


Leben in Dankbarkeit



Gelebte Dankbarkeit	4
Dankbarkeit – nur eine Tugend?	10
Eine neue „Dankkultur“ entwickeln	14

Inhalt

Panorama Rosi Blissenbach.....	3
Gelebte Dankbarkeit Sven Blissenbach.....	4
Dankbarkeit – nur eine Tugend? Rosi Blissenbach.....	10
Impressum	11
Programmvorschau	12
Eine neue „Dankkultur“ entwickeln Thomas Bock.....	14
Unser neuer Kalender für 2024	18
Nicht vergessen Ben Williams.....	20
Shop-Angebote	21
Antwort-/Bestelltalon	23
Seelenpause	24

Mit diesem Magazin möchten wir ausdrücklich alle Menschen ungeachtet ihres Geschlechts ansprechen und verwenden hierzu das generische Maskulinum.



Leben in Dankbarkeit

von Rosi Blissenbach

Geschäftsführerin von Inspiration4Today

Lass mich dir eine Frage stellen: Wann warst du das letzte Mal dankbar?

Vielleicht war es ja gerade erst. Vielleicht kannst du dich aber auch überhaupt nicht mehr daran erinnern!?

Neben Inspiration4Today arbeite ich auch für die gemeinnützige Hilfsorganisation *Feed the Hungry* in der Schweiz. Kurz vor Ostern erhielt ich von einem Kollegen, der gerade im Osten Ugandas war, einige Fotos und Videos von der hungernden Bevölkerung, denen wir Nahrungsmittel lieferten, um ihr Überleben während der anhaltenden Trockenheit zu sichern.

In einem Video war die Lebensmittelverteilung zu sehen. Man füllte Sojabohnen aus einem riesigen Sack in kleine Säckchen, um diese dann an die Menschen zu verteilen. Beim Umfüllen gingen einige dieser Sojabohnen daneben und fielen zu Boden. Als das Umfüllen vorbei war, sah man einen kleinen Jungen, der mit seinen winzigen Händen die einzelnen Sojabohnen aufsammelte, damit ja nichts verloren ging.

Denkst du, diese Menschen waren dankbar für unsere Hilfe? Und war der kleine Junge wohl dankbar, dass man ihn die Bohnen aufsammeln und behalten ließ? Schon oft durfte ich sehen und hören, wie Afrikaner ihre Dankbarkeit durch

singen und tanzen zum Ausdruck bringen. Das hat mir mehr als einmal Gänsehaut beschert. Ausdruck von echter Dankbarkeit geht einem buchstäblich „unter die Haut“.

Kinder, die dankbar sind, wenn sie nur mit einer Konservenbüchse Fußball spielen können. Eine solche Dankbarkeit für die kleinsten Dinge vergisst man nicht so schnell wieder!

Und wie sieht das bei dir und mir aus? Ich rede nicht davon, hin und wieder dankbar zu sein. Dankbar zu sein, wenn einem ein großer Wunsch erfüllt wurde, dürfte jedem leicht fallen. Aber sind wir immer dankbar – auch für die kleinsten Dinge? Oder sind sie selbstverständlich?

Ich rede von einer dankbaren Lebenshaltung! Dankbar für große, aber auch winzig kleine, alltägliche Dinge.

Dieses Magazin ist dem Thema der Dankbarkeit gewidmet. In den Artikeln kannst du lesen, was wahre Dankbarkeit ist und wie sie dein Leben verändern kann.

Wenn du dir die Zeit zum Lesen nimmst und anfängst, Dankbarkeit in deinem Leben umzusetzen, garantiere ich dir, dass du über die Auswirkungen in deinem Alltag überrascht sein wirst. Das Beste kommt erst noch!



Gelebte Dankbarkeit

von **Sven Blissenbach**

Buchauszug aus „Hauptsache dankbar?!“

Für dich ist das sicher keine sensationell neue Erkenntnis, wenn ich sage, dass Dankbarkeit entscheidend zu unserem Wohlbefinden und Glückseligkeit beiträgt. Man braucht schließlich nur einmal nach „glücklich leben“ im Internet zu suchen. Sofort werden einem zahlreiche Websites angezeigt: „Glücklich sein: 5 Tipps ...“, „Glücklich sein: 14 Tipps ...“, „Glücklich sein: 20 Tipps ...“, „Was uns wirklich glücklich macht“ usw. lauten die Überschriften. Und welche Überraschung – Dankbarkeit ist in der Regel meist immer unter den „Top Ten“ dieser Tipps zu finden.

