

Bausteine zum Leben

Wie man trotz allem im Glauben weiterkommt

Dankbarkeit

Ein dankbares Herz entwickeln

„...vergiss nicht alle seine Wohltaten!“ (Ps 103,2)

„Was mich fasziniert, ist die Tatsache, dass jedes Mal, wenn wir uns entscheiden, dankbar zu sein, es leichter macht, Neues zu entdecken, wofür wir dankbar sein können. Dankbarkeit zeugt geradezu neue Dankbarkeit, gerade so, wie Liebe Liebe zeugt.“
Henri J. M. Nouwen

Ein großer Feind der Dankbarkeit heißt Vergesslichkeit! Im Trubel des Alltags stehen wir in der Gefahr, all zu schnell Gottes Wohltaten zu vergessen. So betrachten manche Menschen den gefüllten Kühlschrank und andere Dinge ihres Lebens als Teil ihres Geburtsrechtes. Doch genau genommen ist alles, was wir sind und haben, ein Ausdruck der Gnade Gottes. Deshalb steht am Beginn der Reise zu einem dankbaren Herzen die Demut. Die Demut anerkennt Gott als Urheber alles Guten

und allen Segens. Sie sagt: „Nicht durch meine Kraft, Intelligenz, Möglichkeiten und Fähigkeiten bin ich, was ich bin, sondern durch dich alleine Herr, durch deine Gnade, bin ich, was ich bin!“ Ich möchte Sie anspornen: Beginnen Sie den Tag nicht mit Bittgebeten, sondern mit Dank! Formulieren Sie Ihr eigenes „Ich-werde-nicht-Müde-Gebet“. Verinnerlichen Sie sich dabei in Anlehnung an Psalm 103 Gottes Wohltaten. Werden Sie nicht müde, vor Ihren inneren Augen die

Liste all jener Privilegien durchzugehen die Sie haben. Denken Sie daran, was Sie *in* und *durch* Christus sind und danken Sie ihm schon am Morgen dafür! Persönlich bekomme ich dabei das Gefühl, ein Fenster zu öffnen. Geistliche Frischluft weht in mein Leben und vertreibt den schalen Dunst der Probleme und Herausforderungen, der schon in den Startlöchern steht. Es ist wie Hermann Bezzel es einmal sagte: „Der Dank ist eine Gewalt, vor der alle finsternen Mächte weichen!“

Sie gehen dahin, wohin Sie sehen! (Hebr 12,2)

Sie können die Umstände Ihres Lebens nicht wirklich kontrollieren. Aber was Sie kontrollieren können, ist der Blickwinkel, aus dem Sie Ihre Umstände beurteilen. Danken verändert den Blickwinkel! Der Fokus verändert sich, wenn Sie danken - wegblicken von Ihrer kleinen Welt hin zu dem, der alle Macht hat - im Himmel und auf Erden. Der Autor des Hebräerbriefes ermutigt uns Christen: „...hin (zu)schauen auf Jesus, den

Anfänger und Vollender des Glaubens“ (Hebr 12,2a Elberfelder). Ich möchte Sie in diesem Zusammenhang ermutigen, nicht müde zu werden, immer wieder dankend auf Christus zu blicken. Hier – so mache ich die Erfahrung – sehe ich dann manches in einem anderen Licht. Eng mit dem „Hinschauen auf Jesus“ ist der Blick auf sein Wirken in Ihrer Vergangenheit verbunden. Manchmal stecken Sie in großen Kämpfen

und Herausforderungen. Es fällt Ihnen vielleicht schwer, in diesen Situationen zu danken. Was Sie tun können, ist zurückschauen und sagen: „Herr, du hast mir damals in dieser und jener Schwierigkeit geholfen und ich bin dabei im Glauben gewachsen. Darauf vertraue ich auch jetzt. Ich habe keinen Plan B! Ich blicke auf dein treues Wirken und Mittragen in der Vergangenheit und vertraue dir die Zukunft an!“

„Sagt allezeit für alles dem Gott und Vater Dank im Namen unseres Herrn Jesus Christus!“ (Eph 5,20 Elberfelder)

