

 *Belebe unsere Herzen*

Dankbarkeit

Der Schlüssel zur Freude

30-Tage-Andachten



In Dankbarkeit wachsen...

Stell dir vor, du hättest das Geheimnis entdeckt, wie du konkret Einfluss auf deine Lebensumstände nehmen kannst oder sogar die Macht bekommst, Dinge oder Situationen zum Positiven zu verändern.

William Law schreibt in seinem Buch „A Serious Call to a Devout and Holy Life“: „Und könntest du Wunder wirken, so könntest du doch nicht mehr für dich tun als durch eine dankbare Grundhaltung; denn sie heilt mit einem gesprochenen Wort und verwandelt alles, was sie berührt, in Glück.“

Ist Dankbarkeit vielleicht ein längst vergessener Schlüssel zu mehr Zufriedenheit und sogar einem Leben, das Gott ehrt? Dieser Frage wollen wir uns die nächsten 30 Tage tiefer widmen.

Aus „Der Schlüssel zur Freude“ von Nancy DeMoss, CV.Dillenburg.



30 Tage
Dankbarkeit

Und was immer ihr
tut in Wort oder Werk,
das tut alles im Namen
des Herrn Jesus und
dankt Gott dem Vater,
durch ihn.

Kolosser 3.17

 *Belebe unsere Herzen™*

Tag 1 *Durch Gnade bestimmt*

Und was immer ihr tut in Wort oder Werk, das tut alles im Namen des Herrn Jesus und dankt Gott, dem Vater, durch ihn. Kolosser 3,17

In den nächsten 30 Tagen wollen wir uns mit Dankbarkeit beschäftigen. Was bedeutet das konkret? Dankbarkeit bedeutet, all das Gute, das uns von Gott und Menschen zugedacht wird und wurde, zu erfassen und zum Ausdruck zu bringen.

Um zu begreifen, was uns jeden Tag geschenkt wird, müssen die Augen unserer Herzen offen und wachsam sein. Wir könnten beispielsweise fortwährend Ausschau nach Segnungen halten, wie bei einer Schatzsuche.

Wir wollen uns vornehmen, Gott und anderen für das zu danken, was er bzw. sie uns Gutes tut. Wenn wir uns an das Gute erinnern, das wir empfangen haben, hilft uns das außerdem, Bitterkeit und Anspruchsdenken aus unseren Herzen zu vertreiben. Wir sollten negative Gedanken, die uns runterziehen, verbannen und uns bewusst machen, dass unser liebender Vater uns reichlich mit Segen überschüttet hat. Auch die schlechten Dinge sind Segnungen, weil sie dazu dienen, uns Jesus ähnlicher zu machen.

Durch Dankbarkeit verändert sich unser Start in den Tag, ebenso wie unser Tagesablauf und unser Tagesrückblick. Wir werden als Menschen wahrgenommen, die Beziehungen zu Gott und ihren Mitmenschen wertschätzen. Dankbarkeit ist ein Ausdruck von Demut, weil wir realisieren und bekennen, dass alle Segnungen unverdient sind.

Wie schätzt du den Grad deiner Dankbarkeit ein?

Schreibe ein Gebet auf, in dem du Gott bittest, dir in den nächsten 30 Tagen ein dankbares Herz zu geben. Wenn du festgestellt hast, dass dein Dankbarkeits-Quotient nicht so ist, wie er sein sollte, bekenne deine Undankbarkeit vor dem Herrn. Bitte ihn um Vergebung und Veränderung durch die Kraft seines Geistes, damit du aufrichtig dankbar wirst.



Seid ausdauernd
im Gebet
und wacht darin
mit Danksagung.
durch ihn.

Kolosser 4,2

 *Belebe unsere Herzen™*

Tag 2 *Überfließende Dankbarkeit*

Freut euch und dankt ihm, dem Vater, dass er euch das Recht gegeben hat, an dem Erbe teilzuhaben (...). Seid in ihm verwurzelt, baut euer Leben auf ihm auf. Bleibt im Glauben fest und lasst euch nicht von dem abbringen, was euch gelehrt worden ist. Für das, was Gott euch geschenkt hat, könnt ihr ihm nicht genug danken! Kolosser 1,12;2,7 (NGÜ)

Paulus macht im Kolosserbrief deutlich, dass Undankbarkeit Gott gegenüber keine Option ist. Darüber hinaus erfahren wir etwas über die Quelle von Dankbarkeit, sowie ihre Eigenschaften, ihre Häufigkeit, ihr Ziel und Ausmaß. Wir lernen auch ihre Begleiterscheinungen kennen.

Christus ist erhöht und ihm gebührt der Dank, weil....

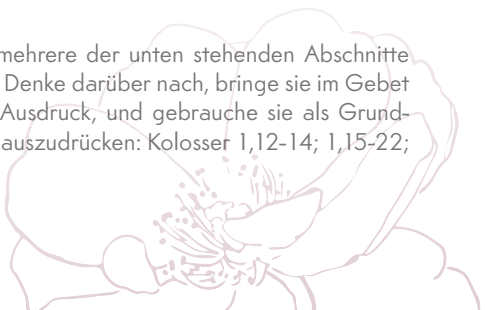
- ... er göttlicher Natur ist;
- ... er der Schöpfer und Erhalter aller Dinge ist;
- ... er über der gesamten Schöpfung und über allen irdischen Herrschern und Mächten steht;
- ... er uns am Kreuz erlöst und versöhnt hat;
- ... er die Mächte der Finsternis besiegt hat;
- ... er das Haupt der Gemeinde, seines Leibes ist;
- ... er die Erfüllung und der Inhalt der alttestamentlichen Bilder und Formen ist;
- ... er das Leben eines Gläubigen & die Hoffnung der Herrlichkeit ist
- ... und noch viel, viel mehr!

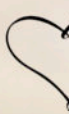
Bei uns, die wir mit Christus gestorben, mit ihm in der Taufe begraben und mit ihm in der Hoffnung auferweckt wurden, entspringen Freude und Hoffnung nicht aus irdischen Quellen und religiösen Praktiken, sondern sie kommen aus ihm.

Der Kolosserbrief zählt eine lange Liste mit Eigenschaften des christlichen Lebens inklusive der Dankbarkeit auf, die uns überwältigen könnte. Aber alles, was wir als Christen aufgefördert sind zu tun und zu sein, kann nur durch Christus in uns vollbracht werden. Wie jede Tugend und Frucht, zu der wir als Kinder Gottes berufen sind, wurzelt und gründet wahre Dankbarkeit in Christus und seinem Evangelium. Sie entsteht durch sein Wirken und Leben in uns.

Aktion:

Lies gern einen oder mehrere der unten stehenden Abschnitte aus dem Kolosserbrief. Denke darüber nach, bringe sie im Gebet Gott gegenüber zum Ausdruck, und gebrauche sie als Grundlage, ihm deinen Dank auszudrücken: Kolosser 1,12-14; 1,15-22; 2,9-15; 3,1-11.



 *Belebe unsere Herzen™*

**Das permanente
sehnsuchtsvolle schielen auf das,
was man nicht hat, auf der einen
Seite und die Dankbarkeit für das,
was man besitzt, auf der anderen sind
Ausdruck zweier vollkommen
unterschiedlichen Charaktere.**

Lucy C. Smith

Tag 3 *Von Königlern & Arbeitern*

Preist den HERRN, denn er ist gut, denn seine Gnade währt ewig! So sollen sagen die Erlösten des HERRN, die er aus der Hand des Bedrängers erlöst hat. Psalm 107,1-2 (ELB)

„Eins ist klar: Das permanente sehnsuchtsvolle Schielen auf das, was man nicht hat, auf der einen Seite und die Dankbarkeit für das, was man besitzt auf der anderen, sind Ausdruck zweier vollkommen unterschiedlicher Charaktere.“

Lucy C. Smith

Im Laufe des Lebens wird entweder das eine oder das andere überwiegen und deine Ansichten und Reaktionen beeinflussen. Du entscheidest dich, entweder dankbar oder undankbar zu sein, Segensspuren zu bemerken oder sie zu übersehen. Es ist deine Entscheidung.

Die Liederdichterin Fanny Crosby musste sich ebenfalls entscheiden. Im Alter von sechs Wochen hatte sie eine Augenentzündung, woraufhin ihr der Arzt heiße Umschläge verordnet hatte. Doch statt zu heilen, vernarbte das empfindliche Gewebe ihrer Augen, was schließlich zur vollständigen Erblindung führte. Sie dichtete mehr als 8000 Lieder. Im Alter von acht Jahren schrieb sie dieses Gedicht:

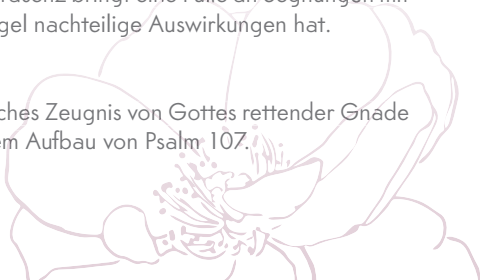
Oh, was bin ich für ein glückliches Kind,
obwohl ich nicht sehen kann,
ich bin entschlossen, in dieser Welt zufrieden zu sein.
Ich darf mich an Segnungen erfreuen,
die viele Menschen nicht einmal wahrnehmen.
Nein, ich werde nicht weinen und trauern,
weil ich nicht sehen kann.

Die Dichterin schrieb außerdem: „Es scheint, als hätte Gott in weiser Voraussicht beabsichtigt, dass ich mein gesamtes Leben blind bin, und ich danke ihm für diese Freiheit. Ich danke ihm. Sogar für Blindheit!

Es gibt zwei Gruppen von Menschen, dankbare und undankbare. Die dankbare Haltung muss dringend in unseren Herzen trainiert werden. Ihre Präsenz bringt eine Fülle an Segnungen mit sich, während ihr Mangel nachteilige Auswirkungen hat.

Aktion:

Schreibe dein persönliches Zeugnis von Gottes rettender Gnade auf und folge dabei dem Aufbau von Psalm 107.



Belebe unsere Herzen™

Lobe den Herrn,
meine Seele,
und alles, was in mir ist,
seinen heiligen Namen!
...und vergiss nicht,
was er dir Gutes getan hat!

Psalm 103:1-2

Tag 4 *immer noch ein-mehr*

Lobe den HERRN, meine Seele, und alles, was in mir ist, seinen heiligen Namen! Lobe den HERRN, meine Seele, und vergiss nicht, was er dir Gutes getan hat!

Psalm 103,1-2

Für unsere Sendung Revive Our Hearts führte ich (Nancy) kürzlich ein Interview mit einer Frau, die seit mehr als 50 Jahren Bibelverse auswendig lernt. Sie sprach von den vielen Segnungen, die sie dadurch erfährt, dass sie Gottes Wort in ihrem Herzen trägt.

Ich war überrascht, als sie sagte, sie sei bislang niemals wirklich depressiv gewesen. Sie erklärte, dass sie Psalm 103 zitiere, wann immer sie sich niedergeschlagen und traurig fühle. Nun begann sie während des Interviews den ganzen Psalm aufzusagen – auswendig, hoch konzentriert und aus tiefstem Herzen. Für alle Anwesenden im Raum war es ein bewegender Augenblick. Als sie am Ende des Psalms angelangt war, herrschte eine heilige Stille. Der erste Gedanke, der mir durch den Kopf schoss, war: Wie, um alles in der Welt, kann jemand von negativen Gedanken überrollt werden und wie kann ich mich jemals entmutigt fühlen, wenn mir doch tatsächlich all diese Segnungen zugesagt werden?

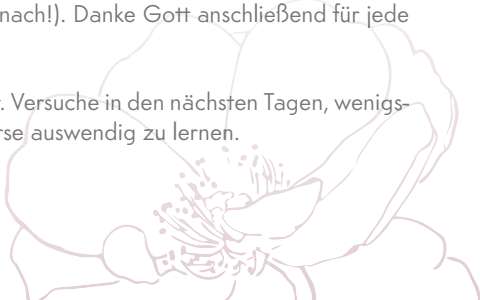
Wenn wir die besonderen Segnungen erkennen, die wir von Gott und unseren Mitmenschen erfahren, finden wir zahlreiche Gründe zum Danken. Der Psalmist nahm sich Zeit, dem Herrn für besondere Segnungen zu danken – er wollte nicht eine davon vergessen! Wenn du heute dem Herrn im Gebet dein Herz öffnest, bitte ihn, dir zu zeigen, wie groß dein „Segenspaket“ tatsächlich ist.

