⇒⇒ **hinschauend auf JESUS.**

ER hat zugesagt, dass ER Dich, so wie Du bist, liebt (Johannes 13,1; Jesaja 43,4) – bei IHM darfst Du Dich verstanden und geborgen wissen ...

Marc Aurel (121-180), römischer Kaiser und Philosoph, hat schon grundsätzlich gesagt: „*Der Mensch ist das, wozu ihn seine Gedanken machen.*“ Wir Christen wissen um die enge Verknüpfung zwischen Geist, Seele und Leib. Welche Gefühle wir haben, hängt deshalb wesentlich von der Art unserer Gedanken ab. Darum ist es außerordentlich wichtig, wie wir eine Situation bewerten, wie wir darüber denken. Das wird **unsere Gefühle** und auch **unser Tun** beeinflussen.

Wenn Dir eine Sorgenlast zu schaffen macht, dann denke daran:

Die Not trifft mich nur, weil mein Vater im Himmel es für gut befunden hat. ER hat mich lieb. ER hat das Beste für mich im Auge. ER hat mir ja verheißen, dass „alle Dinge zum Guten mitwirken sollen“.

Ich spreche jede Sorge vor IHM aus. Dass ER lebt bedeutet ja, dass ER mich hört und eine Antwort geben kann. Auch wenn Paulus, der Apostel, manchmal keinen Ausweg sah, so war sein Denken doch voll Zuversicht. Er wusste: **Mein Gott kennt keine ausweglosen Situationen** (2.Korinther 4,8). Wenn er in Verlegenheit war, verzweifelte er nicht.

Das Wort Gottes ruft uns zu: „*Wenn es irgendeine Tugend und wenn es irgendein Lob gibt, dies erwägt.*“ Erwägen bedeutet: Denkt darüber nach! Positiv denken heißt: Nachdenken über „*alles, was wahr, alles, was würdig, alles, was gerecht, alles, was rein, alles, was lieblich ist, alles, was wohlklingend ist ...*“ (Philipper 4,8).

Gott sagt: Ändert eure Gesinnung, ũ ändert eure Gedanken! Wenn ich meinen Verstand mit guten Gedanken und auch mit guten Vorstellungen nähre, reagiere ich automatisch mit einem guten Gefühl. Deshalb: Wer seine Gesinnung und seine Gedanken ändert, erlebt die entsprechend veränderten Gefühle und wird wieder brauchbar für Gott.

„**Was beugst du dich nieder, meine Seele, und was bist du unruhig in mir? Harre auf Gott, denn ich werde ihn noch preisen, der die Rettung meines Angesichts und mein Gott ist**“ (Psalm 42,12).

Gott preisen und IHM danken ist Medizin für die Seele, die der himmlische Arzt zur regelmäßigen Einnahme verordnet.

⇒ Im Danken liegt Sieg: 

„**Gott aber sei Dank, der uns den Sieg gibt durch unseren Herrn Jesus Christus!**“ (1.Korinther 15,57).

*Herzlich verbunden in dem allmächtigen Gott,
der unser liebender Vater ist, grüßen Euch Die Brüder*

© 2017/409-HKS18-15500-06/5-1

Kostenlose Verteilschriften zur Verbreitung des Evangeliums werden gern zugesandt. Verlangen Sie unser Musterpäckchen und Bestellschein. – Weitere Exemplare dieses kostenlosen Briefs und auch der vorhergehenden Nummern können angefordert werden. Wir werben für keine religiöse Gruppe oder christliche Gemeinschaft. Es werden keine Spenden verlangt oder angefordert.

Dein Brief

wird von verschiedenen Schreibern verfasst. Ihr Anliegen ist, dem Leserkreis Ermunterung und Erbauung für den christlichen Alltag anzubieten.

Neue Anschriften für unsere Zuschriften zur Ermunterung und Erbauung sind willkommen. Bitte nur echte Interessenten angeben. Der Versand erfolgt ca. 10 Mal im Jahr und ist kostenlos.

Verbreitung der Heiligen Schrift • D-35713 Eschenburg

