

leben in fülle

finden • entfalten • weitergeben



Titel: „Wie finde ich inneren Frieden?“

(Predigt am 8. Februar 2026 von Philip Quast)



Bibelstelle: 1. Könige 19,1-18



Kerngedanken der Predigt

1. Unser innerer Frieden kann uns geraubt werden, obwohl wir für Gott leben (vgl. 1.Könige 19,1-5a)
2. Gott sorgt sich um uns, damit wir uns dankbar an seine Treue erinnern (vgl. 1.Kön 19,5b-9a)
3. Gott spricht mit uns, um uns wieder zurück auf den rechten Weg zu führen (vgl. 1.Kön 19,9b-18)
4. Jesus, unser Friedefürst, darf unser Herz regieren (vgl. 2.Korinther 10,4)



Anregungen zum Austausch:

1. Woher kommt unsere Rastlosigkeit? Wie gehen wir mit Herausforderungen / Leid um? Wie kultivieren wir Ruhe? Wie hören wir Gottes Stimme? Was gibt mir neue Kraft und Perspektive?
2. Was sind die häufigsten Quellen deiner inneren Rastlosigkeit – und wie bemerkst du, dass dir der innere Frieden verloren geht?
3. Nehmt ihr euch Zeit für Ruhe im Alltag? Kultivierst du Ruhe in deinem Leben?
4. Wie erlebst du Gottes Frieden ganz persönlich – und wie unterscheidet er sich von dem Frieden, den du dir selbst zu erarbeiten versuchst?
5. Was tust du um bewusst aufzutanken?

Er-füllt leben heißt reiche Frucht bringen! Materialien zur persönlichen Anwendung

Anskar-Kirche Hamburg-Mitte | Vogelweide 10 | 22081 Hamburg | www.anskar-hamburg.de