Aktion:

Halte dir in deinem Tage- oder Notizbuch einige Seiten frei, auf denen du die folgenden beiden Überschriften notieren kannst: „Segnungen von Gott“ und „Segnungen von anderen Menschen“.

Trage nun alles, was dir dazu einfällt, wann immer es dir einfällt, unter die jeweilige Überschrift ein – während der nächsten 26 Tage (und auch danach!). Danke Gott anschließend für jede einzelne Zuwendung.

Lies Psalm 103 laut vor. Versuche in den nächsten Tagen, wenigstens die ersten fünf Verse auswendig zu lernen.



Belebe unsere Herzen™

Wenn meine morgige
Versorgung von meiner
heutigen Dankbarkeit
abhinge, wie viel hätte
ich dann morgen
tatsächlich?



Tag 5 *Tiefen-graben*

...Redet zueinander mit Psalmen und Lobgesängen und geistlichen Liedern; singt und spielt dem Herrn in eurem Herzen; sagt allezeit Gott, dem Vater, Dank für alles, in dem Namen unseres Herrn Jesus Christus. Epheser 5,19-20

Wenn du gestern begonnen hast, deine Segnungen aufzuschreiben, glaube ich, dass dir nach und nach immer mehr bewusst wird, wofür du dankbar sein kannst. Dabei muss ich an das Beispiel des mit Steinen gefüllten Glases denken. Dazu wird dann die Frage gestellt: „Denkst du, dass das Glas voll ist?“ - „Ja.“ - „Kannst du dir vorstellen, dass da noch mehr hinein passt?“ „Nein.“ Aber wenn man kleine Kiesel und Sand oder gar Wasser hinzugibt, stellt man fest, dass doch noch mehr Platz im Glas ist als gedacht.

Ein Freund erzählte mir einmal, dass er beim Zähneputzen über einen der Verse aus unserer heutigen Bibellese (Epheser 5,20) nachdachte. Dabei traf ihn das Wort „alles“ mitten ins Herz. Er dachte darüber nach, wie wichtig es ist, Gott auch für die „kleinen Dinge“ zu danken, die wir oftmals übersehen. Das ließ ihn innehalten und dankbar sein, für ... nun, für seine Zahnbürste. Und für seine Zahnpasta. Nun kam er so richtig in Fahrt und es fielen ihm auch seine Zähne ein, für die er Gott danken konnte - wahrscheinlich zum ersten Mal in seinem Leben.

Vielleicht musst du nun noch eine weitere Liste zu den beiden gestrigen hinzufügen; aber es ist definitiv eine Kategorie, die man in Erwägung ziehen sollte. Da alles ein Geschenk von Gott ist (Jakobus 1,17), sollte man auch für alles danken.


Dieser Freund sagte mir übrigens noch, dass er sich manchmal frage: „Wenn meine morgige Versorgung von meiner heutigen Dankbarkeit abhinge, wie viel hätte ich dann morgen tatsächlich?“ Darüber gilt es einmal nachzudenken!

Aktion:

Welche „kleinen Dinge“ kannst du auf deiner begonnenen Dankesliste eintragen?

Welchen Menschen, die du bisher für selbstverständlich gehalten hast, könntest du heute in irgendeiner Form danken?





Denn von ihm
und durch ihn
und für ihn
sind alle Dinge;
ihm sei die
Ehre in Ewigkeit!

Amen.

Römer 11,36

Belebe unsere Herzen

Tag 6 *Die Top 10*

O welche Tiefe des Reichtums sowohl der Weisheit als auch der Erkenntnis Gottes! (...) Von ihm und durch ihn und für ihn sind alle Dinge; ihm sei die Ehre in Ewigkeit! Amen. Römer 11,33.36

Der ehemalige Direktor der Columbia International University, Robertson McQuilkin, berichtete von einer Lebensphase, in der er sich alleine in die Berge zurückzog, nachdem bei seiner Frau Alzheimer diagnostiziert worden und sein ältester Sohn gestorben war. Hier wollte er sein Herz wieder neu ausrichten und seine Liebe zu Gott wieder neu aufleben lassen, die in der Hitze des persönlichen und tragischen Verlusts nach und nach verglüht war. Nach einem Tag des Betens und Fastens schrieb Robertson Gott einen Liebesbrief. Er zählte die Segnungen auf, die er aus der Hand des Herrn empfangen hatte und lobte und pries Gott mit Hilfe von Stift und Papier. Im Laufe seiner persönlichen Erweckung wurden ihm besonders zehn Segnungen deutlich, die er von Gott erhalten hatte. Sie übertrafen seine Vorstellungen völlig, sodass er ihren Wert nicht in Worte fassen konnte. Ohne sie hätte er nicht leben können.

Das gefällt mir. Ich möchte dich daher ermutigen, noch einmal deine Liste anzusehen. Suche dir zehn ganz besondere Segnungen heraus, sozusagen die Highlights deiner geistlichen Segnungen, für die du niemals genug Dank äußern könntest, um zum Ausdruck zu bringen, was sie dir tatsächlich bedeuten und was sie über deinen Retter aussagen. Finde heraus, ob dein Herz nicht durch das erneuert werden kann, was McQuilkin als „Reflexhandlung der Dankbarkeit“ bezeichnet. „Aus der sterbenden Glut flammte meine Liebe neu auf und mein Geist erhob sich. Ich entdeckte, dass Undankbarkeit arm macht – ein schweres Herz aber erhebt sich auf den Flügeln des Lobs.“

Aktion:

Da ein ganzes Leben nicht ausreicht, um für alle Segnungen zu danken, erinnere dich beim nächsten Mal, wenn du wegen trauriger und sorgenvoller Gedanken niedergeschlagen bist, an die „Top Ten“ deiner Segnungen. Richte dein Augenmerk ganz bewusst auf sie und weg von allem, was dich niederdrückt. Fang an, Gott für diese Segnungen besonders zu danken.



Belebe unsere Herzen™

Einer aber von ihnen
kehrte wieder um, als er sah,
dass er geheilt worden war,
und pries Gott
mit lauter Stimme.

Lukas 17.15

Tag 7 *Heilsame Dankbarkeit...* *Sage es laut und deutlich*

...Einer aber von ihnen kehrte wieder um, als er sah, dass er geheilt worden war, und pries Gott mit lauter Stimme.
Lukas 17,15

Was unterscheidet den, der zum Danken zu Jesus zurückkam, von den anderen?

1. Er kam mit lauter Stimme. Es war kein privates Gespräch. Der Mann, der zu Jesus zurückkehrte, konnte seine Dankbarkeit einfach nicht für sich behalten.

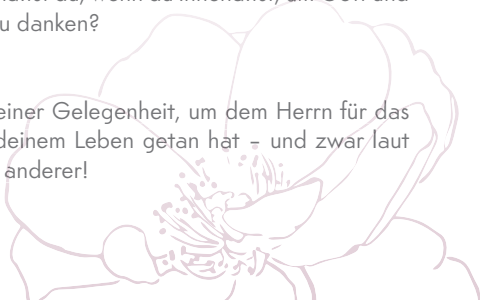
Wenn wir doch auch diese Gesinnung hätten und unsere Stimme genauso laut zum Dank erheben würden, wie wir in unseren Nöten um Hilfe bitten! (Alle zehn Aussätzigen baten um Hilfe.) Ich denke an meinen Vater, der oft sagte: „Es geht mir besser, als ich es verdiene.“ Oder an die Worte meiner lieben Freundin: „Ich erlebe mehr Segen, als ich Probleme habe.“ Ich denke an all die fröhlichen Menschen, mit denen ich gerne zusammen bin, weil sie ein Segen und eine Bereicherung für mein Leben sind. Sie führen nicht etwa ein ausnahmslos glückliches, problemloses Leben. Sie danken einfach „laut“. Anstatt zu nörgeln, beschließen sie dankbar zu sein. Sie sind vom Herrn erfüllt und erzählen immer wieder gerne davon. So möchte ich auch sein. Und du?

2. Er kam Jesus nahe. Nie sind wir Jesus näher, als wenn wir in Demut kommen. Die zehn Aussätzigen standen in der Ferne (V.12). Aussätzige galten als unrein und durften sich anderen nicht nähern. Der Geheilte aber fiel auf sein Angesicht zu Jesu Füßen und dankte ihm (V.16). Er war der Einzige der Zehn, der Jesus wirklich nah herankam. Dankbarkeit bringt uns in die unmittelbare Nähe Jesu, wo wir seine erlösende Kraft und den Segen seiner Gegenwart erfahren.

3. Er kam aus Samarien (V.16) und kannte den wahren Gott nicht, bis Jesus in seine Welt kam, die Kluft überbrückte und sein Leben veränderte. Nun liebte er das, was er bei ihm in nächster Nähe fand. Liebst du das, was du bei Jesus findest?
Welche Segnungen erhältst du, wenn du innehältst, um Gott und deinen Mitmenschen zu danken?

Aktion:


Halte Ausschau nach einer Gelegenheit, um dem Herrn für das zu danken, was er in deinem Leben getan hat – und zwar laut und in der Gegenwart anderer!





Gott widersteht
den Hochmütigen;
*den Demütigen aber
gibt er Gnade.*

Jakobus 4,6



Belebe unsere Herzen™

Tag 8 *Dankbarkeit und Demut*

Gott widersteht den Hochmütigen; den Demütigen aber gibt er Gnade. (...) Demütigt euch vor dem Herrn, so wird er euch erhöhen. Jakobus 4,6.10

Die Massai in Westafrika wissen, dass Dankbarkeit und Demut eng miteinander verknüpft sind. Wenn sie Danke sagen, berühren sie den Boden mit ihrer Stirn und meinen damit: Mein Kopf ist im Staub. Mitglieder eines anderen Stammes äußern ihre Dankbarkeit ähnlich, indem sie sagen: „Ich sitze vor dir im Staub.“ Wenn jemand seinen Dank ausdrücken möchte, setzt er sich deshalb stillschweigend für eine gewisse Zeit vor die Hütte der Person, der er danken möchte.

Demut findet man ausnahmslos bei dankbaren Menschen. Dankbarkeit fließt aus einem demütigen Herzen, während Undankbarkeit aus einem stolzen Herzen kommt.

Stolze Menschen sind mit sich selbst beschäftigt und denken wenig an andere. Wenn Menschen oder Umstände ihnen nicht passen, neigen sie dazu zu klagen oder wütend zu werden.

Die heutige Bibelstelle erinnert uns daran, dass Gott den Stolzen widersteht. Wenn wir uns aber dafür entscheiden, uns selbst zu demütigen, werden wir laut Jakobus 4 erhöht. Gott naht sich uns und gibt uns seine Gnade. Sein Geist reinigt und heilt unsere Herzen. Er gibt uns den Sieg über unser tyrannisches Ich und macht uns zu dankbaren Menschen.

Ein demütiger Mensch beschäftigt sich mit Jesus, denkt viel an Gott, an andere und nur wenig an sich. Er erkennt, dass alles, was er hat, weit mehr ist, als er verdient. Er hat nicht das Gefühl, dass jemand ihm etwas schuldig ist. Er erwartet kein einfaches Leben oder dass jeder ihn liebt und gut behandelt. Er ist dankbar für alles, was ihm zuteil wird.

Aktion:

Nimm dir heute Zeit, um vor dem Herrn still zu werden. Sage ihm: „Ich sitze heute vor Dir im Staub.“ Bekenne den Stolz, der durch dein Jammern, deine Reizbarkeit, deine Wut offensichtlich wurde, und gestehe dir ein, dass du nicht dankbar warst. Sage demütig, dass du seine Güte nicht verdienst, und danke dem Herrn für die Segnungen, an die er dich erinnert, einschließlich der Dinge, über die du geklagt hast!