Schon die Menschen der Antike wussten, dass Dankbarkeit eine wichtige Rolle spielt, um Freude und Glück im Leben erfahren zu können. So sagte bereits der

Philosoph Seneca (4 v.Chr. – 65 n.Chr.): „Ich bin dankbar, nicht weil es vorteilhaft ist, sondern weil es Freude macht.“ Oder nehmen wir einen Philosophen aus der Renaissance – Francis Bacon: „Nicht die Glücklichen sind dankbar. Es sind die Dankbaren die glücklich sind.“

Auch in den großen Religionen gehören Glück und Dankbarkeit zusammen, wie zum Beispiel im Buddhismus: „Der Buddha aber lehrt uns: Nur wer die Zufriedenheit in sich trägt, bekommt auch das Glück. Das Glück aber bekommen wir nur durch die Dankbarkeit.“¹ Die Dankbarkeit ist ebenso in der hinduistischen Ethik verankert, nämlich im sogenannten „Dharma“. So haben zum Beispiel die Jüngeren die Pflicht, den älteren Generationen gegenüber dankbar zu

sein.² Und auch Moslems wissen, dass Dankbarkeit nur zu ihrem Besten ist, wie es im Koran heißt: „... Und wer dankbar ist, der ist dankbar zum Heil seiner eigenen Seele ...“ (Sure An-Naml, 27:40).³

Sogar die Wissenschaft hat in den letzten Jahrzehnten untersucht, was Dankbarkeit mit uns macht. Man hat herausgefunden, dass sich Dankbarkeit positiv auf unsere Gesundheit und unser Leben auswirkt. Auf der Internetseite von „Spektrum.de“ findet sich u.a. ein Artikel zur „Positiven Psychologie“. Der Autorin zufolge sind Menschen, „die das Glück, das ihnen im Leben widerfahren ist, zu schätzen wissen, [...] zufriedener und leiden seltener an Depressionen, Sucht oder einem Burn-out.“⁴ Von daher überrascht es nicht, dass man auf den Gedanken kam, Dankbarkeit als Therapieform einzusetzen. Ein „Dankbarkeitsstagebuch“ zu führen, ist zum Beispiel eine beliebte Dankbarkeitsübung, damit sich Patienten glücklicher und zufriedener fühlen.

Bloß Gefühlssache oder Lebensmaxime?

Mir geht es [allerdings] nicht darum, dass du dich bloß glücklicher und zufriedener *fühlst* ... Ich hoffe nicht, dass du zu denen gehörst, denen es einzig um das eigene, persönliche Wohlbefinden und Glücklichein geht. Es ist so typisch für unsere heutige Zeit, dass viele zuerst und vor allem anderen danach fragen, was für sie selbst dabei herauspringt, bevor sie irgendetwas tun. Darum hege ich auch etwas gemischte Gefühle, wenn manche den Tipp geben, hilfsbereit zu sein, weil das einen selbst glücklich macht.

Natürlich ist es auch für einen Christen grundsätzlich nicht falsch, danach zu



streben, glücklich zu sein, wie John Piper in seinem Buch „Sehnsucht nach Gott“ zeigt.⁵ Ich bin auch absolut davon überzeugt, dass man sich durchaus selbst einen Gefallen tut, wenn man sein Verhalten an der Bibel orientiert. Im frommen „Fachjargon“ spricht man davon, dass der Segen Gottes über uns kommt, wenn wir es mit ihm halten und seine Gebote zur Richtschnur für unser Leben machen.

Doch wer am Ende biblische Prinzipien nur deshalb auf sein eigenes Leben anwendet, weil er vor allem sich selbst etwas Gutes tun möchte, wird früher oder später ein böses Erwachen haben. Ein solcher Christ wird eines Tages feststellen, dass die Rechnung nicht immer so aufgeht, wie er sich das vorstellt und der Segen Gottes auch nicht immer unmittelbar auf dem Fuße folgt. Tatsächlich kann es sogar umgekehrt sein, dass wir uns zunächst alles andere als gut dabei fühlen, wenn wir das tun, was Gott von uns erwartet.

Was ich damit sagen möchte ist Folgendes: Christsein ist kein Selbstzweck. Es geht nicht in erster Linie um uns. Zuerst einmal sollte es uns um *Gott* gehen. Jesus Christus hat nicht sein Leben für uns hingegeben und uns gerettet, damit wir nun uns selbst leben:

„Und er ist deshalb für alle gestorben, damit die, die leben, nicht länger für sich selbst leben, sondern für den, der für sie gestorben und zu neuem Leben erweckt worden ist.“ (2. Korinther 5,15; NGÜ)

Darum ist auch Dankbarkeit im Leben eines Christen kein Selbstzweck. Es geht nicht nur darum, dass man als Christ dankbar ist, sondern vor allem darum, wem man dankbar ist – nämlich *Gott*!

Es ist bezeichnend, dass im Neuen Testament das griechische Wort für „Gnade“ auch im Sinne von „Dank“ verwendet wird.⁶ Tatsächlich ist es sogar im griechischen Wort für „danken“ bzw. „dankbar sein“ enthalten.⁷ Das Bemerkenswerte hierbei ist, dass sich – bis auf die eine oder andere Ausnahme – dieses Danken immer an *Gott* richtet. Ein Bibellexikon bringt es auf den Punkt: „Einzig der, der bei *Gott* Gnade gefunden hat, kann ihm auf eine angemessene Weise seinen Dank darbringen.“⁸

Darum denke ich, dass man als Christ am Wesentlichen vorbeilebt, wenn man sich bloß deshalb in Dankbarkeit übt, weil man einfach nur nach einem glücklichen Leben und eigenem Wohlbefinden strebt. Wie fühlt sich *Gott* wohl, wenn wir ihm nur deshalb dankbar sind, weil wir uns weitere Segnungen von ihm versprechen? Ich hoffe, du verstehst, worauf ich hinauswill. Dankbarkeit an sich ist noch nicht das eigentliche Ziel.