Wenn ich die Worte von Paulus aus Epheser 5,20 auf mich wirken lasse, höre ich in mir einen stillen Protest. Etwas in mir begehrt empört auf und sagt: „Wie soll man dankbar sein, wenn ein behindertes Kind zur Welt kommt? Oder die Schulden einen auffressen? Wenn man seit Jahren in der Warteschleife einer Arbeitslosigkeit steckt? Wenn die Schmerzen einer chronischen Krankheit einem schwer zu schaffen machen?“ Doch dann denke ich: „Haben Bitterkeit und Groll schon jemals ein behindertes Kind gesund gemacht, die Schulden bezahlt, einen Arbeitsplatz geschaffen oder bewirkt,

dass Schmerzen verschwinden?“ Es ist wichtig, das Anliegen von Paulus zu verstehen. Wenn er Sie in Epheser 5,20 auffordert „allezeit für alles“ Gott dankbar zu sein, dann geht es ihm nicht darum, dass Sie Gott **für** die Schwierigkeiten danken, sondern ihm **in** den Schwierigkeiten danken sollen. Es geht also darum, in den Schwierigkeiten **dankbar zu bleiben**. Es besteht nämlich die Gefahr, dass wir mit dem Danken Gott gegenüber aufhören, wenn die Probleme in unserem Leben überhand nehmen. Um auch dann noch dankbar zu sein, benötigt es das feste Wissen, dass Jesus

selbst aus dem Müll des Lebens noch etwas Gutes erwachsen lassen kann. Gerade wenn Sie sich in schwierigen Lebenssituationen aufmachen und Christus trotzdem danken, bringen Sie dadurch Ihr Vertrauen in seine Souveränität zum Ausdruck und verdeutlichen, dass Sie ihn ernst nehmen. Es gab in meinem Leben schon Situationen, da betete ich: „Herr, ich verstehe diese Situation jetzt nicht. Ich bin irritiert und frustriert über die Lage. Aber ich danke dir trotzdem! In Römer 8,28 steht, dass alle Dinge denen zum Guten dienen, die Gott lieben, auch wenn ich das jetzt noch



Bildquelle: medienREHvier.de / Helga Brunsmann

nicht sehe. Ich vertraue dir, dass du diese Sache zum Guten wenden wirst!“ In Römer 8,29 nennt Paulus das eigentliche Ziel, das Gott mit Ihrem Leben verfolgt. Sie sollen seinem Sohn Jesus ähnlich werden. Wenn Sie

das aus den Augen verlieren, dann übersehen Sie etwas Wesentliches. Jede Situation, aber auch wirklich jede, kann von Gott dazu benutzt werden, um das Leben von Christus in Ihrem Leben auszuprägen. Und das ist

immer ein Grund, dankbar zu sein. Deshalb: „...alles, was ihr tut, im Wort oder im Werk, alles tut im Namen des Herrn Jesus, und sagt Gott, dem Vater, **Dank durch ihn!**“ (Kol 3,17 Elberfelder)

„Danken, das heißt: alle Kräfte des Leibes und der Seele in den Dienst Gottes stellen.“

Friedrich von Bodelschwingh

Lernen Sie, für die unvollkommenen Geschenke Ihres Lebens dankbar zu sein!

Es gibt bestimmte Outlet-Läden, in denen B-Ware, also Produkte mit kleinen Fehlern, stark reduziert zum Verkauf angeboten werden. Meistens sind die kleinen Schönheitsfehler kaum wahrnehmbar und doch sind sie da.

In unserem Leben ist es ähnlich. Wenn Sie verheiratet sind, haben Sie vermutlich nach kurzer Zeit schon bemerkt, dass Ihr Partner ein „Mängelexemplar“ ist (und Ihr Partner hat in Bezug auf Sie dieselbe Beobachtung gemacht). Oder: Haben Sie noch nie ein Weihnachtsgeschenk umgetauscht, weil es die falsche Größe hatte oder sonst irgendwie nicht passte? Auf was ich hinaus möchte ist: Sie und ich müssen lernen, für die unvoll-

kommenen Geschenke, die B-Ware, die „Mängelexemplare“, die das Leben Ihnen bietet, dankbar zu sein. Wenn Sie darauf warten, irgendwann den perfekten Ehepartner, die perfekten Kinder, den perfekten Arbeitsplatz oder die perfekte Gemeinde zu finden, werden Sie nie dankbar sein.