 *Belebe unsere Herzen™*

**Gott aber ist mächtig,
euch jede Gnade im Überfluss
zu spenden, sodass ihr in allem
allezeit alle Genüge habt
und überreich seid zu jedem
guten Werk.**

2. Korinthen 9,8

Tag 9 *Dankbarkeit und Großzügigkeit*

Gott aber ist mächtig, euch jede Gnade im Überfluss zu spenden, sodass ihr in allem allezeit alle Genüge habt und überreich seid zu jedem guten Werk (...). Er aber, der dem Sämann Samen darreicht und Brot zur Speise, er möge euch die Saat darreichen und mehren und die Früchte eurer Gerechtigkeit wachsen lassen, sodass ihr in allem reich werdet zu aller Freigebigkeit, die durch uns Gott gegenüber Dank bewirkt. 2. Korinther 9,8;10-11

Wo Dankbarkeit zunimmt, wächst auch Großzügigkeit. Dennoch ist Großzügigkeit keine natürliche Eigenschaft. Heutzutage erscheint alles riskanter und gefährlicher als je zuvor und man meint, Geld oder andere Mittel sitzen nicht gerade locker. Daher versuchen wir lieber, alles was wir haben zu schützen, weil ansonsten alles im Chaos versinken könnte.

Paulus aber war überraschend sorglos, was Finanzen angeht, als er den Korinthern erklärte, dass Großzügigkeit der deutlichste Ausdruck ihrer Dankbarkeit sei.

Sein Vertrauen in Gottes Versorgung war so groß, dass er sie als bereits erfolgt betrachtete und sagte, dass die Gemeinde „in allem reich gemacht werde zu aller Freigebigkeit, die durch uns Danksagung Gott gegenüber bewirkt“ (Vers 11, ELB rev. 1985). „Gott aber vermag euch jede Gnade überreichlich zu geben, damit ihr in allem allezeit alle Genüge habt und überreich seid zu jedem guten Werk.“ (Vers 8) In allem. Allezeit. Selbst in solchen Zeiten. Dankbare Menschen sind großzügig. Wer „umsonst empfang“, ist motiviert, „umsonst zu geben.“ (Matthäus 10,8)

Aktion:

Wo gehen Dankbarkeit und Großzügigkeit „Hand in Hand“? Können wir tatsächlich die eine Eigenschaft ohne die andere besitzen?

Mit welchen Taten der Großzügigkeit kannst du heute deiner Dankbarkeit Ausdruck verleihen? Bitte Gott um Weisheit und Glauben, und dann gib das, wozu der Heilige Geist dich drängt.



*Was kein
Auge gesehen*

und kein Ohr gehört und keinem
Menschen ins Herz gekommen ist,

was Gott denen bereitet hat,

die ihr lieben.

1. Korinther 2,9

A woman in a white dress and straw hat holding a basket of white flowers, smiling.
Belebe unsere Herzen™

Tag 10 *Unsichtbare Segnungen*

Wir reden allerdings Weisheit unter den Gereiften; aber nicht die Weisheit dieser Weltzeit, auch nicht der Herrscher dieser Weltzeit, die vergehen, sondern wir reden Gottes Weisheit im Geheimnis, die verborgene, die Gott vor den Weltzeiten zu unserer Herrlichkeit vorherbestimmt hat, die keiner der Herrscher dieser Weltzeit erkannt hat (...), sondern, wie geschrieben steht: »Was kein Auge gesehen und kein Ohr gehört und keinem Menschen ins Herz gekommen ist, was Gott denen bereitet hat, die ihn lieben«. Uns aber hat es Gott geoffenbart durch seinen Geist; denn der Geist erforscht alles, auch die Tiefen Gottes. 1. Korinther 2,6-10

Der schottische Prediger Alexander Whyte war dafür bekannt, dass er immer einen Grund zum Danken fand. Eines Sonntags war das Wetter so nass und düster, dass die Gemeindemitglieder unter sich sagten: „Heute findet unser Prediger sicher nichts, wofür er danken kann.“ Zu ihrer Überraschung jedoch trat Whyte an diesem trüben Morgen auf die Kanzel und betete: „Danke, Herr, dass das Wetter nicht immer so ist wie heute.“ In unserem Leben gibt es Segnungen, die „kein Auge gesehen und kein Ohr gehört hat“ (V. 9) – unsichtbare Segnungen, die nicht erkennbar sind. Erstelle heute eine Liste mit möglichst vielen dieser Dinge.

Denke z.B. an die vielen Kilometer, die du schon ohne einen Platten gefahren bist. Oder an eine Sünde oder Gewohnheit, vor der dich der Herr bewahrt hat. Vielleicht hattest du auch schon einige gesundheitliche Probleme, aber vor vielen anderen bist du verschont geblieben. Schau dir immer wieder die Segnungen auf deiner Dankesliste an und du wirst feststellen, dass sie nicht einfach nur wächst, sondern ziemlich schnell länger wird.

Aktion:

Dankbarkeit sollte uns motivieren, für unsere Mitmenschen zu beten. Bitte Gott, dir Menschen zu zeigen, die unter besonderen Lebensumständen leiden, vor denen du verschont wurdest. Bete heute für diese Menschen.



Gott aber beweist
seine Liebe zu uns
dadurch, dass Christus
für uns gestorben ist,
als wir noch Sünder waren.

Römer 5,8

 *Belebe unsere Herzen™*

Tag 11 *Das allgrößte Geschenk*

Denn Christus ist, als wir noch kraftlos waren, zur bestimmten Zeit für Gottlose gestorben. Nun stirbt kaum jemand für einen Gerechten; für einen Wohltäter entschließt sich vielleicht jemand zu sterben. Gott aber beweist seine Liebe zu uns dadurch, dass Christus für uns gestorben ist, als wir noch Sünder waren. Wie viel mehr nun werden wir, nachdem wir jetzt durch sein Blut gerechtfertigt worden sind, durch ihn vor dem Zorn errettet werden! Römer 5,6-9

Als Christ erkenne ich, dass die Rettung von der zerstörerischen Kraft meiner Sünde und die Aufnahme in Gottes Familie das Beste ist, was mir passieren konnte – schon jetzt und bis in alle Ewigkeit. Denke eine Weile über diese Realität nach.

Leider stumpft unsere Wertschätzung für das wundervolle Opfer von Christus mit der Zeit ab. Das Leben ist so voll und kompliziert, dass die Tatsache unserer wunderbaren Errettung manchmal in den Hintergrund gedrängt wird. Sie ist uns nicht mehr bewusst.

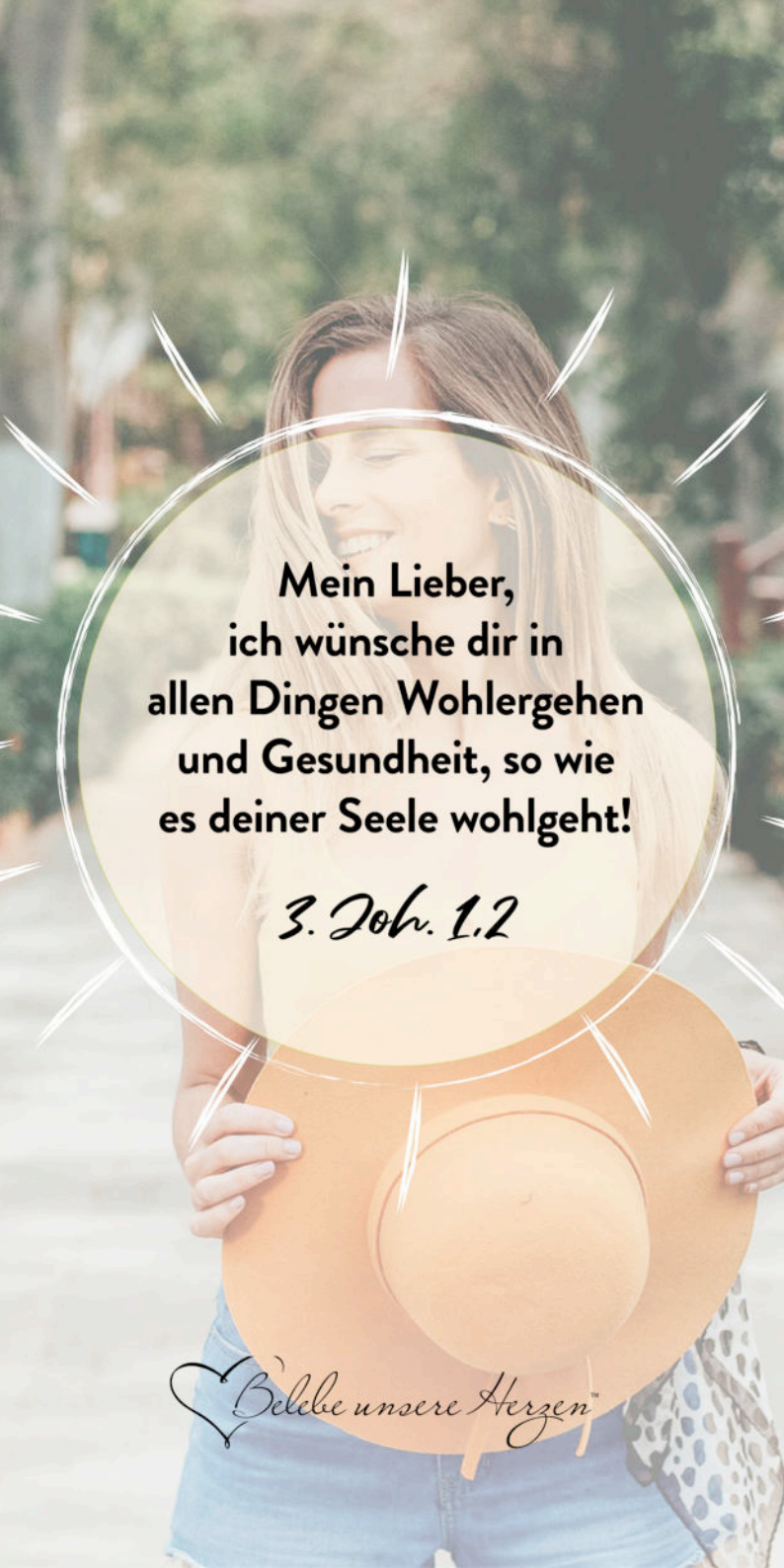
Eine Freundin umschreibt den bekannten Vers 8 aus Römer 5 folgendermaßen: „Gott zeigte seine Liebe zu uns darin, dass Christus für

uns starb, als wir noch offen gegen ihn rebellierten, kein Interesse an ihm hatten und ihn sogar verachteten – mitsamt allem, wofür er steht.“ Wie könnten wir dafür nicht zutiefst dankbar sein? Gott sei Dank, kann Gottes Licht der Gnade und Herrlichkeit neu in unser Leben scheinen, wenn wir durch Dankbarkeit den Schleier der Klagen lüften.

Aktion:

Die Rettung durch Christus ist unbeschreiblich herrlich, wie ein Diamant mit unzähligen brillanten Facetten. Welche geistlichen Segnungen aus den heutigen Versen gehören noch in deine Liste „Segnungen von Gott“?





**Mein Lieber,
ich wünsche dir in
allen Dingen Wohlergehen
und Gesundheit, so wie
es deiner Seele wohlgeht!**

3. Joh. 1.2

 *Belebe unsere Herzen™*

Tag 12 *Spürbare Dankbarkeit*

Der Älteste an den geliebten Gajus, den ich in Wahrheit liebe. Mein Lieber, ich wünsche dir in allen Dingen Wohlergehen und Gesundheit, so wie es deiner Seele wohlgeht! Denn ich freute mich sehr, als Brüder kamen und von deiner Wahrhaftigkeit Zeugnis ablegten, wie du in der Wahrheit wandelst. Ich habe keine größere Freude als die, zu hören, dass meine Kinder in der Wahrheit wandeln. 3. Johannes 1-4

Unzählige säkulare Studien und Forschungen bestätigen die Auswirkungen einer dankbaren Haltung auf unsere Gesundheit. Zwei Psychologen leiteten ein Forschungsprojekt über Dankbarkeit und Danksagung. Sie teilten einige Hundert Menschen in drei Gruppen auf und wiesen die Teilnehmer an, täglich Tagebuch zu führen. Die erste Gruppe schrieb einfach die Ereignisse des jeweiligen Tages auf. Die zweite Gruppe sollte nur ihre negativen Erfahrungen im Tagebuch festhalten. Die Personen aus der letzten Gruppe listeten jeden Tag das auf, wofür sie dankbar waren. Der Dankbarkeits-Gruppe wurde größere Wachsamkeit und Energie bestätigt, sie trieben mehr Sport und litten weniger unter Depressionen und Stress.

