

Die heilsamen Drei

Danken

Du bist ein Liebesgedanke Gottes
und ihm verdankst Du Dich ganz und gar,
jeden Morgen neu, wenn er Dir einen neuen Tag schenkt,
und jeden Abend, wenn Du im Schlaf in seiner Hand ruhst.

Das wird ein guter Tag,
wenn du ihn mit Danken beginnst und mit Danken beschließt.
Was Du erlebt hast, ordnet sich im Danken ein
ins Mosaik Deines Lebens.

Danken macht froh;
es schenkt Dir Hoffnung und Zuversicht.
Danken öffnet Dich den kommenden Dingen
und macht Dich bereit, sie anzunehmen.
Du darfst in ihnen Gottes gute Absicht vermuten;
oft geht das Dir erst im Nachhinein auf.
Gottes Angesicht und Herrlichkeit kannst Du nicht schauen.
Aber Du darfst Gott hinterher sehen
und die Fußspuren seines Erbarmens
in Deinem Leben entdecken
und dafür danken.

Vergeben

macht Dich frei

von heute erfahrenem Bösen
und frei für den neuen Tag

Nachtragen macht unfrei.

Es sperrt Dich ein in Deinem aufgestauten Groll;

der macht Dich auf die Dauer **unfähig,**

Dich überhaupt noch freuen zu können.

Nachtragen kettet Dich an den,
dem Du nicht vergeben hast.

Das Böse, das Dir angetan wurde,

machst Du durch Dein Vergeben nicht ungeschehen.

Dein Vergeben nimmt ihm aber seine Macht,

die Dich bindet und Deinen inneren Frieden stört.

Das Böse, das Du vergeben hast,

kann Dich nicht mehr bitter und gehässig machen.

Dein Vergeben macht den, der Dir Böses angetan hat,
vielleicht ratlos: seine Waffen sind stumpf geworden.

Du brauchst nicht mehr aufzurechnen.

Du bist offen und bereit für einen neuen Anfang mit dem,
der Dir Böses angetan hatte.

Er braucht den neuen Anfang.

um Selbstvorwürfen zu entkommen

und durch die Bitte um Verzeihung zu Dir zu finden.

Sich begnügen

Genug ist genug.

**Freue Dich über das, was Du hast,
und freue Dich über das, was Du nicht brauchst!**

**Dann bist Du zufrieden und glücklich.
Du brauchst nicht immer mehr und mehr zu wollen,
um „noch glücklicher“ zu werden.**

**Sich zu begnügen, hilft Dir,
sich der Ansprüche und Wünsche zu erwehren,
die durch Werbung und Medien geweckt werden,
um an Dein Geld zu kommen.**

**„Wie viel du wünschen magst, der Wunsch wird weitergehen;
doch das Glück ist nur da, wo Wünsche stille stehen.“**

Friedrich Rückert 1788- 1866

**„Wir haben nichts in die Welt gebracht,
und sicherlich können wir nichts aus ihr hinausbringen.**

**Wenn wir aber Nahrung und Kleidung haben,
so wollen wir uns damit begnügen.**

**Denn die reich werden wollen,
die fallen in Versuchung und Verstrickung,
in törichte und schädliche Begierden,
die dem Menschen ins Verderben bringen.
Denn Geldgier ist eine Wurzel allen Übels. ...“**

1. Timotheusbrief 6,7 ff