



- [Startseite](#)
- [online-Buch](#)
- [Blog-Beiträge](#)

auch für Belastendes?

Wenn wir gerade in einer Lebens-Krise stecken, sehen wir vorrangig meist nur das **NEGATIVE** um uns herum. Das ist menschlich, bietet aber keine Lösungen. Die Bibel fordert uns andererseits wiederholt auf, für *alles* zu danken. Etwas, was zunächst unmöglich erscheint, kann uns jedoch dabei helfen: Dankbarkeit – vielleicht auch Dankes-Schuld – in unser L(i)eben mit einzubeziehen.

Versuchen wir *herzhaft* über aufkommende Fragen nachzudenken und hilfreiche Ant-Worten zu finden:

Ist ‚dankbarer zu werden‘, ein perfektes Gegen-Mittel gegen Frust, Neid und Ärger, alles Negative?

Wie können wir tatsächlich unseren Blickwinkel bewusst ändern und den Fokus auf die positiven Dinge in unserem Leben lenken?

Sollten wir uns nicht stets erinnern, vor allem für das dankbar zu sein, was uns als selbstverständlich vorkommt?

Um neue **EINSICHTEN** zu gewinnen und damit auch unser Leben zu verändern, haben wir es selber in der Hand keine Gelegenheit auszulassen, verstärkt auch das Gute im Schlechten zu sehen. Zum Beispiel: dass jede Herausforderung auch eine Chance ist; dass Fehler Teil unseres Lebens sind; dass man viel weniger braucht, um glücklich zu sein; dass es vielen Menschen schlechter geht als mir; dass das Leben und jeder neue Tag ein Geschenk Gottes ist und vieles andere

mehr. - Und dass nicht selbstverständlich sind: Die eigene Gesundheit, die unserer Partner, eine stabile Beziehung, gesunde Kinder, unsere Freunde, ein gemütliches Zuhause, das Glück in einem freien und friedlichen Land leben zu dürfen, genug zu essen und zu trinken zu haben, unseren Job, die Freizeit und vieles andere mehr.

Oft ist Dankbarkeit auch das, wonach wir uns selbst am meisten sehnen: nach **ANERKENNUNG** und Wertschätzung für Geleistetes, ein simples „Danke“ für eine gute, großzügige Tat. - Dankbarkeit ist also mehr als ein ‚Dankeschön,‘ weil uns jemand einen Gefallen getan hat. Dankbar zu sein, möge eine Geistes-Haltung, ein Zustand der Freude, des Glücks, der Zufriedenheit und einer gelungenen Beziehung zu sich selbst sein. Wie es ein Zitat auszudrücken versucht: „*Dankbarkeit ist das Gedächtnis des Herzens.*“

- weitere Denk-Anstöße findest du auch im [online-Buch](#)

Kommen wir darüber auch mit unserem HERR-GOTT ins Gespräch:

Guter GOTT, ich nehme deine Stimme wahr:

□ Mein liebes Kind! Sorge dich um nichts, sondern komm in allen Dingen - in Freud und Leid - mit deinen Bitten und deiner Danksagung im Gebet zu mir! Und mein Friede, der höher ist als alle Vernunft wird dein Herz und all deine Sinne bei mir bewahren. Fürchte dich nicht, hab Mut und bleib in meiner Liebe!

DU, mein HERR, ich möchte dir sagen:

Ich sehe mit Dankbarkeit, was sich alles zum Positiven in meinem Leben verändert hat.

Lehre mich weiter dankbar zu sein und den Blick auf dich zu richten, unabhängig von meiner Stimmung.

Lehre mich dir zu dienen, wie du es verdienst, unabhängig von meiner Stellung.

Lehre mich auf dich zu hören, unabhängig vom Gerede der Leute.

Ich will dankbar sein für jede Kritik, dass sie mich vor Hochmut bewahren soll.

Ich will dankbar sein für jeden Schmerz, da er mich an deine Liebe erinnern soll.

Ich will dankbar sein für jeden Misserfolg, da er mich zur Beharrlichkeit führen soll.

Lass mich dankbar sein, weil DU da bist und dich nach mir sehnst.

GOTT Vater, ich sage dir Dank, weil DU mich geschaffen hast.

DU gabst mir Sein und Leben und deiner Lehre himmlisch Licht.

*Was kann dafür ich Staub dir geben? Nur danken kann ich, mehr doch nicht.
GOTT Heiliger Geist, ich sage dir Dank, weil DU mir Liebe und Dankbarkeit
zeigst.
GOTT Sohn, ich sage dir Dank, weil DU mich erlöst hast und mir deine
Freundschaft anbietest.
DU bist mein Friede, meine Hoffnung und meine Freude. Dir sei Lob und Dank.
Halleluja!*

Hören wir auf die Botschaft unseres Schöpfers und ,nehmen wir ihm bei seinem Wort', das er uns für liebe-volle Beziehungen und rechte Ant-Worten anbietet:

Klick dazu z.B. auf folgende Bibelstellen (es gibt noch viele andere!): [1 Thess 5,18](#) oder [Ps 106,1](#)

Den Text aus der heutigen ‚Tages-Zeitung‘ samt Kommentar – zum Lesen wie zum Hören – findest du unter: www.evangeliumtagfuertag.org

bleib im Gespräch - lebe in liebe-voller Beziehung!

© 2023 ANTONIUS

[Impressum](#) · [Datenschutz](#)