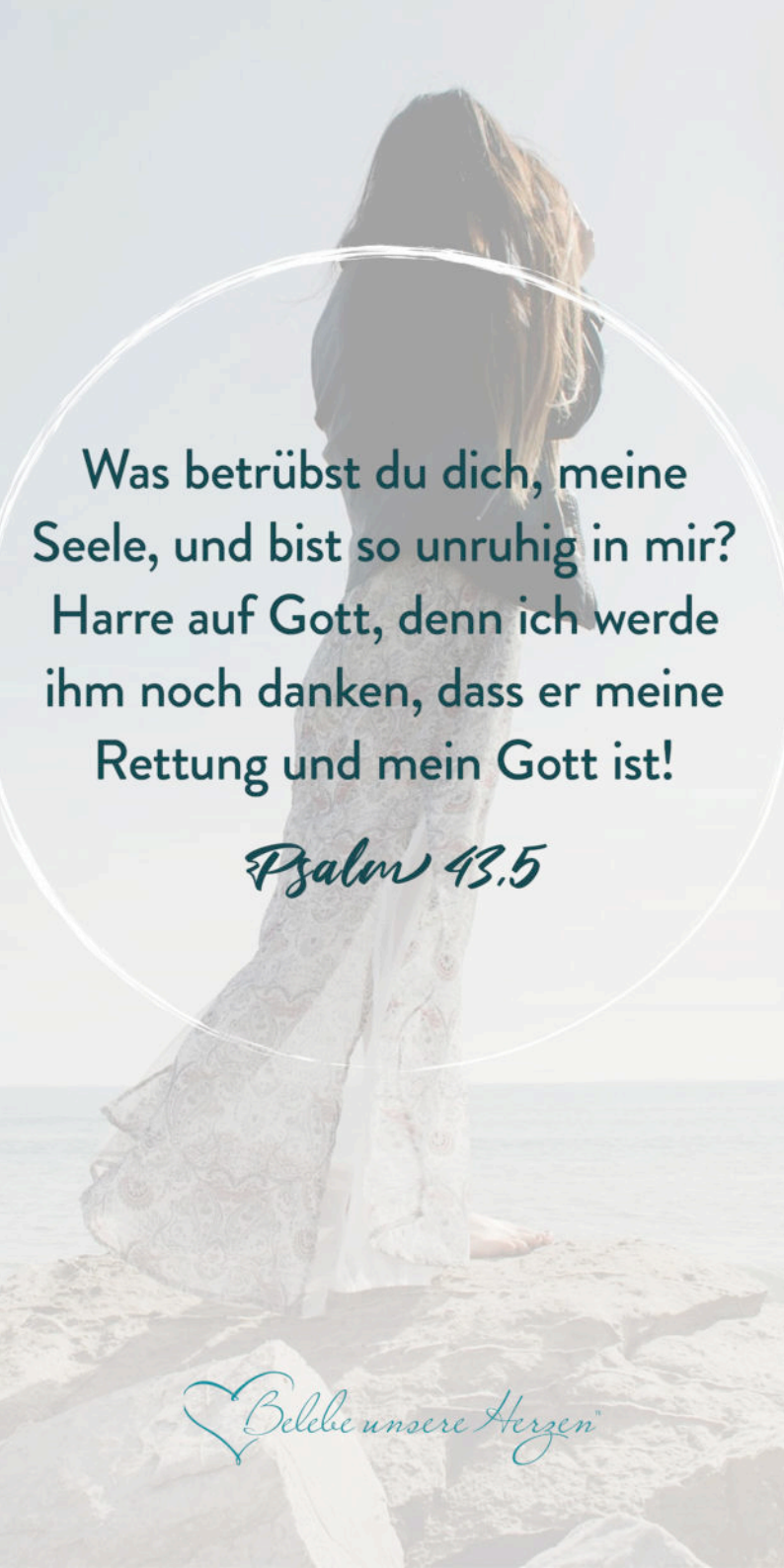
Zu einem besseren Schlaf und weniger medizinischen Problemen scheint Dankbarkeit auch beizutragen.

Der Apostel Johannes sagte seinen geliebten Söhnen und Brüdern in Christus: „Ich wünsche (bete), dass es dir in allem wohl geht und du gesund bist, wie es deiner Seele wohl geht.“ (Vers 2). Damit hat er zweifellos Recht. Wenn wir fröhlich im Herrn bleiben und dankbar für seine Segnungen sind, wird uns dies körperlich kräftigen und stärken. Wir haben keine Garantie für körperliche Gesundheit, wenn wir ein göttliches Leben führen, aber ein (geistlich) gesundes Herz kann viel zu unserem physischen und emotionalen Wohl beitragen. Was denkst du, warum das so ist?

Aktion:

Seit mehr als zehn Tagen befinden wir uns nun auf unserer Reise zur Dankbarkeit. Welche Unterschiede in deinem Allgemeinzustand und deiner Einstellung konntest du bislang feststellen? Schreibe diese Segnungen in dein Notiz- oder Tagebuch.





Was betrübst du dich, meine
Seele, und bist so unruhig in mir?
Harre auf Gott, denn ich werde
ihm noch danken, dass er meine
Rettung und mein Gott ist!

Psalm 43.5

Belebe unsere Herzen™

Tag 13 *Dankbarkeit am Nullpunkt*

Was betrübst du dich, meine Seele, und bist so unruhig in mir? Harre auf Gott, denn ich werde ihm noch danken, dass er meine Rettung und mein Gott ist! Psalm 43,5

Wenn sich dein Herz nach mehr Dankbarkeit sehnt, dann sind die Psalmen der richtige Ort zum Verweilen - aber nicht etwa, weil sie vor fröhlicher und optimistischer Stimmung übersprudeln. Viele, die sich auf eine Reise durch die Psalmen begeben, sind überrascht, dass sie von der ganzen Bandbreite menschlicher Empfindungen erfüllt sind. Sie erzählen von grausamen Belastungen, von tiefen Tälern der Depressionen und von Menschen, deren Leben kaum noch lebenswert erschien. Und dennoch sehen wir, dass die Psalmen die einzig mögliche Lösung für Schwierigkeiten, Trauer, Schmerz und Verlust aufzeigen, nämlich, sich wieder Gott zuzuwenden, um ihn zu loben und sich ihm in Dankbarkeit zu nahen. Jeder andere Lösungsversuch erweist sich als leer und kurzlebig, ja sogar unfähig, uns echte Hoffnung in unerträglichen Situationen unseres Lebens zu geben.

„Was bist du so aufgelöst, meine Seele, und was stöhnst du in mir? Harre auf Gott, denn ich werde ihn noch preisen, das Heil meines Angesichts und mein Gott.“ (Psalm 43,5) „Mag auch mein Leib und mein Herz vergehen - meines Herzens Fels und mein Teil ist Gott auf ewig.“ (Psalm 73,26) „Denn einen Augenblick stehen wir in seinem Zorn, ein Leben lang in seiner Gunst; am Abend kehrt Weinen ein, und am Morgen ist Jubel da.“ (Psalm 30,6)

Es kann sein, dass dein Herz schreit: „O Gott, lass es Morgen sein!“ Hoffe weiter auf ihn, bis der Tag endlich anbricht. Selbst in der allerdunkelsten Nacht kannst du seinen Frieden und seine Ruhe erfahren und wissen, dass der Jubel am Morgen naht. Entscheide dich dafür, deine Freude nicht von Stürmen oder Flauten beeinflussen zu lassen, sondern von der Gegenwart Gottes. Entscheide dich dafür, dich heute in ihm zu freuen.

Aktion:

Suche dir einige Psalmen aus und lese sie im Laufe des Tages (möglichst laut). Beobachte selbst, ob dabei nicht auch in deinem Herzen Lob und Dank aufflammen.



Belebe unsere Herzen™

Auf Gott vertraue ich
und fürchte mich nicht;
was kann ein Mensch
mir antun?

Psalm 56.12

Tag 14 *Dankbarkeit auf der Flucht*

Wenn mir angst ist, vertraue ich auf dich! (...) An dem Tag, da ich rufe, weichen meine Feinde zurück; das weiß ich, dass Gott für mich ist. In Gott will ich rühmen das Wort, im HERRN will ich rühmen das Wort. Auf Gott vertraue ich und fürchte mich nicht; was kann ein Mensch mir antun? Die Gelübde, die ich dir, o Gott, gelobte, liegen auf mir; ich will dir Dankopfer entrichten! Denn du hast meine Seele vom Tod gerettet, meine Füße vom Gleiten, damit ich wandle vor dem Angesicht Gottes im Licht des Lebens. Psalm 56,4; 10-14

Psalm 56 ist eine Hymne des Lobes und Vertrauens, der Zuversicht und Kraft, der Anbetung und Dankbarkeit.

Als David auf der Flucht vor Saul von den Philistern in der Stadt Gath ergriffen wurde, tat er so, als sei er wahnsinnig, um einer Inhaftierung zu entgehen. Hier sehen wir einen absolut verzweifelten Mann in einer ausweglosen Situation.

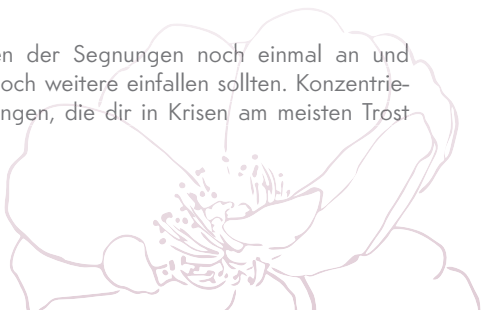
Und doch konnte sich David inmitten dieser intensiven und angsteinflößenden Lage voll unter Gottes Schutz stellen. In der Beziehung mit Gott fand er die Kraft, sagen zu können: „Wenn mir angst ist, vertraue ich auf dich ... was kann ein Mensch mir antun?“ (V. 4-5) Er leugnete nicht die Realität, die er erlebte, aber er fand einen Grund, selbst im Schmerz dankbar zu sein, weil er erkannte, dass der Herr alle seine Tränen „in seinem Schlauch sammelt“ (V. 9).

Davids Fazit aus dieser Erfahrung lautete: „Ich will dir Dankopfer entrichten! Denn du hast meine Seele vom Tod gerettet, meine Füße vom Gleiten, damit ich wandle vor dem Angesicht Gottes im Licht des Lebens.“ (V. 13-14)

Vielleicht fällt es dir heute schwer für etwas dankbar zu sein. Vielleicht siehst du nur, was alles falsch gelaufen ist, was schmerzt und was andere Menschen dir antun. Aber richte deinen Blick über deine Umstände und über deine Ängste hinaus auf Gott und bitte ihn, dir zu offenbaren, wie er inmitten all dieser Umstände am Werk ist.

Aktion:

Schau dir deine Listen der Segnungen noch einmal an und ergänze sie, falls dir noch weitere einfallen sollten. Konzentriere dich auf die Segnungen, die dir in Krisen am meisten Trost bringen.



A hand wearing a grey knitted sweater sleeve holds a lit sparkler. The sparkler is bright and glowing, with many sparks flying out. The hand and sparkler are centered within a thin white circular border. The background is a soft, out-of-focus light blue and white.

Wer Dank opfert,
der ehrt mich,
und wer seinen Weg recht
ausrichtet, dem zeige
ich das Heil Gottes!

Psalm 50.23

Belebe unsere Herzen

Tag 15 *Dank als Opfer*

Opfere Gott Dank und erfülle dem Höchsten deine Gelübde; und rufe mich an am Tag der Not, so will ich dich erretten, und du sollst mich ehren! (...) Wer Dank opfert, der ehrt mich, und wer [seinen] Weg [recht] ausrichtet, dem zeige ich das Heil Gottes! Psalm 50,14-15; 23

Es gibt Zeiten im Leben, in denen uns Dankbarkeit ein Opfer abverlangt. Das ist nicht leicht, aber ich bete, dass du dem Herrn dein Herz öffnest und dich darauf einlassen kannst. Notiere einmal alle deine Schwierigkeiten und Probleme und nimm sie als Anlass zum Danken.

Diese Aufgabe mag dir befremdlich vorkommen oder gar unmöglich! Wir sollen sicher nicht für Sünde danken. Wir wissen, dass Gott alle Dinge dieser gefallenen Welt gebraucht, um seine Absichten auszuführen. Und hierzu gehört auch die Heiligung seiner Kinder.