Was mir ... vor allem am Herzen liegt, ist *ein Leben der Dankbarkeit* oder anders

ausgedrückt, *eine gelebte Dankbarkeit *Gott* gegenüber*. Mir geht es um eine Form von Dankbarkeit, die unser Leben verändert; eine Dankbarkeit, die in unserem Leben in Aktion tritt und uns in Bewegung setzt.

Es geht nicht bloß darum, *Gott* für bestimmte Menschen im eigenen Leben dankbar zu sein bzw. für das, was sie einem Gutes getan haben, sondern darum, aus Dankbarkeit heraus auch anderen gegenüber Gutes zu tun. Es geht nicht nur darum, *Gott* dafür zu danken, dass er einen glücklich macht, sondern dass man ihm so dankbar ist, dass man auch andere glücklich machen möchte. *Gott* einzig dafür zu danken, wie schön er diese Welt erschaffen hat und sich an ihm zu erfreuen, ist noch nicht genug. Wir sollten ihm so dankbar sein, dass wir selbst dazu beitragen, diese Welt zu einem schöneren Ort zu machen, damit sich auch andere an *Gott* erfreuen.

Einfach nur dem Herrgott für alle möglichen äußerlichen Annehmlichkeiten zu danken, um glücklich zu sein und das Leben und weitere Vorzüge genießen zu können, ist nicht das eigentliche Ziel ... Es geht um mehr. Der wahre Kern ... ist, *Gott* von Herzen dafür zu danken, dass er so viel mehr für uns tut als das.

Durch das, was Jesus für uns am Kreuz getan hat, hat *Gott* uns vom Verderben gerettet und einen ewigen Bund der Gnade mit uns geschlossen, in dem er uns stets seine vollumfassende Liebe und Güte garantiert. Eine aufrichtige und tiefe Dankbarkeit *Gott* gegenüber will weitaus mehr, als sich bloß glücklich zu fühlen. Es geht um eine Dankbarkeit, welche die Beziehung widerspiegelt, die wir zu *Gott* haben und in der wir leben; eine Dankbarkeit, welche sogar die Art und



Weise nachhaltig beeinflusst, wie wir denken, handeln und fühlen.

Die „wesentliche christliche Haltung“

Auf die Frage, warum Dankbarkeit so entscheidend ist, hat Martin Luther wohl eine der besten Antworten gegeben. Er sah Dankbarkeit als die „wesentliche christliche Haltung“ an. Mit anderen Worten, man erkennt Christen vor allem daran, dass sie Gott loben und danken:

„Zum sechsten erkennt man äußerlich das heilige christliche Volk am öffentlichen Gebet, Gott Loben und Danken.“⁹ Darin besteht Luther zufolge überhaupt nur der wahre, christliche Gottesdienst:

„Wir können Gott nichts anderes geben als Lob und Dank, zumal wir alles andere von ihm empfangen, es sei Gnade, Wort, Werk, Evangelium, Glaube und alle Dinge. Das ist auch der einzige, rechte, christl. Gottesdienst: Loben und Danken.“¹⁰

Dankbarkeit ist etwas, was das ganze Leben eines Christen bis ins Mark hinein

durchzieht. Sie wird mitunter auch als „das Herz des Evangeliums“ bezeichnet. Dankbarkeit ist für einen Christen keine Option. Sie entscheidet vielmehr darüber, ob man überhaupt ein Christ ist oder nicht!

Das Gegenteil von Dankbarkeit

Dies wird umso deutlicher, wenn man einmal an das Gegenteil von Dankbarkeit denkt. „Undank ist der Welten Lohn“, heißt es schon im Sprichwort. Und das trifft vollkommen auf eine Welt zu, die von Gott nichts wissen will:

„Trotz allem, was sie von Gott wussten, ehrten sie ihn aber nicht als Gott und brachten ihm auch keinerlei Dank.“ (Römer 1,21; NeÜ)

Mangelnde Dankbarkeit ist ein Kennzeichen gottloser Menschen, aber ein Christ, der undankbar ist, ist ein Widerspruch in sich selbst. Auf gewohnt scharfsinnige Weise deckt Luther auf, womit wir es bei der Undankbarkeit im Grunde zu tun haben:

„Erkenne also die Ordnung und die einzelnen Stufen des Verderbens. Die erste ist die Undankbarkeit oder das Unterlassen der Dankbarkeit. So war etwa Luzifer undankbar gegenüber seinem Schöpfer, bevor er fiel. So etwas erwächst aus eitler Selbstgefälligkeit, in der man sich an Empfangenem freut als sei es nicht empfangen und den vergisst, der es schenkte.“¹¹

Wollen wir uns also selbst zugrunde richten, brauchen wir nichts weiter tun als einfach nur undankbar sein. Dies wird völlig ausreichen, um uns ins Verderben zu stürzen.

