**FamGo (online-audio-converter.com)**

**Transkribiert von** [**TurboScribe.ai**](https://turboscribe.ai/de/?ref=docx_export_upsell)**.** [**Upgrade auf Unbegrenzt**](https://turboscribe.ai/de/subscribed?ref=docx_export_upsell)**, um diese Nachricht zu entfernen.**

Wir haben Kinder! Schön, dass ihr da seid. Jetzt fangen wir noch mal von vorne an. Ja, weil jetzt müssen wir den Livestream auch noch mal neu starten.

Nein, ich freue mich sehr, dass ihr da seid. Ihr kommt genau richtig zu dem, was man Predigt nennt oder wo der Typ hier vorne ein bisschen länger redet. Also den spannendsten Teil für euch.

Nein, ich hoffe, es wird auch bei euch etwas spannend. Vielleicht ein paar Dinge habt ihr verpasst. Die Geschichte wurde schon gelesen, aber wir kriegen das bestimmt hin.

Es geht heute um David und Goliath und das ist Goliath der Riese. Und es geht um zwei Fragen. Die erste Frage ist, wie gehen wir mit Sorgenriesen in unserem Leben um, wenn wir im Leben vor etwas stehen, was sich wie ein Riese anfühlt.

Groß, mächtig, angsteinflößend. Und die zweite Frage ist, wie hilft der Glaube, wenn sich manchmal unser Leben so anfühlt, als hätten wir einfach einen Rucksack, in dem lauter schwere Dinge sind. Sorgen, Ballast, irgendwas, was uns eben schwer macht.

Und es sind zwei Fragen. Die Antworten sind ähnlich, aber nicht ganz identisch. Also wenn ihr sagt, das habe ich doch schon mal gehört, dann kann das passieren.

Die erste Frage, wie gehen wir mit Sorgenriesen um? Und da glaube ich, da können wir ganz viel von David lernen. Von dem, von dem wir eben gehört, vielleicht auch ein bisschen gesehen haben. Also von dem, der laut gesungen hat, heute ist voll mein Tag, nachdem er Goliath besiegt hat.

Das erste, was wir von David, finde ich, lernen können ist, er nimmt den Riesen ernst. Aber er lässt sich von ihm nicht einschüchtern. Also David rennt nicht weg.

Der hat nicht gesagt, oh ein Riese, ich mache Urlaub, ich wandere aus, ich gehe woanders hin. Er redet aber auch nicht schön. Der geht auch nicht zu Goliath und sagt, so groß ist er ja auch gar nicht.

Oder den, also er nimmt auch erst mal den Riesen ernst. Und viele Kinder hören das, glaube ich, immer wieder. Ich merke bei unserem Sohn Leo, dass mir das auch manchmal rausrutscht.

Dieser Satz ist doch nicht so schlimm. Und vielleicht kennt ihr das aber auch als Erwachsene, dass vielleicht manchmal Sorgen klein geredet oder weggeredet werden. Ist doch nicht so schlimm.

Man fällt hin und sagt, man ist doch nicht so schlimm, aber vielleicht tut es ja in dem Moment auch weh. Oder vielleicht gibt es etwas in eurem Leben, was andere gar nicht allzu schlimm empfinden oder sehen, aber ihr sagt, nee für mich ist das ein Goliath, für mich ist das eine richtig große Sorge. Goliath war riesengroß und furchteinflößend und David sagt dann nicht, ach ist doch nicht so schlimm.

Aber er rennt eben auch nicht weg, er lässt sich nicht einschüchtern. Und für mich steht das, wenn wir das jetzt auf uns beziehen, dafür, dass Glaube nicht bedeutet, dass wir Sorgen klein reden oder wegreden. Wenn wir Sorgen haben und von David lernen wollen, dann können wir von ihm lernen, ich stelle mich mutig vor diesen Sorgenriesen.

Ich schaue ihm quasi in die Augen. Die Angst war ganz sicher da bei David, aber er war sich auch sicher, Gott ist da, ich bin hier nicht allein, Gott steht an meiner Seite. Und deshalb hat er Mut.