Ja, es ist ein Opfer, Gott zu danken angesichts der vor dir liegenden Liste. Wahrscheinlich fühlst du dich nicht danach, dieses Opfer zu bringen. Aber genau das ist unserem Herrn wohlgefällig. Und was noch mehr zählt, ist

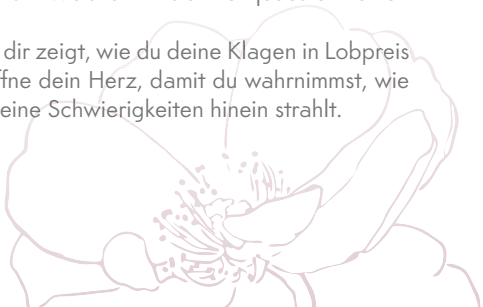
sein Versprechen denen gegenüber, die Dankbarkeit üben. Er wird sie nämlich „das Heil Gottes sehen lassen.“ (V. 23) Du wirst seine Hilfe auf eine neue und unglaubliche Weise erleben, wenn Dankbarkeit die Grundlage deines veränderten Verhaltens wird, selbst unter Druck und in Schwierigkeiten. Entdecke, wie Gott diese Umstände in deinem Leben nutzt. Es kann sein, dass du abhängiger von ihm wirst, mehr betest oder dich stärker auf seine Versprechen stützt.

Gott wird mitten in unseren Nöten und Leiden wunderbare Dinge tun, wenn wir ihn am Tag der Not (V.15) anrufen. Danke ihm im Glauben, und er wird jede dieser Situationen gebrauchen, um sich zu verherrlichen.

Aktion:

Bete für jede schmerzhafteste Situation und für die zerbrochenen Beziehungen, die auf deiner Liste stehen. Bitte Gott um ganz besondere Gnade und um Weisheit hinsichtlich jedes einzelnen Punktes.

Bete darum, dass Gott dir zeigt, wie du deine Klagen in Lobpreis verwandeln kannst. Öffne dein Herz, damit du wahrnimmst, wie seine Gnade auch in deine Schwierigkeiten hinein strahlt.





Du hast mir meine Klage
in einen Reigen
verwandelt; du hast mein
Trauergewand gelöst und mich
mit Freude umgürtet...!

Psalm 30,12-13

Belebe unsere Herzen™

Tag 16 *Danken und Singen*

Ihr alle, die ihr zum Herrn gehört, preist ihn mit euren Liedern, dankt ihm und denkt daran, dass er heilig ist! (...) ich kann dich mit meinen Liedern preisen. Dir, Herr, mein Gott, gilt allezeit mein Dank! Psalm 30,5; 13 (GNB)

Mein Vater hatte eine bescheidene Singstimme. Dennoch nutzte er sie, um lautstark Loblieder zu singen. Er war überhaupt nicht ängstlich oder gehemmt. Ich bin dankbar für sein Vorbild und habe immer versucht, es ihm gleichzutun.

Das Christentum ist ein „singender“ Glaube. Die Psalmen werden auch „das Liederbuch des antiken Israel“ genannt. Meistens sangen die Psalmisten Lob- und Danklieder. Die Verse 5 und 13 unserer heutigen Bibellese verbinden beides miteinander, Singen und Danken.

Ich habe mich schon oft gefragt, warum die Schrift so viel Wert auf gesungenes Lob für den Herrn legt und warum alle Gläubigen, unabhängig von ihrem Talent, aufgefordert werden, ihrem Herrn Loblieder zu singen.

In der Bibel finden wir zahlreiche Beispiele für die kraftvollen Auswirkungen von musikalischem Lob.

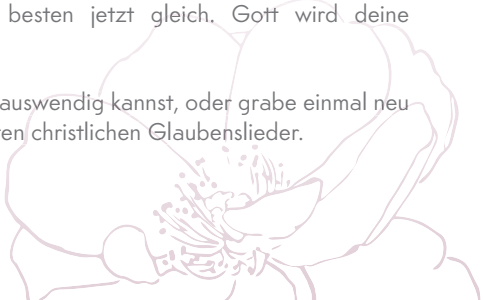
Wenn ich mich mit Frauen unterhalte, die entmutigt oder depressiv sind, stelle ich ihnen gern zwei Fragen. Erstens: „Lernst du Bibelverse auswendig?“ Und zweitens: „Singst du zum Lob des Herrn?“ Das sind zwar keine Wunderpillen, die jede emotionale Krankheit vertreiben, aber ich habe festgestellt, dass diese beiden Instrumente helfen, unser Herz neu auszurichten und den inneren Frieden wiederherzustellen.

In Zeiten, in denen ich niedergeschlagen oder entmutigt bin, singe ich Lob- und Danklieder. Manchmal weine ich dabei, aber während ich für meinen Herrn singe, werden mein Herz und mein Verstand wieder neu auf seine Güte und Liebe ausgerichtet.

Aktion:

Unsere heutige Lesung aus Psalm 30 fordert uns auf: „Lob-singt dem HERRN (...) und preist seinen heiligen Namen!“ (V.5) Daher sing, ganz gleich, ob es in deinem Herzen heute trübe oder sonnig ist! Sing am besten jetzt gleich. Gott wird deine „Freudentöne“ lieben!

Sing Loblieder, die du auswendig kannst, oder grabe einmal neu im Schatz der ganz alten christlichen Glaubenslieder.



Wohl dem Menschen,
der Weisheit findet, dem
Menschen, der Einsicht erlangt!
(...) Ihre Wege sind liebliche Wege
und alle ihre Pfade Frieden.
Sie ist ein Baum des Lebens
denen, die sie ergreifen, und wer sie
festhält, ist glücklich zu preisen.

Sprüche 3.13:18

Belebe unsere Herzen

Tag 17 *Glück ist...*

Wie glücklich ist der, der Weisheit fand; der Mann, der Verständnis erwarb. Denn Weisheit erwerben ist besser als Geld erwerben, ihr Gewinn ist mehr wert als Gold. (...) Ihre Wege sind Wege der Freude und ihre Pfade führen zum Glück. Spr. 3,13-14;17 (NBH)

In den letzten Tagen haben wir uns viel mit den Psalmen beschäftigt. Dabei haben wir entdeckt, wie sich Menschen in früheren Zeiten für Dankbarkeit statt für Bitterkeit entschieden haben.

Dankbar zu sein ist eine Entscheidung, die in göttlicher Weisheit wurzelt; und Weisheit ist das vorherrschende Thema im Buch der Sprüche. Ich hörte einmal folgende Definition: „Weisheit ist die Kompetenz, die für den Alltag benötigt wird.“ So besteht ein Zusammenhang zwischen unserem Bestreben nach Gottes Weisheit und der Art, wie wir unsere Herzen auf Dankbarkeit ausrichten. Ich glaube, dass die Abschnitte, die uns zu einem weisen und göttlichen Leben bewegen, auch auf unser Thema der Dankbarkeit anwendbar sind.

Darum gefällt mir auch die Aussage des heutigen Bibeltextes so gut. Im Englischen beginnt und endet der Abschnitt mit dem Wort „blessed“, gesegnet. So wird der Mensch beschrieben, wie Gott ihn sich vorstellt und wozu er ihn befähigt hat. Im Deutschen finden wir statt „blessed“ das Wort „glücklich“. Für die meisten Menschen hängt Glück mit ihren jeweiligen Umständen zusammen, für uns Christen jedoch nicht. Echtes Glück – unerschütterlicher innerlicher Friede, Zufriedenheit und Freude – entsteht, wenn wir uns die Segnungen Christi bewusst machen und ihm dafür danken.

Diese Art des Glücks möchte ich entdecken. Wie ist es bei dir? Gottes Wunsch ist, dass wir tiefen, inneren Frieden haben. Wenn wir also den Herrn um ein dankbares Herz bitten, sollte es uns nicht überraschen, wenn wir öfter als sonst ein Lächeln auf den Lippen haben, anspruchsloser sind und glücklicher darüber, was Gott in unserem Leben bewirkt.

Aktion:

Vergewissere dich, dass dein fröhliches und dankbares Herz nach außen hin sichtbar wird.





Gott aber ist treu;
er wird nicht zulassen,
dass ihr über euer
Vermögen versucht werdet,
sondern er wird zugleich mit
der Versuchung auch den
Ausgang schaffen, sodass ihr
sie *entragen könnt.*

1. Korinther 10,13



Belebe unsere Herzen™

Tag 18 *Ein hoher Preis für Murren*

□Murt auch nicht, so wie auch etliche von ihnen murrten und durch den Verderber umgebracht wurden. Alle diese Dinge aber, die jenen widerfuhren, sind Vorbilder, und sie wurden zur Warnung für uns aufgeschrieben, auf die das Ende der Weltzeiten gekommen ist. 1. Korinther 10,10-11

In 1. Korinther 10,1-13 erinnert Paulus an das Volk Israel in der Wüste und stellt vier begangene Sünden besonders heraus - Götzendienst (V.7), Unzucht (V.8), Christus versuchen (V.9) und Murren/Klagen (V.10) - sie alle zogen schreckliche Konsequenzen nach sich.

Wir können nachvollziehen, dass Gott die ersten drei Sünden bestrafen musste. Es ist allerdings erschreckend festzustellen, dass in einem Atemzug mit diesen Sünden auch das Murren genannt wird. Gott nimmt jedoch alle Sünden gleichermaßen ernst!

Die in 1. Korinther 10,10 erwähnte Sünde bezieht sich auf die Ereignisse in 4. Mose 11; 14 und 16. Nimm dir zum besseren Verständnis die Zeit, diese Kapitel durchzulesen.

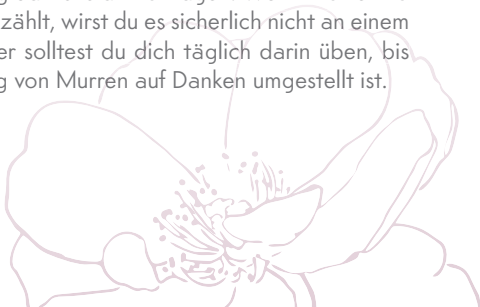
Murren ist das krasse Gegenteil von Dankbarkeit. Murren beginnt im Herzen - wie Dankbarkeit auch - und ist an unseren Worten erkennbar. Es entsteht aus der Unzufriedenheit darüber, wie Gott uns versorgt.


Philipper 2,14-15 sagt, dass wir alles ohne Murren tun sollen. Wenn wir das beherzigen, wird Christi Licht durch uns in diese dunkle Welt leuchten.

Hast du dich auch der Sünde des Murrens schuldig gemacht und bereust sie nun aufrichtig? Wenn ja, dann bekenne sie dem Herrn, und bitte ihn um Vergebung. Nimm dir vor, alles Klagen „auszuziehen“ und ein dankbares Herz „anzuziehen“.

Aktion:

Bitte Gott für die nächsten 24 Stunden um Sensibilität und Wachsamkeit für Situationen, in denen du normalerweise murren oder jammern würdest. Bitte ihn um seine Gnade, dass du in Momenten der Versuchung dankst statt zu klagen. Wenn Murren zu deinen Gewohnheiten zählt, wirst du es sicherlich nicht an einem einzigen Tag los! Daher solltest du dich täglich darin üben, bis deine Grundeinstellung von Murren auf Danken umgestellt ist.





Wir sind es Gott schuldig,
allezeit für euch zu danken, Brüder,
wie es sich auch geziemt, weil euer
Glaube über die Maßen wächst
und die Liebe jedes Einzelnen von
euch zunimmt allen gegenüber.

1. Thess. 1,3

Belebe unsere Herzen

Tag 19 *Menschen haben Bedeutung*

Das ist denn auch der Grund, weshalb ich auf die Kunde von eurem Glauben an den Herrn Jesus und von eurer Liebe zu allen Heiligen mit der Danksagung für euch nicht aufhöre und in meinen Gebeten euer mit Namensnennung gedenke.

Epheser 1,15-16 (Menge)

Der Apostel Paulus war ganz offensichtlich ein dankbarer Mensch. Der Grund hierfür ist, dass er niemals vergaß, was er Gott zu verdanken hatte. In seinem Leben sehen wir das Prinzip „Schuld + Gnade = Dankbarkeit“.

Paulus war auch dankbar für andere Menschen, besonders für Brüder und Schwestern in Christus, Mitdiener und Mitarbeiter. In seiner Korrespondenz drückte er nicht nur allgemein Dank aus, sondern er nahm sich auch die Zeit, Einzelne besonders zu erwähnen und herauszustellen. Die ausführlichste Aufzählung finden wir in Römer 16. Von den meisten Personen, deren Namen wir kaum aussprechen können, lesen wir nur wenig oder gar nichts mehr in der Bibel.