Ich hatte ... bereits auf den Umstand verwiesen, dass manche zur Hilfsbereitschaft raten, weil diese einen am Ende

selbst glücklich macht. Doch Christen sind nicht deshalb hilfsbereit, weil sie dadurch glücklicher werden, sondern weil es die Undankbarkeit ist, die das Herz erkalten lässt und das Lebensblut des Wohlwollens verdickt, wie William Wilberforce so trefflich bemerkte.¹²

Undankbarkeit ist pures Gift für unser geistliches Leben und den Glauben an Gott. Es ist ein sicheres Zeichen dafür, dass man nicht vom Heiligen Geist erfüllt ist, wie Paulus im Epheserbrief deutlich zeigt:

„... Lasst euch vielmehr vom Geist Gottes erfüllen. Ermutigt einander mit Psalmen, Lobgesängen und von Gottes Geist eingegebenen Liedern; singt und jubelt

aus tiefstem Herzen zur Ehre des Herrn und dankt Gott, dem Vater, immer und für alles im Namen von Jesus Christus, unserem Herrn.“ (Epheser 5,18-20; NGÜ)

Darum sollten wir bei der Erfüllung mit dem Heiligen Geist auch nicht in erster Linie an irgendwelche besonderen Begabungen oder spektakuläre Erfahrungen denken. Zeig mir einen Gott von Herzen dankbaren Christen und du kannst sicher sein, dass dieser vom Heiligen Geist erfüllt ist (was aber natürlich nicht ausschließt, dass man Gott auch auf besondere Weise erlebt oder vielleicht Gaben des Geistes geschenkt bekommen hat). Und genauso liegt es auf der Hand, dass Murren, Unzufriedenheit

Quelle:

Dies ist ein Auszug aus „Hauptsache dankbar?! – Der Weg zu einem wirklich glücklichen Leben“ von Sven Blissenbach.



Dieses Buch zeigt, dass es beim Christsein nicht bloß um Dankbarkeit an sich geht, sondern um eine gelebte Dankbarkeit Gott gegenüber.

Er macht deutlich, warum Dankbarkeit im Leben eines Christen so entscheidend ist und warum wir Gott sogar für schwierige Zeiten danken können. Er nennt Gründe, für die wir als Christen ganz besonders Grund zum Danken haben und gibt praktische Anregungen, wie man Dankbarkeit trainieren kann.

ISBN 978-3-03885-013-7
Verlag: Power Publishing
Einbandart: Paperback
Seitenzahl: 136

CHF 6.50 / EUR 5,50



und sich ständig zu beklagen mit dem Glauben und dem geistlichen Leben unvereinbar ist und sich hiermit absolut nicht verträgt.

Beachten wir schließlich noch, was Calvin bezüglich Dankbarkeit gesagt hat:

„Jeder Segen, den Gott uns zuteilwerden lässt, geht durch unsere Nachlässigkeit verloren, wenn wir nicht rechtzeitig und aktiv Dank sagen.“¹³

Der Schriftsteller und Geistliche William Law betrachtete es genau aus der entgegengesetzten Perspektive und schrieb:

„Wenn dir jemand den kürzesten und sichersten Weg zu allem Glück und aller Vollkommenheit sagen will, muss er dir sagen, dass du dir die Regel auferlegen sollst, Gott für alles, was dir widerfährt, zu danken und zu loben. Denn es ist gewiss, dass jedes scheinbare Unglück, das dir widerfährt, sich in einen Segen verwandelt, wenn du Gott dafür dankst und lobst.“¹⁴

Das alles allein sollte schon genügen, um aufzuzeigen, welche enorme Bedeutung die Dankbarkeit im Leben von uns Christen hat. Sie ist das A und O und wir können ihre Wichtigkeit gar nicht genug betonen.

¹ Quelle: buddhasweg.eu/blog-media/zen-blog/dankbarkeit-staerken (Zugriff am 29.3.2022).

² Quelle: arbeits-abc.de/dankbarkeit (Zugriff am 1.3.2022).

³ Experts, Tossa. Der Koran - Die deutsche Übersetzung – Detaillierte Auflistung der Suren (German Edition). Kindle-Version.

⁴ Quelle: spektrum.de/news/positive-psychologie-sei-dankbar/1774092 (Zugriff am 1.03.2022).

⁵ Erschienen im 3L-Verlag.

⁶ Vgl. *charis* in Lukas 6,32-34; Römer 6,17 u.a.

⁷ Das griechische Wort *eucharisteō* wird aus den Worten *eu* (dt. gut) und *charis* (dt. Gnade) gebildet. Uns ist eher das Wort „Eucharistie“ aus der Heiligen Messe als Bezeichnung für das Abendmahl bekannt. Dieses Wort ist dem griechischen *eucharistia* entlehnt, das „Danksagung“ oder „Dankbarkeit“ bedeutet.