Also das Erste, was wir von David lernen können, wir können mutig vor unsere Sorgenriesen treten, ohne sie klein oder wegzureden. Das Zweite, in der Geschichte heißt es, dass David eine Rüstung bekommt, aber die war irgendwie zu groß, die passte nicht. Also üblicherweise, wenn man gegen einen Riesen kämpfte, dann gab es ein Schwert und einen Helm und eine Rüstung und das war aber nicht Davids Art, gegen Riesen zu kämpfen.

Und ich glaube, das können auch wir von David lernen, nämlich, dass unser eigener Weg, mit unseren Sorgen umzugehen, genau der richtige sein kann. Vielleicht als Kinder, aber auch als Erwachsene bekommt man vielleicht manchmal gute Ratschläge, wie man das so allgemein macht oder wie das viele machen oder bei mir hat das ge... Ich glaube, dass es sich lohnt, nicht nur mutig vor einen Sorgenriesen zu treten, sondern auch für sich selber einzustehen und für die Art und Weise, die für euch die richtige ist, mit Sorgenriesen umzugehen. Also David kämpft auf seine Art und Weise, aber nicht so, wie andere es erwarten.

Er nimmt einen Stein und einen Schleuder und die Leute lachen wahrscheinlich über ihn und sagen, sag mal, das ist echt eine ganz doofe Idee, wenn du einen Riesen besiegen willst. Vielleicht geht es euch ja auch manchmal so, dass ihr vor Sorgenriesen steht und sagt, eigentlich würde ich gerne, aber irgendwie... Andere machen das nicht so oder andere sagen, das wäre nicht die richtige Art und Weise. Also wir können von David lernen, uns zu fragen, was sind unsere Steine, was sind eure Steinschleudern und ich will euch nicht dazu animieren, Leuten wehzutun oder Krieg zu führen.

Ja, es geht symbolisch darum, was ist meine Art und Weise, mit einer Sorge umzugehen und vielleicht ist das genau die richtige. Und das dritte, ich finde das stärkste oder vielleicht der stärkste Satz von David ist, dass er sagt, ich komme nicht allein. Ich komme im Namen Gottes.

Und das ist ja auch ein Bekenntnis. Also David tritt vor diesen Riesen, mutig, er redet ihn nicht klein, er nimmt seinen eigenen Weg, um gegen diese Sorge zu kämpfen, aber dann vor allem vertraut er darauf, dass Gott ihm helfen wird, dass Gott quasi diesen Riesen besiegen wird. Also er vertraut auf sich und er vertraut auf Gott.

Und das beides sind, glaube ich, Dinge, die wir von David quasi lernen oder uns ihn als Vorbild nehmen können, wenn wir vor Sorgen Riesen stehen. Es geht weder darum, sich selbst aufzugeben und zu sagen, Gott macht das schon alles, ich gehe mal woanders hin, aber es geht auch nicht darum zu sagen, ich habe eine super Idee und ich mache das schon, sondern es ist die Verbindung bei ihm. Er vertraut auf sich, er vertraut auf Gott.

Das also, wie gehen wir mit Sorgen Riesen um und was wir von David lernen. Und dann so ähnlich, aber ich finde schon auch noch mal anders, die Frage, wie der Glaube helfen kann, wenn es sich so anfühlt, dass wir so einen schweren Rucksack mit uns herum tragen. Der erste Gedanke, Glaube macht Sorgen nicht klein, sondern Gott groß.

Also Glaube nicht als Verkleinerungsprogramm oder als irgendwie, ich habe hier eine magische Fähigkeit und dann ist mein Rucksack nicht mehr so schwer, sondern Glaube bedeutet, ich mache Gott groß, ich traue ihm was zu, ich schaue, wie er mir helfen kann, mit diesem schweren Rucksack umzugehen. Und deswegen, wenn wir dann Gott groß machen und uns so einen schweren Sorgen Rucksack angucken, manchmal glaube ich, ist der christliche Glaube oder ist Gott wie so ein vielleicht eine Öffnung oder ein Reißverschluss. Man hat immer noch den Rucksack, aber man schafft es mit Gott, zumindest für eine Zeit, Sorgen abzulegen.