Paulus hielt es für wichtig, sie namentlich zu erwähnen, da Gott diese Menschen in seiner Güte gebraucht hatte, um ihm (Paulus) zu dienen. Zudem war ihm bewusst, dass kein Mensch nur für sich selbst leben kann. Wir alle brauchen einander und durch gleichgesinnte Gläubige wird unser Leben reicher und gesegneter.

Menschen bedeuten Gott viel. Deshalb sollten sie uns auch viel bedeuten. Es ist wichtig, dass wir uns die Zeit nehmen, das anzuerkennen und wertzuschätzen, was auch weniger bekannte Menschen zu Gottes Reich und unserem Leben beitragen.

Von Zeit zu Zeit suche ich nach besonderen Möglichkeiten, für die Menschen zu danken, die mein Leben bereichern, und ihnen gegenüber diesen Dank zum Ausdruck zu bringen. Ich bin überzeugt davon, dass sie dadurch ermutigt werden.

Aktion:

Erstelle eine Liste der Menschen, die dein Leben in irgendeiner Art und Weise beeinflusst haben. Überlege beim Aufschreiben der einzelnen Namen: „Habe ich dieser Person jemals dafür gedankt, wie sie sich von Gott in meinem Leben hat gebrauchen lassen?“





Behalte unsere Herzen

...das Endziel des Gebotes
aber ist Liebe aus reinem
Herzen und gutem Gewissen
und ungeheucheltem Glauben.

1. Tim. 1.5

Tag 20 *Dankbarkeit für zu Hause*

Ich danke Gott, dem ich (...) mit reinem Gewissen diene, wie ich unablässig deiner gedenke in meinen Gebeten Nacht und Tag. (...) Denn ich erinnere mich des ungeheuchelten Glaubens in dir, der zuerst in deiner Großmutter Lois und deiner Mutter Eunike wohnte, ich bin aber überzeugt, auch in dir. 2. Timotheus 1,3.5 (ELB)

Es scheint oft einfacher zu sein, Menschen zu danken, die wir kaum kennen, als unseren eigenen Familienmitgliedern. Könnte es daran liegen, dass wir sie so gut kennen (und sie uns!)? Möglicherweise schätzen wir sie schon, halten sie aber für selbstverständlich.

Das Vorhandensein Gott wohlgefälliger Charaktereigenschaften äußert sich vor allem in den eigenen vier Wänden. Wir können daher nicht einerseits sagen, wir lieben Gott und geben andererseits unseren Angehörigen seine Liebe nicht weiter oder dulden Bitterkeit ihnen gegenüber in unseren Herzen.

Auch wenn wir uns unsere Familie nicht aussuchen können, werden wir trotzdem dazu aufgefordert, unsere Verwandten zu lieben und für sie zu sorgen, unabhängig von ihrer jeweiligen Persönlichkeit, ihren Eigenarten oder ihren Charakterschwächen. Und wir alle wissen, dass das nicht immer einfach ist!

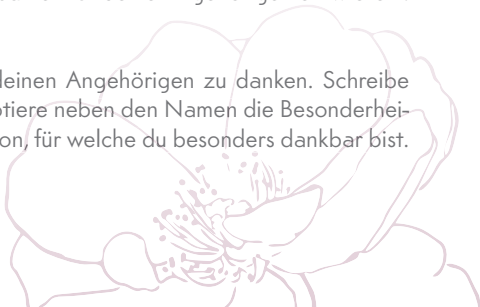
Timotheus hatte eine gläubige Mutter und Großmutter (da fällt Dankbarkeit leicht). Über seinen Vater wissen wir wenig. Einige Bibelkommentatoren vermuten, dass er kein Christ war. Und doch hatte Timotheus allen Grund, für seine Familie dankbar zu sein.

Unabhängig von deinem Familienerbe ist es wichtig zu erkennen, dass Verwandte kein Resultat eines genetischen Zufalls sind, sondern dass Gott dich in seiner Souveränität in eben diese Familie gestellt hat, und dass er deine Familie – mit allen Ecken und Kanten – dazu gebrauchen möchte, um dich zu heiligen und in das Ebenbild seines Sohnes zu formen.

Wenn du dir diese Wahrheit zu Herzen nimmst, wirst du eine neue und tiefere Dankbarkeit für deine Angehörigen entwickeln.

Aktion:

Nimm dir heute vor, deinen Angehörigen zu danken. Schreibe ihre Namen auf und notiere neben den Namen die Besonderheiten der jeweiligen Person, für welche du besonders dankbar bist.




Jeder Weg eines Mannes
ist gerade in seinen Augen,
aber der die Herzen prüft,

ist der Herr.

Gerechtigkeit und Recht
üben ist dem HERRN
lieber als Schlachtopfer.

Sprüche 21.2-3

 *Belebe unsere Herzen™*

Tag 21 *Alle unter einem Dach*

Es ist besser, in einem Winkel auf dem Dach zu wohnen, als gemeinsam mit einer zänkischen Frau in einem Haus. Sprüche 21,9

Ich möchte ausdrücklich vor der Gefahr warnen, die durch unsere Zunge verursacht wird, wenn sie aufbrausend, aggressiv und unzufrieden ist.

Aber während wir uns diese Warnung zu Herzen nehmen, wollen wir die Zunge auch in ein positives Licht rücken. Wenn nämlich ein großer Vorteil von Dankbarkeit der ist, dass sie uns grundlegend zu glücklicheren Menschen macht, bedeutet dies in der Schlussfolgerung, dass Dankbarkeit auch alle jene glücklicher macht, die mit uns zusammenleben.

In den folgenden Bibelversen ist die erste Hälfte jeweils besonders erstrebenswert und wir sollten diese Anweisungen ebenso gern beherzigen, wie wir den jeweils letzten Teil unbedingt vermeiden wollen: „Die Weisheit der Frauen baut ihr Haus, die Torheit reißt es ein mit eigenen Händen.“ (Spr. 14,1) „Eine heilsame Zunge ist ein Baum des Lebens, ist aber Verkehrtheit an ihr, verwundet sie den Geist.“ (Spr. 15,4) „Eine tugendhafte Frau ist die Krone ihres Mannes, aber eine schändliche ist wie ein Fraß an seinen Gebeinen.“ (Spr. 12,4)

Die regenerierende Kraft eines dankbaren Herzens und einer dankbaren Zunge ist viel mächtiger, als wir es uns vorstellen können. Genauso unvorstellbar ist das zerstörerische Potential von Verbitterung oder wenn wir unserem Nächsten im täglichen Miteinander Schwierigkeiten bereiten. „Freundliche Worte sind wie Honig, süß für die Seele und heilsam für das Gebein.“ (Sprüche 16,24). Wir wollen darauf achten, dass unsere Worte diese angenehme Wirkung haben.

Aktion:

Bitte Gott heute, über dein Herz und deine Zunge zu wachen. Immer dann, wenn du dich über etwas beschweren willst oder dich selbst Worte sagen hörst, die jemand Anderem gegenüber streitsüchtig oder kritisch sind, statt gütig, freundlich und gottgefällig, dann halte inne! Bitte den Herrn, dir zu vergeben. Und bitte auch die Menschen um Vergebung, die vielleicht Zeugen dieser Worte wurden.



Armut und
Reichtum gib
mir nicht, lass mich
das Brot, das ich
brauche, genießen,
damit ich nicht, satt
geworden, leugne & sage:

*Wer ist denn
den HERR!*

Sprüche 30,8-9

Belebe unsere Herzen™



Tag 22 *Glücklich mit dem, was wir haben*

Zweierlei erbitte ich mir von dir, das wollest du mir nicht versagen, ehe ich sterbe: Falschheit und Lügenwort entferne von mir; Armut und Reichtum gib mir nicht, nähre mich mit dem mir beschiedenen Brot; dass ich nicht aus Übersättigung dich verleugne und sage: Wer ist der HERR? Dass ich aber auch nicht aus lauter Armut stehe und mich am Namen meines Gottes vergreife! Spr. 30,7-9

Dankbarkeit und Zufriedenheit sind nicht dasselbe, aber sie sind so eng miteinander verwandt, dass man sehen kann, wie sie in unseren Herzen zusammenwirken. Dieser Abschnitt aus den Sprüchen bringt beide in einen direkten Zusammenhang.

Es gibt Pastoren und Lehrer, die die Ansicht vertreten, Gott wolle materiellen Reichtum für Christen. Andere fallen auf der anderen Seite vom Pferd, indem sie stolz ihre Armut wie einen Mantel selbstgerechter Heiligkeit zur Schau tragen.

Die heutige Stelle aus den Sprüchen gibt uns in dieser Angelegenheit die richtige Perspektive. Dieses Wort lehrt uns, dass es uns nicht darum gehen sollte, die wirtschaftliche Leiter hoch- oder herunter zu klettern. Wir sollten stattdessen für die Position dankbar sein, in der wir uns befinden. Nicht nur, weil alles andere sündig oder stolz wäre, sondern auch, weil wir nicht wissen, wovor uns der Herr bewahrt, indem er uns nicht alles gibt, was wir uns wünschen. Selbst wenn wir viel weniger als andere besitzen; weder Geld noch der Mangel daran wird unsere zufriedene Abhängigkeit von Gott erschüttern, solange unser Herz voll Dankbarkeit ist.


Aktion:

Geld ist nicht alles, aber unser Verlangen danach kann unsere Dankbarkeit dämpfen. Bitte den Herrn, dir die Wurzeln der Unzufriedenheit oder der „Geldliebe“ in deinem Herzen zu zeigen. Bitte ihn, dich mit dem zu versorgen, was du seiner Ansicht nach brauchst – genug, um dich vor der Versuchung zu bewahren, dir das zu beschaffen, was du deiner Meinung nach brauchst; aber nicht so viel, dass du dich nicht mehr auf ihn als Versorger verlässt. Nimm dir Zeit, ihm heute für seine praktische und materielle Versorgung in deinem Leben zu danken.



Die Gottesfurcht mit
Genügsamkeit aber ist
ein großer Gewinn; denn
wir haben nichts in die Welt
hereingebracht, sodass wir auch
nichts hinausbringen können.

1. Tim. 6,6

 *Belebe unsere Herzen™*

Tag 23 *Dankbarkeit ist immer genug*

Die Fähigkeit, mit wenigem zufrieden zu sein, ist tatsächlich ein großer Reichtum. Schließlich haben wir bei unserer Geburt nichts mitgebracht und wir können auch nichts mitnehmen, wenn wir sterben. Deshalb wollen wir zufrieden sein, solange wir nur genug Nahrung und Kleidung haben. 1. Tim. 6,6-8 (NLB)

Andrew Carnegie, der reichste Mensch seiner Zeit, hinterließ bei seinem Tod im Jahr 1919 einem Angehörigen eine Million Dollar. Nun wurde er aber regelrecht zornig und bitter gegenüber seinem Wohltäter, weil Carnegie gleichzeitig 365 Million Dollar wohltätigen Stiftungen hinterließ.

Oberflächlich betrachtet ist das kaum nachvollziehbar. Wie kann jemand eine Million Gründe zur Dankbarkeit haben und 100 Millionen Dinge aufzählen, bei denen er zu kurz gekommen ist? Haben wir vielleicht das gleiche Anspruchsdenken Gott gegenüber? Wie oft erwarten oder verlangen wir mehr als den Überfluss, den wir bereits besitzen?

Ein Grund ist, dass wir immer wieder vergessen, dass Gott uns nichts schuldig ist. Wir sind die Schuldner. Wir sind diejenigen, die schulden. Wir meinen, wir verdienen mehr (oder etwas anderes oder Besseres), als wir bereits haben und vergessen oder minimieren damit alle Segnungen Gottes in unserem Leben, die wir bereits erhalten haben und fortwährend erhalten. Wir begnügen uns nicht mit Essen, Kleidung und einem Dach über dem Kopf, sondern jammern, wenn wir nicht ein bestimmtes Haus haben, ein bestimmtes Auto fahren, einen bestimmten Beruf ausüben, eine bestimmte Ehe führen und bestimmte Freunde haben, die in einer bestimmten Nachbarschaft und Einkommensklasse leben.

Wir unterscheiden uns gar nicht so sehr von Carnegies undankbarem Angehörigen. Es ist an der Zeit, dass wir Dankbarkeit zu unserer Fahrkarte in die Freiheit machen. Wahr ist: Dankbarkeit bringt uns an einen Ort der schlichten Zufriedenheit.