⁸ „Endast den som har fått nåd hos Gud, kann på ett rätt sätt frambara sin tacksägelse till honom.“ *Illustrerat Bibellæxikon*, Bd.7, Studiebibeln a.s., Ski 1991, S. 13.

⁹ Martin Luther, *Von den Konzilien und der Kirche (1539)*. Zeno.org: Martin Luther: Werke, S. 3748 (vgl. Luther-W Bd. 6, S. 38-39) © Vandenhoeck und Ruprecht.

¹⁰ Luther, WA 10 I 2,61, 2-6, zitiert aus: Bernd Wannewetsch, „Dank“, *Religion in Geschichte und Gegenwart*, Mohr Siebeck, Tübingen 1999, S. 563.

¹¹ Martin Luther: *Vorlesung über den Römerbrief (1515/1516)*. Zeno.org: Martin Luther: Werke, S. 462 (vgl. Luther-W Bd. 1, S. 115) © Vandenhoeck und Ruprecht.

¹² Siehe Elliot Ritzema und Elizabeth Vince, Hrsg., *300 quotations for preachers from the Modern church*, Pastorum Series (Bellingham, WA: Lexham Press, 2013).

¹³ „Every blessing that God confers upon us perishes through our carelessness, if we are not prompt and active in rendering thanks.“ in: Elliot Ritzema, *300 Quotations for Preachers from the Reformation*, Pastorum Series (Bellingham, WA: Lexham Press, 2013).

¹⁴ „If anyone would tell you the shortest, surest way to all happiness, and all perfection, he must tell you to make a rule to yourself, to thank and praise God for everything that happens to you. For it is certain that whatever seeming calamity happens to you, if you thank and praise God for it, you turn it into a blessing.“ in: Elliot Ritzema und Elizabeth Vince, Hrsg., *300 quotations for preachers from the Modern church*, Pastorum Series (Bellingham, WA: Lexham Press, 2013).

Dankbarkeit – nur eine Tugend?

von Rosi Blissenbach

Erinnerst du dich noch an deine Kindheit, als jemand dir etwas geschenkt hat und deine Mutter oder dein Vater zu dir sagte: „Was sagt man?“ und du dann notgedrungen „Danke“ sagen musstest? In der Regel wird bereits kleinen Kindern beigebracht, Dankbarkeit zu zeigen. Im Laufe der Jahre sagt man dann ganz automatisch „Danke“.

Doch Gott geht es nicht darum, dass wir Dankbarkeit zeigen, nur weil es sich so „gehört“. Ihm geht es um eine echte Herzenseinstellung, denn er weiß, dass Dankbarkeit Freude auslöst und schlechte Laune vertreibt.

Bereits König David forderte sein Herz auf, sich an alles zu erinnern, was Gott für ihn getan hat und ihm dafür zu danken (Psalm 103). Nicht, weil jemand ihm sagte, dass er das machen müsste, sondern weil es so vieles gab, wofür er Gott dankbar sein konnte und diese Dinge nicht vergessen wollte.

Schon früh morgens gibt es viele Din-

ge, wofür wir Gott danken können, z.B. für jede Minute, die wir schlafen konnten, dass wir überhaupt wieder wach wurden und dafür, dass wir in der Lage sind, aus dem Bett zu steigen.

Manch einer mag das übertrieben finden, für solch selbstverständliche Dinge zu danken. Aber sind sie wirklich selbstverständlich? Ist ein guter Schlaf immer noch selbstverständlich, nachdem man eine schlaflose Nacht hinter sich gebracht hat? Und was, wenn wir plötzlich Schmerzen beim Aufstehen haben, anstatt wie sonst locker aus dem Bett zu springen?

Wenn wir mit offenen Augen und ganz bewusst unseren Tag leben, werden wir so viele Dinge sehen und erleben, für die wir Gott dankbar sein können. Und wenn wir dies von Herzen tun, werden wir merken, wie viel Freude plötzlich unseren Alltag bestimmt. Denn man kann nicht missmutig, traurig und gefrustet sein, wenn man von Herzen dankbar ist.



Quelle:

Dies ist ein Auszug aus „Inspiration für heute“ (Band 1: Jan-Mrz)

ISBN 978-3-03885-001-4

Verlag: Power Publishing

Einbandart: Paperback

Seitenzahl: 200

CHF 7.50 / EUR 6,50

Psalm 100

*Ein Psalm für die
Dankopferfeier.*

*Jauchzet Jahwe,
alle Welt!*

*Dient Jahwe mit Freude!
Kommt mit Jubel zu ihm!
Erkennt es:
Nur Jahwe ist Gott!*

*Er hat uns gemacht
und wir gehören ihm.
Wir sind sein Volk,
die Herde,
die in seiner Obhut ist.*

*Geht durch die
Tempeltore mit Dank,
in seine Vorhöfe
mit Lobgesang!*

*Dankt ihm
und preist seinen Namen!
Denn Jahwe ist gut,
seine Gnade bleibt ewig
und seine Treue
gilt jeder Generation.*

HERAUSGEBER



Inspiration4Today Schweiz

Bernstrasse 133, 3613 Steffisburg

Telefon +41 (0)33 655 06 36

info@inspiration4today.ch, inspiration4today.ch

SPENDENKONTO

Postfinance Konto

IBAN CH30 0900 0000 1726 0489 8

BIC/SWIFT POFICHBEXXX

Inspiration4Today e. V. (Deutschland)

Baumgartenstraße 44, 75217 Birkenfeld/Württ.

