

Wohin mit dem Druck?

- **Predigttext:**

Epheser 2,10

In Jesus Christus sind wir Gottes Meisterstück. Er hat uns geschaffen, dass wir gute Werke tun, gute Taten, die er für uns vorbereitet hat, dass wir sie in seinem Namen tun.

- **Zusammenfassung:**

Wir leben in einer Welt in der Druck auf uns ausgeübt wird. Aus der Beziehung mit Gott heraus, können wir diesen Druck abwehren, lernen damit umzugehen, indem wir ihn an Gott abgeben oder an ihm wachsen.

- **Kernaussagen der Predigt:**

- Psychischer Druck kann in der Schule, dem Beruf, in Ehe und Familie, dem Freudeskreis und auch der Gottesbeziehung entstehen

- Dies kann zu gesundheitlichen Beeinträchtigungen führen, aber auch zu Rückzug aus Verantwortung, Verbiegen der eigenen Persönlichkeit und zu Konflikten

- Druck hat aber auch positive Aspekte: Als Erziehungsmittel, als Wettbewerbsdruck, als persönlicher Leistungsanreiz

- Gott möchte uns helfen, indem wir unsere Identität in Ihm entdecken, d.h. wer wir sind in Gott, was wir durch Gott haben, was wir durch Gott können und was wir für Gott tun sollen!: **Epheser 2,10:**

- 1. Du bist Gottes Meisterstück! Du bist wertvoll, in Liebe geschaffen!

- Du sollst nicht verbogen oder beschädigt werden!

- Du hast das Recht und die Pflicht Nein zu sagen, wenn dich Druck

- Es gilt ein gesundes Rückgrat in Gott zu entwickeln!

- Du kannst Gott um Weisheit und Kraft bitten!

- Macht unbeliebt, aber Gott passt auf sein Meisterstück auf!

- Ist ein Prozess und erfordert Glaube!

- 2. Du sollst nur Seine für dich vorbereiteten Taten tun!

- Evtl. Schul-oder Arbeitsplatzwechsel?!

- Überfordere dich nicht selbst, mach dir keinen Druck! Das führt zu Burn out!

- 3. In Gottes Werken Werken kannst du wachsen!

- 4. Du kannst den Druck an Ihn abgeben (Predigttitle)! **1. Petrus 5,7**

- Wir können Jesus als Vorbild nehmen, der unter enormem Druck stand und am Ende seines Lebens sagen konnte: „Ich habe Gottes Willen getan!“

- Die Bekehrung zu Jesus ist die Grundlage dafür, den Willen Gottes leben zu können!

- **Fragen für das Predigt-Praxis-Gespräch**

- In welchen Lebensbereichen liegt Druck auf dir und was bewirkt er?

- Machst du dir selber auch Druck?

- Wie gehst du mit dem Druck um?

- Welche Rolle spielt Gott deine Identität in Ihm dabei?

- Wir können wir darin wachsen Druck an Gott abzugeben?