Aktion:

Welche deiner Wünsche definierst du als Bedürfnisse? Bitte Gott, dir zu zeigen, wo du blind für seine Gnade geworden bist. Decke es auf. Bekenne es. Und tausche es gegen den Überfluss, den Gott denen verheißt, die dankbar sind.



Belebe unsere Herzen

Da fiel sie auf ihr Angesicht
und warf sich zur Erde nieder
und sagte zu ihm: Warum habe ich
Gunst gefunden in deinen Augen,
dass du mich beachtest, wo ich doch
eine Fremde bin?

Ruth 2.10

Tag 24 *Eine Frau nach dem Herzen Gottes*

Ruth warf sich ihm zu Füßen. »Warum bist du so freundlich zu mir?«, fragte sie. »Warum beachtest du mich, obwohl ich eine Ausländerin bin?« »Man hat mir genau erzählt, was du nach dem Tod deines Mannes alles für deine Schwiegermutter getan hast«, antwortete Boas (...) »Ich hoffe, ich finde auch weiterhin dein Wohlwollen, mein Herr«, antwortete sie. »Du hast mir Mut gemacht und freundlich mit mir geredet, obwohl ich noch nicht einmal wie eine deiner Mägde bin.« Ruth 2,10-11; 13 (NLB)

Im Buch Ruth wird uns ein sehr eindrückliches Beispiel einer Frau aufgezeigt, das äußerst nachahmenswert ist. Ganz gleich, ob du die Geschichte gut oder weniger gut kennst, ist es bestimmt segensreich, das kurze Buch mit den vier Kapiteln heute nochmal zu lesen.

Ruth hatte ein demütiges Herz. Diese Tugend ist eine Folge von Dankbarkeit. Ruth bestand nicht auf ihren Rechten. Sie verlangte nicht, dass Boas für sie sorgte, indem er ihr erlaubte, auf seinen Feldern Ähren zu lesen. Weil sie ihre Ansprüche unter ihre Erwartungen stellte, konnte sie überaus dankbar sein, als Boas tatsächlich großzügig war. Die Verse 10 und 13 zeigen keine Schmeichelei, sondern drücken tiefe, demütige Dankbarkeit aus. Zu viele von uns meinen, die Welt schulde uns etwas. „Du sollst dies oder das für mich tun. Du sollst meine Bedürfnisse stillen.“ Aber das demütige, dankbare Herz sagt: „Ich verdiene es nicht und es beweist erstaunliche Gnade, dass du dich meiner Bedürfnisse annimmst.“

Ruth wollte einfach nur mit einem demütigen und dankbaren Herzen dienen, und Gott selbst kümmerte sich um ihre Bedürfnisse. Er wird das Gleiche für dich tun.

Aktion:

1. Kennst du jemanden, der jederzeit Dankbarkeit ausstrahlt? Was macht diesen Menschen so besonders? Was kannst du von ihm lernen?
2. Schreibe ein Gebet in dein Tagebuch. Bitte Gott, dass er dir Ruths vorbildliche Charaktereigenschaften schenkt.



Belebe unsere Herzen™

Und du wirst essen
und satt werden, und
du sollst den HERRN,
deinen Gott, für das
gute Land preisen,
das er dir gegeben hat.

5. Mose 8.10

Tag 25 *Ein Feiertag zum Danken*

Der Herr, euer Gott, wird euch in ein schönes und fruchtbares Land bringen. Wenn ihr euch dann satt essen könnt, sollt ihr dem Herrn, eurem Gott, aus vollem Herzen danken für das gute Land, das er euch gegeben hat. 5. Mose 8,7.10 (GNB)

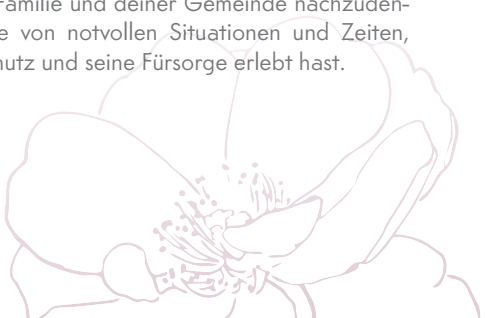
Historiker haben verschiedene Ansichten zum ersten Thanksgiving-Fest in den USA. Wir wissen aber, dass die Reise der Pilgerväter hart war. Krankheit und Stürme waren Begleiter auf der beschwerlichen Überfahrt in die Neue Welt. Fast die Hälfte derer, die sich auf die Reise begeben hatten, überlebte es nicht. Obwohl sie täglich ums Überleben kämpften und in großer Sorge um ihre Familien waren, zeigen ihre Berichte eine dankbare Haltung. Seit die Mayflower angelegt hatte, trafen sich die Pilgerväter jeden Sonntag zu stillem Gedenken und Gebet, sie sangen Loblieder und hörten eine Predigt. So dankten sie Gott zu Beginn jeder neuen Woche.


Als sie die Rationen regelmäßig halbieren mussten, weil ihr Getreide in den ersten langen Wintern nicht ausreichte, schrieb William Bradford, dass sie die Worte aus 5. Mose 8,3 am eigenen Leib erfuhren, dass nämlich „der Mensch nicht vom Brot allein lebt, sondern dass er von all dem lebt, was aus dem Mund des HERRN hervorgeht.“ Als dann die Ernten reichlicher ausfielen, kehrten sie dennoch Gott nicht den Rücken zu. Edward Winslow schrieb: „Nachdem wir die vielen Liebesbeweise Gottes gesehen hatten, hielten wir es für ein Zeichen der Undankbarkeit, wenn jeder für sich im stillen Kämmerlein danken würde. Darum legten wir einen Feiertag fest, an dem wir Gott Ehre und dankbares Lob brachten, weil er so barmherzig gewesen war.“

Die Pilgerväter sind ein wunderbares Vorbild, weil sie sich für Dankbarkeit entschieden, unabhängig davon, ob sie Überfluss hatten oder in Not waren.

Aktion:

Nutze heute deine Gebetszeit, um über Gottes Treue in deinem Leben, in dem deiner Familie und deiner Gemeinde nachzudenken. Erstelle eine Liste von notvollen Situationen und Zeiten, in denen du seinen Schutz und seine Fürsorge erlebt hast.





Das Volk *jauchzte*
mit gewaltigem Jauchzen,
sodass die Stimme bis in
die Ferne gehört wurde.

Esra 3.13

Belebe unsere Herzen

Tag 26 *Aufruf zur Dankbarkeit*

Und sie stimmten einen Wechselgesang an und dankten dem HERRN und lobten ihn, dass er so gütig ist und dass seine Gnade ewiglich währt über Israel; und das ganze Volk lobte den HERRN mit großem Freudengeschrei darüber, dass nun der Grund für das Haus des HERRN gelegt war. Esra 3,11

Auf dem Höhepunkt des Bürgerkrieges, am 3. Oktober 1863, verfasste Abraham Lincoln eine Erklärung zu Thanksgiving, dem späteren nationalen Feiertag des „Dankens und Lobens“.

Zu Beginn nannte er viele Segnungen, die die Nation inmitten des schweren Konfliktes erlebt hatte. Hier ein Auszug:

„Weder menschlicher Rat, noch die Hand eines Sterblichen konnte diese großartigen Dinge je vollbringen. Es sind Gnadengeschenke des allerhöchsten Gottes, der in seiner Barmherzigkeit an uns gedachte (...).

Es schien mir passend und angemessen, dass das gesamte amerikanische Volk einmütig und einstimmig dieser Segnungen gedenken sollte – feierlich, ehrfurchtsvoll und dankbar. (...) Und ich schlage jedem vor, dass wir dies, wegen des Eigensinns und Ungehorsams unseres Volkes, in demütiger Buße tun. Wir flehen inbrünstig um das Eingreifen des Allmächtigen (...), damit wir uns wieder an Frieden, Harmonie, Ruhe und Einheit freuen können.“

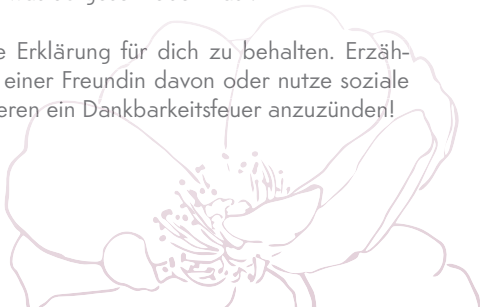
Inmitten dieses Konfliktes hatte Lincoln die Demut zu wissen, dass das ganze Volk Gott brauchte und dankbar bleiben musste, eine Einsicht, die wir auch heute mehr denn je benötigen.


Der Ruf nach Dankbarkeit geht über die Gemeinde hinaus und gilt für alle Lebensbereiche. Lasst uns beten, dass ein demütiger, dankbarer und bußfertiger Geist sowohl in unsere Herzen, als auch in die Herzen der Menschen in Führungspositionen einzieht.

Aktion:

Verfasse heute deine eigene „Dankbarkeits-Erklärung“. Nutze die Erkenntnisse, die der Herr dir in der letzten Woche geschenkt hat, und Schriftstellen, die dich besonders berührt haben. Dann widme dich ganz dem, was du geschrieben hast.

Es wäre schade, diese Erklärung für dich zu behalten. Erzähle deiner Familie oder einer Freundin davon oder nutze soziale Netzwerke, um in anderen ein Dankbarkeitsfeuer anzuzünden!





...vielmehr sei ein
Vorbild der Gläubigen
im Wort, im Wandel,
in Liebe, im Glauben,
in Keuschheit!

1. Tim. 4.12

♡ *Belebe unsere Herzen™*

Tag 27 *Zwischenstand*

Sei den Gläubigen ein Vorbild im Wort [und] im Wandel...!
aus 1. Timotheus 4,12

Wir nähern uns dem Ende unserer 30-tägigen Reise zur Dankbarkeit. Heute machen wir ein kleines Quiz, um festzustellen, welche Auswirkungen in deinem Leben bislang zu sehen sind, wo Dankbarkeit gewachsen ist und an welchen Punkten du noch arbeiten kannst.

Versuche, die folgenden Fragen offen zu beantworten, nicht nur einfach mit „Ja“ oder „Nein“, sondern so detailliert wie möglich.

Klage ich oft über meine Umstände, und bin ich der Ansicht, das hätte ich nicht verdient?

Hören meine Mitmenschen mich öfter klagen und negative Bemerkungen machen, als dass ich mich dankbar über Alltäglichkeiten äußere?

Würden mich andere Menschen als dankbar bezeichnen?

Welchen Beweis gibt es dafür, dass ich eine dankbare/undankbare Einstellung habe?

Wie oft beginne ich Aussagen mit: „Ich bin so dankbar, dass...?“

Welchen Eindruck erwecke ich: einen pessimistischen und negativen oder eher einen positiven und dankbaren?

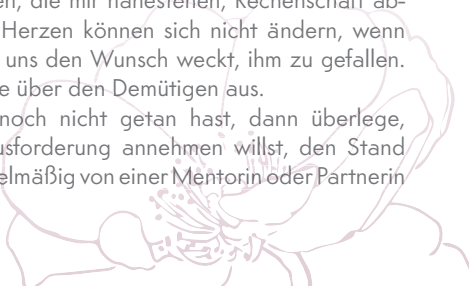
Bin ich zurückhaltend oder eifrig, anderen meine Anerkennung auszudrücken?