Telefon +49 (0)6087 736 99 33

info@inspiration4today.de, inspiration4today.de

SPENDENKONTO

Postbank Konto 964 974 706

BLZ 600 100 70

IBAN DE57 6001 0070 0964 9747 06

BIC/SWIFT PBNKDEFF

Spenden in Deutschland sind steuerabzugsfähig!

Verantwortlich/Redaktion

Sven Blissenbach

Layout

Sven Blissenbach / Mika Simon Blissenbach

BILDHINWEISE

© Inspiration4Today Schweiz

ausser: • „Erntedank“ Brad West/us* (Titel) • „Mann mit erhobenen Händen“ Guillaume de Germain/us* (S. 4) •

„Dankbarkeitstagebuch“ Lilartsy/us* (S. 5) • „Martin Luther“

Wim van Teinde/us* (S. 7) • „Tauben“ Awmleer/us* (S. 9) •

„Berliner Mauer“ Claudio Schwarz/us* (S. 14) • „Schrittzähler“

Janosch Lino/us* (S. 15) • „Kind“ Kelly Sikkema/us* (S. 16) •

„Bibelmarkierungen“ Madeleine Ragsdale/us (S. 17) • „Senioren

auf Bank“ © iStockphoto/sculpiers Erbe-b_2722809 (S. 28)

* unsplash.com (us)

IMPRESSUM



PROGRAMMVORSCHAU

SEPTEMBER 2023

2./3. September [Sven Blissenbach]
Die DNA eines Christen

TV-Reihe:
Die 7 Sendschreiben aus der Offenbarung

9./10. September [Sven Blissenbach]
Ephesus: Zurück zur ersten Liebe! (1)

16./17. September [Sven Blissenbach]
Smyrna: Arm und doch reich! (2)

23./24. September [Sven Blissenbach]
Pergamon: Faule Kompromisse! (3)

OKTOBER 2023

30. Sep./1. Oktober [Peter Hasler]
Danksagung: Der Schlüssel zum Sieg!

TV-Reihe:
Die 7 Sendschreiben aus der Offenbarung (Fortsetzung)

7./8. Oktober [Sven Blissenbach]
Thyatira: Aufs Krankenbett geworfen! (4)

14./15. Oktober [Sven Blissenbach]
Sardes: Wach auf! (5)

21./22. Oktober [Sven Blissenbach]
Philadelphia: Eine offene Tür! (6)

28./29. Oktober [Sven Blissenbach]
Laodizea: Weder heiß noch kalt! (7)

Wiederholung der Sendung am darauffolgenden Freitag (ANIXE+) bzw. Samstag (STAR TV)!
inspiration4today.ch/impulse/tv-sendungen bzw. inspiration4today.de/impulse/tv-sendungen



NOVEMBER 2023

4./5. November [Peter Hasler]
Gerechtigkeit: Das Geschenk Gottes!

11./12. November [Peter Hasler]
Unsere neue Identität in Christus!

18./19. November [Sven Blissenbach]
Angst vor dem Sterben?

25./26. November [Sven Blissenbach]
Wie gewonnen, so zerronnen?

Programmänderungen vorbehalten!

VORSCHAU






Auf unserer Website unter:
[inspiration4today.ch/impulse/videoclips](https://www.inspiration4today.ch/impulse/videoclips)
oder direkt auf Youtube unter:
[youtube.com/inspiration4today](https://www.youtube.com/inspiration4today)

findest du jeweils donnerstags
eine kurze Vorschau
der Sendung vom Sonntag!

Noch einfacher geht's über
unsere App für dein Smartphone!

Sendezeiten

	Freitag Samstag	5:30 Uhr 9:00 Uhr
	Sonntag	8:30 Uhr
	Samstag Sonntag	8:00 Uhr 11:30 Uhr

Die Sender sind auch zum Teil über
Satellit und Livestream bzw. App (z.B.
Zattoo) zu empfangen.

anixehd.tv/stream/?channel=anixesd
rheinmaintv.de/live-tv

**Vielen Dank, dass du diese TV-
Sendungen mit deiner Unterstützung
möglich machst!**

Die Spendenkonten für Deutschland und
die Schweiz findest du im Impressum.
Du kannst aber auch Online über Paypal
— mit und ohne Kreditkarte — spenden!

Nochmals herzlichen Dank für alles
Mittragen!



