



Die Bibel
stärkende Vitamine für den Alltag

3. Oktober 2021
Vitamin T – Trost in allem Leid

Wie finden wir Trost in Gottes Wort?

Trost (nach Wikipedia)

Trost ist zwischenmenschliche Zuwendung an jemanden, der trauert oder anderen seelischen bzw. körperlichen Schmerz zu ertragen hat. Derjenige wird getröstet.

Trost kann durch **Worte, Gesten und Berührung** gespendet werden. Der **Schmerz und die Traurigkeit** des Getrösteten **sollen gelindert werden**; er soll spüren, dass er **nicht allein gelassen** ist; seine **seelische Verfassung soll gestärkt werden**.

Psalm 119,49-72

49 Denk an das Wort für deinen Knecht, und lass mich darauf hoffen.

50 Das ist mein Trost in meinem Elend, dass dein Wort mich erquickt.

51 Die Stolzen treiben ihren Spott mit mir; dennoch weiche ich nicht von deinem Gesetz.

52 HERR, wenn ich an deine ewigen Ordnungen denke, so werde ich getröstet.

53 Zorn erfasst mich über die Frevler, die dein Gesetz verlassen.

54 Deine Gebote sind mein Lied geworden im Haus, in dem ich Fremdling bin.

Psalm 119,49-72

55 HERR, ich gedenke des Nachts an deinen Namen und halte dein Gesetz.

56 Das ist mein Schatz, dass ich mich an deine Befehle halte.

57 Ich habe gesagt: HERR, das soll mein Erbe sein, dass ich deine Worte halte.

58 Ich suche deine Gunst von ganzem Herzen; sei mir gnädig nach deinem Wort.

59 Ich bedenke meine Wege und lenke meine Füße zu deinen Zeugnissen.

60 Ich eile und säume nicht, zu halten deine Gebote.

Psalm 119,49-72

61 Der Frevler Stricke umschlingen mich; aber dein Gesetz vergesse ich nicht.

62 Zur Mitternacht stehe ich auf, dir zu danken für die Ordnungen deiner Gerechtigkeit.

63 Ich halte mich zu allen, die dich fürchten und deine Befehle halten.

64 HERR, die Erde ist voll deiner Güte; lehre mich deine Gebote.

65 Du tust Gutes deinem Knecht, HERR, nach deinem Wort.

66 Lehre mich heilsame Einsicht und Erkenntnis; denn ich glaube deinen Geboten.

Psalm 119,49-72

67 Ehe ich gedemütigt wurde, irrte ich; nun aber halte ich dein Wort.

68 Du bist gütig und freundlich, lehre mich deine Gebote.

69 Die Stolzen erdichten Lügen über mich, ich aber halte von ganzem Herzen deine Befehle.

70 Träge wie Fett ist ihr Herz; ich aber habe Freude an deinem Gesetz.

71 Es ist gut für mich, dass ich gedemütigt wurde, damit ich deine Gebote lerne.

72 Das Gesetz deines Mundes ist mir lieber als viel tausend Stück Gold und Silber.

Die Bibel
stärkende Vitamine für den Alltag

Woher soll ich wissen, was ich denke,
bevor ich höre, was ich sage?

Achte auf deinen Fokus; Auf das Ende kommt es an!

51 Die Stolzen treiben ihren Spott mit mir; **dennoch** weiche ich nicht von deinem Gesetz.

61 Der Frevler Stricke umschlingen mich; **aber** dein Gesetz vergesse ich nicht.

69 Die Stolzen erdichten Lügen über mich, **ich aber** halte von ganzem Herzen deine Befehle.

Achte auf deinen Fokus; Dankbarkeit!

62 Zur Mitternacht stehe ich auf, **dir zu danken** für die Ordnungen deiner Gerechtigkeit.

Achte auf deinen Fokus; Dankbarkeit!

62 Zur Mitternacht stehe ich auf, **dir zu danken** für die Ordnungen deiner Gerechtigkeit.

Achte auf deinen Fokus; Blick auf Gottes Wesen!

64 **HERR, die Erde ist voll deiner Güte**; lehre mich deine Gebote.

68 **Du bist gütig und freundlich**, lehre mich deine Gebote.

Denke über Gottes Wort nach:

52 HERR, wenn ich an deine ewigen Ordnungen **denke**, so werde ich getröstet.

55 HERR, ich **gedenke** des Nachts an deinen Namen und halte dein Gesetz.

Denke über Gottes Wort nach:

52 HERR, wenn ich an deine ewigen Ordnungen **denke**, so werde ich getröstet.

55 HERR, ich **gedenke** des Nachts an deinen Namen und halte dein Gesetz.

Bleib offen für sein Reden:

64 HERR, die Erde ist voll deiner Güte; **lehre** mich deine Gebote.

66 **Lehre** mich heilsame Einsicht und Erkenntnis...

68 Du bist gütig und freundlich, **lehre** mich deine Gebote.

Achte auf dein Umfeld:

63 **Ich halte mich** zu allen, die dich fürchten und deine Befehle halten.

Trost im Neuen Testament; Komm zu Jesus!

Kommt her zu mir, alle, die ihr mühselig und beladen seid;
ich will euch erquicken.

Matthäus 11,28

Trost im Neuen Testament; Komm zu Jesus!

Kommt her zu mir, alle, die ihr mühselig und beladen seid;
ich will euch erquicken.

Matthäus 11,28

Trost im Neuen Testament; Der Heilige Geist als Tröster!

Und ich will den Vater bitten und er wird euch **einen andern Tröster**
geben, dass er **bei euch sei in Ewigkeit.**

Johannes 14,16

Die Bibel
stärkende Vitamine für den Alltag

Anwendung:

- Formuliere deine Situation
- Achte auf deinen Fokus:
 - *Auf das Ende kommt es an*
 - *Dankbarkeit*
 - *Blick auf Gottes Wesen*
- Denke über Gottes Wort nach
 - Bleib offen für sein Reden
- Achte auf dein Umfeld

Anwendung:

- Formuliere deine Situation
- Achte auf deinen Fokus:
 - *Auf das Ende kommt es an*
 - *Dankbarkeit*
 - *Blick auf Gottes Wesen*
- Denke über Gottes Wort nach
 - Bleib offen für sein Reden
- Achte auf dein Umfeld

Tu dies alles im Dialog mit dem Heiligen Geist

Die Bibel
stärkende Vitamine für den Alltag