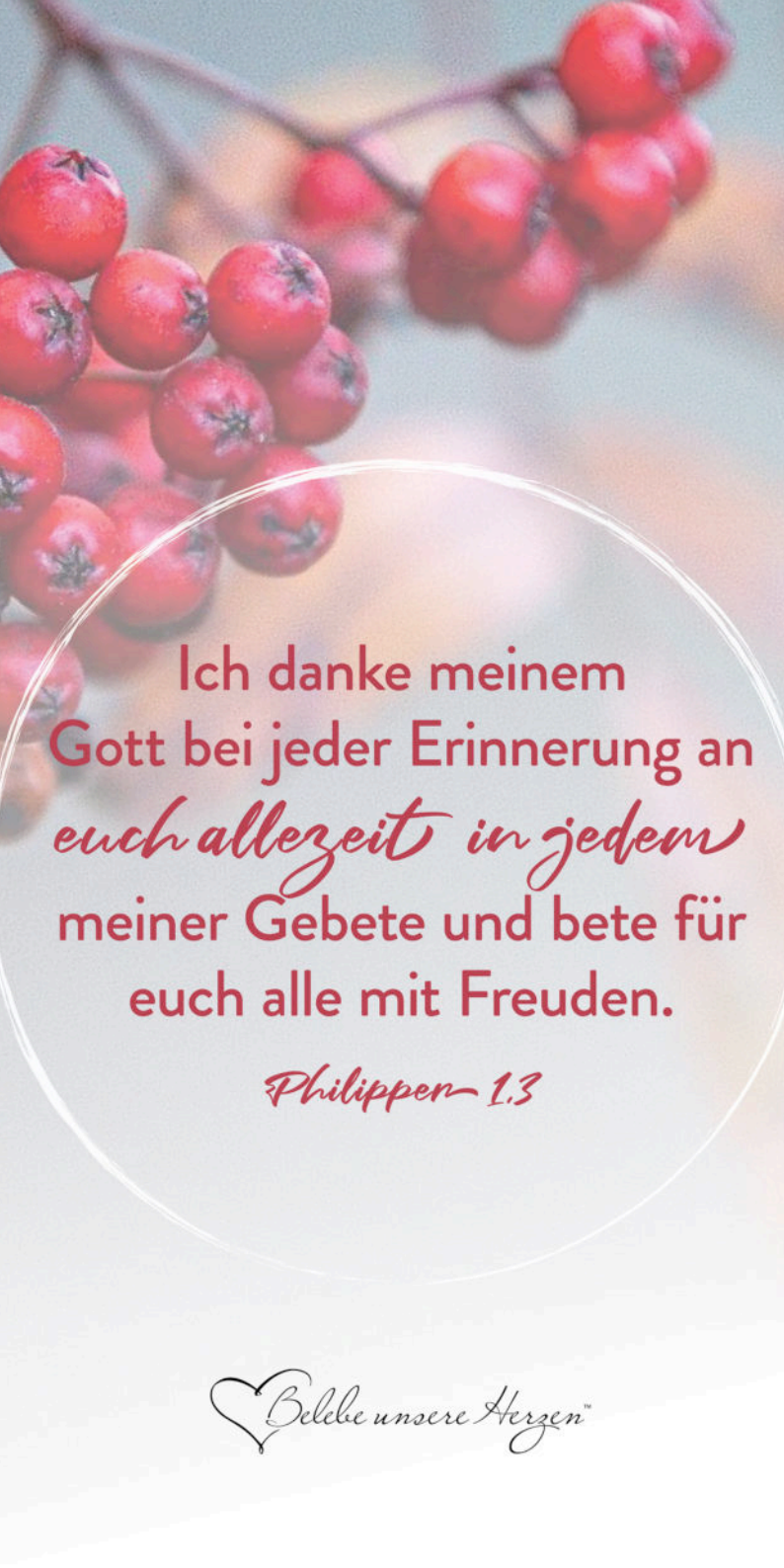
Das letzte mal habe ich Dank geäußert, als...

Aktion:

Während ich (Nancy) das Buch über Dankbarkeit schrieb, hat Gott neu an meinem Herzen gearbeitet, was dieses Thema für mein Leben bedeutet. Ich musste willig sein, mich zu demütigen, meine Not zu bekennen und Gott um Hilfe zu bitten. Auch musste ich bereit sein, denen, die mir nahestehen, Rechenschaft abzulegen. Denn unsere Herzen können sich nicht ändern, wenn Gottes Gnade nicht in uns den Wunsch weckt, ihm zu gefallen. Gott gießt seine Gnade über den Demütigen aus.

Wenn du es bislang noch nicht getan hast, dann überlege, ob du nicht die Herausforderung annehmen willst, den Stand deiner Dankbarkeit regelmäßig von einer Mentorin oder Partnerin einschätzen zu lassen.





Ich danke meinem
Gott bei jeder Erinnerung an
euch allezeit in jedem
meiner Gebete und bete für
euch alle mit Freuden.

Philippen 1.3

 *Belebe unsere Herzen™*

Tag 28 *Dankbarkeitskonto*

Ich danke meinem Gott, sooft ich an euch denke, wenn immer ich für euch alle bitte und voll Freude für euch eintrete im Gebet: Ich danke dafür, dass ihr am Evangelium teilhabt, vom ersten Tag an bis heute. Philipper 1,3-5 (ZB)

Geht es dir auch so, dass alles, was nicht fest im Tagesablauf eingeplant ist, untergeht? Hast du eine Prioritätenliste? Erst wenn Dankbarkeit, die auch nach außen erkennbar ist, zu unserem Lebensstil geworden ist, hören wir auf, sie bloß als Option zu verstehen. Wenn Dankbarkeit sich zu unseren anderen hübschen Vorhaben gesellt, die wir irgendwann einmal umsetzen wollen, dann wird Dankbarkeit niemals auf unserem Kalender erscheinen. Sie wird nur ein netter Wunsch bleiben, aber niemals umgesetzt werden.

Deshalb möchten wir dich ermutigen, Dankbarkeit als eine Bringschuld zu betrachten, die genauso beglichen werden muss wie deine monatlichen Rechnungen. Eine Möglichkeit wäre, in deinem Tagebuch ein Dankbarkeitskonto zu erstellen, indem du verschiedene Personen auflistest, denen du Dank schuldest.

Du kannst gleich heute damit anfangen und dir vornehmen, eine Freundin anzurufen, um ihr für ihren Beistand in schwierigen Zeiten zu danken. Vielleicht schenkt dir der Herr im Laufe des Tages ein paar ruhige Minuten, um jemandem eine „Danke-schön“-Karte zu schreiben. Falls du im Fitnessstudio deine Traineein oder Trainingspartnerin siehst, könntest du dich für ihre Unterstützung bei deinem Trainingsprogramm bedanken.

Jeder von uns hat ein Dankbarkeitskonto. Leider messen ihm viele von uns nicht ausreichend Bedeutung bei, um es regelmäßig auszugleichen. Achte darauf, dass du jemand bist, der seine Rechnungen begleicht.

Aktion:

Wen solltest du heute in deinem Dankbarkeitskonto aufführen? Welche Dankes-Schuld müsstest du heute begleichen?



Diese Worte, die ich dir heute gebiete, sollen in deinem Herzen sein.

Und du sollst sie deinen Kindern einschärfen, und du sollst davon reden, wenn du in deinem Hause sitzt und wenn du auf dem Weg gehst, wenn du dich hinlegst und wenn du aufstehst.

5. Mose 6.7

Belebe unsere Herzen™

Tag 29 *Kindern zum Dankbarkeit erziehen*

Und du sollst sie deinen Kindern einschärfen, und du sollst davon reden, wenn du in deinem Hause sitzt und wenn du auf dem Weg gehst, wenn du dich hinlegst und wenn du aufstehst. 5. Mose 6,7 (ELB)

Wie bei allem, was Gott in uns bewirkt, dient seine Absicht, uns Christus ähnlicher zu machen nicht primär unserem eigenen Nutzen, sondern denkt auch an das Wohl unseres Nächsten. Unsere Umgestaltung in das Bild Christi soll den Wunsch nach einem Leben, das Gott gefällt, auch in unserem Umfeld erwecken und die Segnungen vor Augen führen, die mit dem Vertrauen auf den Herrn verbunden sind.

Wenn du mit Kindern gesegnet bist, weißt du, dass Dankbarkeit nicht von allein entsteht. Aber es gibt kaum etwas Auffälligeres, als wenn Kinder dankbar und zufrieden sind. Es ist wirklich jede Mühe wert, ihnen diese Tugenden beizubringen.

Erziehung und Anleitung sind durchaus wichtig. Trotzdem ist die beste Methode, mit gutem Beispiel voranzugehen. Hören deine Kinder, dass du deinem Mann für die Reparaturarbeit im Haus oder für die Überprüfung des Ölstandes beim Auto dankst? Hören sie, dass du dem Herrn oder anderen Menschen für kleine und große Dinge dankst? Sagst du deinen Kindern, wie dankbar du für ihren Vater, deine Gemeinde und deinen Pastor, ihre Klassenlehrer, die Wohnung, deine Gesundheit und Gottes überreichen Segen bist? Oder hören sie dich klagen, wenn dein Mann zu spät zum Abendessen kommt, weil er noch arbeiten musste oder wenn du einen Platten hast oder die Sonne nach einer Woche immer noch nicht scheint?

Dankbarkeit wird am effektivsten beigebracht, indem man sie vorlebt. Wie „ansteckend“ bist du, vor allem zu Hause?

Aktion:

1. Nimm dir Zeit, mit deinen Kindern darüber zu sprechen, wie viel Wert Gott auf Dankbarkeit legt. Sage ihnen, dass sie damit rechnen sollten, bei dir einige Veränderungen in Bezug auf deine Dankbarkeit zu bemerken.

2. Vielleicht hast du selbst keine Kinder. Welche Menschen hat Gott in deinen Freundeskreis geführt, auf die du Einfluss nehmen kannst? Was können sie von dir über Dankbarkeit lernen, wenn sie dich beobachten?





Die Frucht des
Geistes aber ist:

**Liebe, Freude, Friede,
Langmut, Freundlichkeit,
Güte, Treue, Sanftmut,
Enthaltsamkeit.**

Galater 5,22

Belebe unsere Herzen™

Tag 30 *Dankbarkeit in Fortsetzung*

Führt euer Leben im Geist, und ihr werdet dem Begehren des Fleisches nicht nachgeben! Denn das Begehren des Fleisches richtet sich gegen den Geist, das Begehren des Geistes aber gegen das Fleisch. Die beiden liegen ja miteinander im Streit, so dass ihr nicht tut, was ihr tun wollt. Galater 5,16-17 (ZB)

Da wir nun die Segel zu einem neuen Leben voller Dankbarkeit gesetzt haben, wollen wir uns heute einige Ziele stecken, die wir mit Gottes Hilfe erreichen möchten. Wir sollten uns daher ganz konkret überlegen, wie wir unser Vorhaben in die Tat umsetzen können.

Hier einige Beispiele: Wenn du planst, Dankeskarten zu schreiben, dann überlege dir, wie viele in einer Woche oder in einem Monat realistisch sind. Welche Bibelstellen zum Thema Dankbarkeit willst du auswendig lernen oder eingehender studieren? Wen willst du bitten, dich nach deinen Fortschritten auf dem Weg zu mehr Dankbarkeit zu fragen?

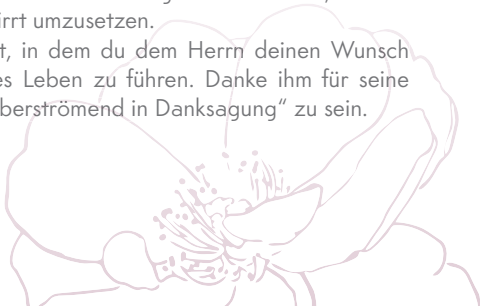
Vergiss nicht: Das Ganze soll keine zusätzliche Last sein. Als Gläubige sind wir von den Anforderungen des Gesetzes befreit. Durch Gottes Geist werden wir befähigt, seinem Willen zu folgen. Widerstehe jedem Versuch des Satans, dich durch gute Gewohnheiten, Taten oder zu hoch gesteckte Ziele wieder gefangen nehmen zu lassen!

Zu Beginn scheint aktive Dankbarkeit mit Anstrengung verbunden zu sein. Aber der Lohn der Segnungen und der geistlichen Erkenntnisse lässt diesen Eindruck weichen, je mehr du in Dankbarkeit wächst. Du erlebst es vielmehr als Freiheit, diesem neuen Lebensstil leidenschaftlich nachzujagen.

Bist du bereit, die lebensverändernde Kraft christlicher Dankbarkeit zu erleben? Dann bitte den Herrn, dir zu zeigen, welche weiteren Schritte du gehen sollst.

Aktion:

1. Scheue dich nicht, neue Gewohnheiten in kleinen Schritten in dein Leben einzubauen. Versuche dabei, den Plan, mit dem du mehr Dankbarkeit in deinem Leben integrieren möchtest, konkret zu gestalten und unbeirrt umzusetzen.
2. Schreibe ein Gebet, in dem du dem Herrn deinen Wunsch mitteilst, ein dankbares Leben zu führen. Danke ihm für seine Gnade, die dir hilft, „überströmend in Danksagung“ zu sein.



Wir hoffen...

... dass die Teilnahme für dich zum Segen wurde und du in der Dankbarkeit zu Gott hin wachsen durftest! Wir wünschen Dir weiterhin Gottes reichen Segen für Dein Leben!