Einfach den
QR-Code mit dem
Smartphone
einscannen und
den angezeigten
Link oder unsere
Website aufrufen.



Eine neue „Dankkultur“ entwickeln

von Pastor Thomas Bock

Das Wort „Danke!“ begegnet uns auf Schritt und Tritt und ist so selbstverständlich geworden, dass es kaum noch wirklich bewusst gesagt wird. Es ist eine Freundlichkeitsgeste, die auf jedem Kassenbon steht und sonst kaum noch Ausdrucksformen findet.

„Was sagt man?“ Mit dieser suggestiven Frage versuchen Eltern ihre Kinder manchmal in Richtung Dankbarkeit zu erziehen. „DANKE!“ „Ja, genau! So ist's richtig.“ Das hat aber nichts mit wirklicher Dankbarkeit zu tun. Echte Dankbarkeit entspringt aus dem Herzen und ist keine angewöhnte Floskel.

Menschliche Vergesslichkeit

Am 9.11.1989 lagen sich die Deutschen in den Armen voller Dankbarkeit über die friedliche Revolution und die Wiederver-

einigung. Ein Jahr später, bei der großen Wiedervereinigung durfte ich dabei sein und es miterleben. Wir hatten damals schon zuvor eine Klassenfahrt nach Berlin gebucht. Die Freude und Dankbarkeit über dieses Wunder, das meiner Ansicht nach „herbeigebetet“ wurde, war überall zu greifen.

Doch lange hielt das nicht an und schnell war man wieder auf die Probleme und die Nachteile fixiert. Bis heute sind die Mauern in vielen Köpfen noch nicht eingerissen. Auf mein persönliches Leben übertragen: So Vieles, wofür ich dankbar sein könnte, gerät in Vergessenheit. Deshalb ist Dankbarkeit mit einer guten Erinnerungskultur verbunden.

Die Bibel (vielmehr Gott) weiß um das flüchtige Gedächtnis von uns Menschen und um unsere natürliche Gottverges-

senheit. David ermahnt sich und uns zu recht: „Preise den HERRN, meine Seele, und vergiss nicht, was er dir Gutes getan hat!“ (Ps. 103,2 NGÜ)

Vergiss nicht den Geber hinter der Gabe! Man kann Dankbarkeit nicht konservieren, aber kultivieren. Sich immer wieder ins Gedächtnis rufen, was er Gutes getan hat.

„Rettende“ Dankbarkeit

Die faszinierendste Erkenntnis bei diesem Thema ist für mich: Die Dankbarkeit kann uns das Leben retten. Hierfür gibt es eine ganz eindruckliche Geschichte im Neuen Testament. Sie steht in Lukas 17,11-19. Jesus heilte zehn Aussätzige. Aber nur einer kam zurück, um sich bei ihm zu bedanken. Jesus wunderte sich, dass nur einer kam. Dieser Namenlose wurde nicht nur gesund, sondern durch seinen Glauben an Jesus gerettet.

Gott erhört heute noch viele Gebete, auch derer, die noch keine Beziehung zu ihm haben. Viele, viele Menschen haben Grund, Gott dankbar zu sein, aber sie vergessen es, sobald sie gesund sind oder sich andere Dinge geklärt haben. Doch Dankbarkeit ist lebensrettend. In Psalm 50,23 heißt es: „Wer mir seinen Dank zeigt, der bringt mir ein Opfer dar, das mich ehrt. So ebnet er den Weg, auf dem ich ihm Gottes Rettung zeige.“ (NGÜ)

Danken heißt denken

Das Wort Danken wird im Deutschen bekanntlich von Denken abgeleitet. Das macht schon deutlich, dass Dankbarkeit nicht als Formel, sondern als Lebensstil etwas voraussetzt, nämlich unser Denken. Das Nachdenken; das Zurückdenken. Wir können eine „Dankkultur“ durch



eine „Denkkultur“ entwickeln. Dazu gehört auch, dass wir uns im Kopf bewusst machen, dass Vieles eben nicht selbstverständlich ist, was wir als Luxus und Komfort genießen. Das kann uns schon mal schnell bewusst werden, wenn der Strom oder die Heizung ausfällt.

Ein Schrittzähler misst, wie viele Schritte man am Tag macht. Wie wäre es, wenn mal ein „Denkzähler“ erfunden würde? Am Ende des Tages könnte man dann ablesen, wie viele schlechte und wie viele gute Gedanken man hatte. Ich schätze, dass wohl die schlechten überwiegen würden.

Wir denken so häufig schlecht über uns, über andere, über die Gemeinde und über Gott. Würden wir nur lernen, vermehrt Gutes zu denken, dann würden wir auch zu dankbareren Menschen! Nur hätten wir dann womöglich ein „Problem“. Wir würden nicht mehr bedauert werden. Keiner würde uns bemitleiden. Aber sehen wir es doch mal so: Wollen wir nicht alle lieber mit dankbaren Men-

schen zusammensein als mit Nörglern und Undankbaren?