Und manchmal sind Sorgen so schwer wie so ein dicker Stein, aber ich glaube, ganz oft haben wir auch eher viele kleine Dinge, die in unserem Sorgenrucksack sind. Und ich glaube, dass der christliche Glaube uns helfen kann, auch Stück für Stück etwas aus unserem Sorgenrucksack abzulegen, dass wir zu Gott kommen können und sagen können, hier, eigentlich, das macht mein Leben schwer und ich möchte das gerne bei dir ablegen. Manchmal funktioniert es glaube ich so, dass man es wirklich ablegen kann und es ist weg.

Ja, wir legen es zu Gott und wir haben wirklich das Gefühl, wir sind leichter, befreiter. Das kann im Gottesdienst passieren, das kann auch heute gleich passieren, dass ihr, ihr dürft gleich etwas symbolisch ablegen, dass ihr wirklich sagt, hier Gott nimm, das macht mich schwer, ich möchte es bei dir lassen. Und dann gehst du mit deinem Rucksack nach Hause und merkst, okay, da ist, also irgendwie ist da weniger drin als vorher und nicht, weil ich was verloren habe, sondern weil ich bei Gott was ablegen konnte.

Und dann ist es aber auch so, es wäre schön, wenn wir immer zu Gott kommen und sagen, hier alle meine Sorgen und dann geht man beschwingt und befreit nach Hause. Das ist schön, aber auch nicht die Realität. Die Realität ist auch, dass Gott nicht immer alle Sorgen nimmt, aber uns, glaube ich, hilft, diese Sorgen zu tragen oder auch zu ertragen.

Und da, finde ich, passt das Bild vom Rucksack auch wieder. Also, wenn wir wandern gehen, meine Frau, Trixi und ich, wir haben natürlich immer einen Rucksack mit, weil man ja was zu trinken dabei haben muss oder je nachdem, wie lang man wandert. Und das ist oft ja schwer, so ein Rucksack.

Ich versuche immer unter der Schwitzgrenze zu wandern, deswegen muss ich langsam wandern und ein Rucksack ist nicht gut, wenn man nicht schwitzen will. Und was machen wir? Wir wechseln uns aber regelmäßig ab beim Rucksack tragen. Also wir sagen, komm, jetzt trag du mal, dann trage ich wieder, weil es deutlich angenehmer ist, wenn man nicht alleine die ganze Last tragen muss.

Und ich glaube, der Gott der Bibel ist auch oft so, dass er sagt, komm, ich trage mit, gib mir mal deinen Rucksack. Ich trage für eine Zeit lang deine Sorge und das kann auch im Gottesdienst geschehen, dass man merkt, hier hatte ich mal eine gewisse Zeit, um etwas abzulegen. Es sind nicht alle Sorgen hier geblieben, aber ich konnte so eine Zeit mich erholen, ich konnte wieder Kraft schöpfen, ich konnte mich wieder aufrichten, ich konnte mal wieder irgendwie so meine Muskeln und alle Gelenke quasi bewegen.

Der Gott der Bibel ist ein mittragender Gott und für mich das Bild dafür ist Jesus am Kreuz, weil für mich die Geschichte der Bibel auch lautet, dass Gott durch Jesus am Kreuz weiß, was es heißt, einen schweren Rucksack zu haben, weiß, was es heißt, schwere Dinge zu tragen. Und weil er das weiß und weil er ein mitfühlender und mitleidender Gott ist, ist er, glaube ich, einer, der ganz pragmatisch manchmal sagt, komm, gib mal deinen Rucksack her, ich trage mit. Und es wäre schön, wenn immer die Lösung wäre, wenn wir nur zu Gott beten, sind alle Sorgen weg.

Das wäre schön, aber das ist nicht die Realität. Ich glaube, das gibt es, dass wir manchmal Sorgen ablegen und sie sind wirklich dann bei Gott im Weg. Aber es gibt eben auch dieses andere, dass sie nicht dauerhaft weg sind, aber zumindest eine Zeitweise, für eine Zeit lang von Gott getragen wurden.

Und das nicht nur einmal. Ich glaube nicht, dass Gott sagt, so, also jetzt eine Viertelstunde trage ich, aber dann gehe ich auch wieder runter ins Tal und den Rest musst du... Sondern Gott ist ja einer, der mit uns durchs Leben geht und der immer wieder sagt, gib mir deinen schweren Rucksack. Komm, wir teilen uns die Last.