Persönlich hilft mir, daran zu denken, dass Jesus selbst sich über unvollkommene Geschenke freut. Obwohl ich selbst eigentlich auch das Etikett „Mängelexemplar“ tragen müsste, werde ich bei ihm nicht ausgerangiert. Selbst wenn mein Herz zwiespältig ist und meine Motive nicht immer rein – so wird Christus dennoch nicht müde, mich immer wieder neu mit unaus-

sprechlicher Freude und Liebe anzunehmen. Gerade diese Tatsache kann auch Ihnen helfen, für die unvollkommenen Geschenke, die Ihnen das Leben bietet, dankbar zu sein. Vielleicht sehen Sie sich mit einem „Mängelexemplar“ in Form eines schwierigen Mitarbeiters konfrontiert. Vielleicht ist es die Andersartigkeit eines Menschen, die Sie herausfordert, oder die Unreife mancher Christen, über welche Sie sich ärgern. Seien Sie dankbar für die unvollkommenen Geschenke, die das Leben Ihnen gerade bietet. Bedenken Sie: Wir Menschen vergessen nur allzu schnell, dass wir sterben müssen. Die andere Seite ist: Wir vergessen, dass wir leben!

„Die Freude am Herrn, sie ist euer Schutz!“ (Neh 8,10b)

Dankbarkeit wird immer umkämpft sein und deshalb muss sie geschützt werden. Und dieser Schutz ist die Freude am Herrn (Neh 8,10b).

Es gibt so viele widrige Einflüsse im Leben, die gerade diese Freude aushöhlen können. Darum ist der Kampf um Dankbarkeit immer auch ein Kampf um die Freude!

Werden Sie nicht müde, bei Ihrer Reise zu einem dankbaren Herzen Folgendes zu berücksichtigen:

Die Freude wird geboren aus der Betrachtung!

Wenn Gott Ihr Leben betrachtet, dann jubelt er in seinem Herzen: „...er freut sich über dich in Fröhlichkeit, er schweigt in seiner Liebe, er jauchzt über dich mit Jubel.“ (Zeph 3,17 Elberfelder)

Freude ist somit nicht die Abwesenheit von Schmerzen und Problemen, sondern die liebende Gegenwart Gottes in Ihrem Leben!

Persönlich wünsche ich Ihnen, dass etwas von dieser Freude des auferstandenen Christus auf Ihr Leben überschwappen darf. Beten und ringen Sie darum! Strecken Sie sich danach aus! Die Freude am Herrn ist nicht nur Ihr Schutz, sondern auch der Treibstoff für noch mehr Dankbarkeit!

„Der Friede Christi regiere in euren Herzen... und seid dankbar.“ (Kol 3,15)

„Mit meiner Seele will ich den Herrn loben und das Gute nicht vergessen, das er für mich tut.“
(Ps 103,2 Neues Leben-Bibel)

Denkanstöße

- Dankbarkeit hat damit zu tun, einen Blick für die Gnade Gottes zu entwickeln, zu glauben, dass Gott in auch wirklich allen Umständen seinen Willen verwirklichen kann! (vgl. Röm 8,28)
- „Je stärker uns bewusst wird, dass alles ein Geschenk ist, desto demütiger und dankbarer wird unser ganzer Lebensstil.“ (Brennan Manning)
- Wofür können Sie gerade jetzt danken? Für welche „Mängelexemplare“ in Ihrem Lebensumfeld können Sie dankbar sein (in dem Wissen, dass gerade sie dazu dienen, Christus in Ihrem Leben auszuprägen)?
- Um ein dankbares Herz zu entwickeln, müssen Sie lernen, mit Enttäuschungen und unerfüllten Wünschen umzugehen. Fasten, Beschränkung auf das Wesentliche und Warten sind deshalb effektive Mittel für die Ausbildung eines dankbaren Herzens!
- „Der Dank füreinander ist die einende Kraft in einer Gemeinschaft!“ (Walter Hümmel)
- Dankbarkeit ist kein Gemütszustand, sondern ein Willensakt, bei dem Sie sich entscheiden Ihre Blickrichtung zu ändern! (Hebr 12,2) Wo sind Sie persönlich herausgefordert, vielleicht gegen Ihre Gefühle Dankbarkeit einzuüben und dabei auf Christus zu sehen?
- „Indem du dankst, wird Gott dein Denken erneuern und du kannst schrittweise lernen, deine Situation aus Gottes Perspektive zu sehen.“ (Hans Peter Royer)

Bibelstellen zur Vertiefung

Neh 8,10b; Ps 50,14; 50,23; 103; Zeph 3,17; Röm 1,21; 8,28-29; Eph 5,20; Kol 3,15; 3,17; 1.Thess 5,18; Hebr 12,2.