

TEXTSTELLEN

Spr. 4,23-27
Lk. 12,34
Eph. 1,18
Heb. 12,1-2

Schütze dein Herz

„Starkes Herz“ ist das Jahresthema der ruhrkirche und der Leitvers dazu steht in Sprüche 4,23: „Mehr als alles, behüte dein Herz, denn aus ihm strömt das Leben“. Immer wieder merken wir aber, wie schwer es ist, auf unser Herz zu achten und es zu bewahren. Die Arbeit kommt dazwischen, oder das Weltgeschehen, die Familie oder die Gemeinde. Wie können wir also unser Herz bewahren? Hier einige Tipps aus der Bibel für ein starkes Herz:

1. Schütze alles, was in dein Herz kommt

Wir haben jeden Tag nur begrenzt Zeit, um uns mit Gott zu beschäftigen. Wovon lassen wir uns also beeinflussen, was hören oder sehen wir uns an? *Profitipp: Wenn du dich 5 Minuten mit Dingen beschäftigst, die dich emotional mitnehmen, nimm dir doch genauso 5 Minuten, um sie Gott hinzulegen.*

2. Im Angesicht von Schwierigkeiten durchhalten

Vertraue darauf, dass Gott bei dir ist und dich in deinen Schwierigkeiten nicht verlässt – er wird immer ein gutes Werk in dir vollenden. Glaube, dass der Herr in allen Dingen die Oberhand hat. In Problemen und Zweifel durchzuhalten, lässt unseren Glauben wachsen und unser Herz stark werden.

3. eine Atmosphäre der Gemeinschaft kultivieren

Dein Herz braucht Menschen, die dich prägen, sowie du auch andere prägst. Es ist ein ständiger Strom, der ein- und ausgeht, wenn wir andere lieben und ihnen dienen. Eine Gemeinschaft zu haben, wo tiefe Beziehungen möglich sind, stärkt dein Herz!

4. Folge dem, was der Herr dir vorgibt zu tun

Wir alle haben unterschiedliche Fähigkeiten und Wünsche, die uns Gott in unser Leben gelegt hat. Was ist also dein Gottgegebener Auftrag? Worum bittet er dich? Dem zu folgen, stärkt dein Herz! *Profitipp: Baue dir ein Team von Mitstreitern auf.*

5. Halte deine Prioritäten hoch

Es kann passieren, dass wir uns von unserem Alltag unsere Prioritäten diktieren lassen, anstatt unsere Prioritäten den Alltag diktieren zu lassen. Oft geht hier dann Zeit mit Gott, stärkende Gemeinschaft und letztendlich auch das Bewahren unseres Herzens unter. Sich der eigenen Prioritäten immer wieder bewusst zu machen, hilft, sie einzuhalten.

Die Sprüche in Kapitel 24 geben uns folgende Anweisungen für ein starkes Herz:

- V. 24: Achte auf das, was du sagst (Jak. 5)
- V. 25: Behalte den Fokus gerade auf deinem Weg (Heb. 12,1-2)
- V. 26-27: Plane deinen Weg und geh

**HERZENSMENSCH
FÜR DEN ICH BETEN MÖCHTE:**

TERMINE

GESPRÄCHSSTOFF

Einstieg: Wie präsent war das Jahresthema bisher in deinem Jahr?

1. Was lenkt dein Herz manchmal ab?
2. Wenn du dein Jahr bisher betrachtetest, wie hast du dein Herz bisher geschützt?
3. Welchen Tipp hast du vielleicht schon so oder ähnlich in deinem Leben?
4. Welcher Punkt würde dir helfen, ein starkes Herz zu bekommen oder zu behalten? Wie kannst du das umsetzen?
5. Die Sprüche geben uns Anweisungen für ein starkes Herz: wie geht's dir mit ihnen? Welche findest du leicht, welche schwer?