Mal trägst du, mal trage ich. Also der Glaube nimmt nicht immer einfach alle Sorgen, aber manchmal hilft uns der Glaube an Gott, hilft uns Gott, indem wir Sorgen bei ihm ablegen können oder dass Gott für eine Zeit unsere Sorgen nimmt. Und das hilft uns, Kraft zu tanken, das hilft uns weiterzumachen, den Rucksack wieder zu schnallen oder das nächste Mal, wenn wir vor einen Sorgenriesen treten, vielleicht mutiger oder gleich mit mehr Vertrauen auf uns oder auf Gott vor ihn zu treten.

Und die Idee ist jetzt, und die ist vor allem für Kinder gedacht, aber ihr müsst heute auch alle mitmachen, dass ihr das gleich symbolisch hier einfach mal ausprobieren könnt quasi. Keine Sorge, hier liegt ein Handy drin, das gehört dahin. Also das ist für den Livestream nicht, dass jemand denkt, oh ein Handy.

Ihr könnt hier vorne euch einen Stein nehmen und einen Stift und dürft gerne etwas aufschreiben, wo ihr sagt, Gott, das macht mein Leben schwer, diese Sorge, die würde ich gerne heute bei dir ablegen. Und das ist natürlich nur symbolisch, aber wenn es etwas in deinem Leben gibt, wo du sagst, also ganz ehrlich, das muss in meinem Lebensrucksack eigentlich nicht mit dabei sein. Das würde ich dir, Gott, gerne ablegen.

Dann schreibt das auf und legt es ins Wasser und das verblasst so langsam, was da drauf steht, als Symbol dafür, dass sozusagen vielleicht auch die Sorge, die Last, die du Gott gibst, auf eine Art geht oder hier bleibt, wenn du nachher nach Hause gehst. Und die zweite Sache, die du machen kannst, wenn du möchtest, wenn ihr möchtet, es sieht aus wie ein schwarzes Blatt Papier, aber es ist ein Goliath drauf, dass ihr euren ganz persönlichen Goliath da vorne an die Wand klebt und wenn alle ihren Goliath angeklebt haben, nehmen wir Wasserbomben und schmeißen unsere Goliaths ab. Also, wenn du sagst, ich habe auch einen Sorgenriesen, es gibt was, da würde ich am liebsten mich mit Gott vor ihn stellen und sagen, ich vertraue auf mich und ich vertraue auf dich und jetzt nimm das, nimm diese Wasserbombe.

Wenn ihr da was habt, ihr könnt auch beides machen, aber gerne mit Tesafilm vorne ankleben und wenn alle das gemacht haben, dann gebe ich das Zeichen und dann nehmen wir Wasserbomben. Also nicht, dass ihr schon werft, während Leute vorne noch ankleben und versucht auch bitte die Holzwand zu treffen, nicht Jesus treffen oder nicht vorbei werfen und nicht sagen, ich konnte nicht so gut werfen, dann stellt euch dichter ran. Also Einladung, wenn ihr wollt jetzt, ich mache wieder ein bisschen Musik an, ich hoffe, es läuft nicht wieder Weihnachtsmusik, wie eben, quasi das, was ich eben gesagt habe, symbolisch einfach mal auszuprobieren.

Wie ist das, wenn ich bei Gott etwas ablege? Wie ist das, wenn ich mich mutig mit Gott vor meinen Sorgenriesen stelle und symbolisch keinen Stein nehme, sondern eine Wasserbombe und meinen Sorgenriesen abwerfe? Und ihr seid alle dazu herzlich eingeladen, mitzumachen und ihr müsst aber nicht, aber ihr dürft. Also Sorgenriesen, Rucksäcke, die Frage, wie kann Gott uns dabei helfen und die Idee jetzt, das ganz praktisch einfach mal auszuprobieren. Ihr kommt, wenn ihr wollt, nach vorn und ich mache ein bisschen Musik an und wenn Weihnachtsmusik kommt, dann kommt Weihnachtsmusik, aber vielleicht finde ich auch noch was.

Letztes Mal lief Laterne laufen oder so, das war auch nicht so passend.

**Transkribiert von** [**TurboScribe.ai**](https://turboscribe.ai/de/?ref=docx_export_upsell)**.** [**Upgrade auf Unbegrenzt**](https://turboscribe.ai/de/subscribed?ref=docx_export_upsell)**, um diese Nachricht zu entfernen.**