Dankbarkeit ist darum auch eine Form von „Seelenhygiene“. Sie reinigt mein Leben von Unzufriedenheit, Undank und Angst.



Eine (neue) Perspektive

Dankbarkeit ist auch eine Perspektive, die wir einnehmen müssen. Was macht zum Beispiel ein kleines Kind, wenn es mit einer Körpergröße von gerade mal einem Meter nicht über die Mauer auf einer Burg hinaussehen und die Landschaft und die Aussicht bewundern kann? Bleibt es etwa vor der Mauer stehen und verzweifelt, weil die Welt so ungerecht ist und weil andere so hohe Mauern gebaut haben, dass die Kinder nichts sehen können? Verfällt es in Depressionen, weil es aus dieser Perspektive nur Steine sieht?

Nein. Es macht das einzig Vernünftige. Es streckt die Arme zum Papa oder der

Mama aus, damit sie es hochheben und ihm eine Aussicht ermöglichen, die jede Vorstellungskraft des Kindes sprengt. Doch warum kommt uns das nur selten in den Sinn?

Wir sehen oft nur auf uns und wie schlecht wir sind, was wir alles nicht können oder was wir nicht haben. Vielleicht werden wir sogar bitter und vergiften auch andere mit unserer Unzufriedenheit. Warum machen wir es nicht wie kleine Kinder, zumal es doch heißt: „Wenn ihr nicht werdet wie die Kinder ...“?

Dankbarkeit ist wirklich eine Sache der Perspektive, der Blickrichtung und des Standpunktes. Bonhoeffer sagte: Nur wer für das Geringe dankt, empfängt auch das Große. Mit Undankbarkeit und dem Schielen nach den großartigen Taten, Werken und geistlichen Erfahrungen anderer, stehen wir Gott vielleicht im Weg, uns Größeres anzuvertrauen.

Apropos Perspektive, manche haben das Problem, dass sie meinen, sie würden heucheln, wenn sie danken, ohne dabei etwas zu fühlen. Das scheint mir aber generell ein Problem unserer Zeit zu sein, in der wir eben sehr viel vom Gefühl abhängig machen. Sehen wir es darum mal aus dieser Perspektive: Dankbarkeit ist vor allem ein Zeichen meiner Treue zu Gott. Dankbarkeit ist das Gedächtnis der Liebe.

Ein Selbstexperiment

Ich las von einer Frau, die einmal folgendes Experiment gemacht hat: Sie machte es sich zur Aufgabe, an einem bestimmten Menschen liebenswerte Eigenschaften zu entdecken. Bei diesem Experiment hat sie drei überraschende Entdeckungen gemacht:

Erstens entdeckte sie an sich selbst, wie nachtragend und unwillig ihr eigenes Herz jenem Menschen gegenüber war. Darüber hat sie Buße getan.

Zweitens beobachtete sie, wie sich ihre Einstellung zu jener Person positiv verändert hatte. Sie konnte dieser nun völlig anders begegnen.

Und drittens erkannte sie, dass Gott jenen Menschen genauso liebt wie alle anderen auch. Das hat sie dankbar werden lassen.

Wer fällt uns ein, an dem wir liebenswerte Eigenschaften entdecken wollen? Wir können das nicht nur mit Blick auf Menschen, sondern auch in Hinblick auf Gott tun, der uns vielleicht immer nur als strenger, unbarmherziger und fordernder Gott vor Augen stand.

Ich möchte uns zum Schluss einladen, mal einen Selbstversuch zu starten und zwar, dass wir einmal die Bibel ganz gezielt unter dem folgenden Aspekt lesen: Gottes liebevolle Eigenschaften zu entdecken und entsprechende Verse zu markieren und dafür zu danken.

Wähle hierzu eine Farbe für einen Textmarker und streiche alles an, das dir Grund zur Dankbarkeit gibt – sei es bezüglich des Wesens Gottes oder seiner Taten. Du könntest zum Beispiel mit den Psalmen beginnen und am besten betest du gleich die jeweiligen Passagen mit, die dich dankbar machen. Wie wäre es, das einmal konsequent zehn Tage lang zu tun? Beobachten wir doch einmal, was das mit uns macht!

Eine Frage zum Schluss

Zum Schluss noch eine etwas provokante Frage: An was sollen sich die Menschen erinnern, wenn wir eines Tages



nicht mehr da sind? Was wollen wir anderen hinterlassen oder „vererben“? Paulus sagt in 2. Timotheus 1,5 (NGÜ): *Voller Dankbarkeit erinnere ich mich an deinen Glauben, der so völlig frei ist von jeder Heuchelei. Es ist derselbe Glaube, der bereits deine Großmutter Lois und deine Mutter Eunike erfüllte; und auch in dir – davon bin ich überzeugt – ist dieser Glaube lebendig.“*

Was mich betrifft, wünsche ich mir, dass sich die Menschen in Dankbarkeit an mich erinnern; dass sie durch einen authentischen und lebendigen Glauben, welcher der Dankbarkeit entspringt, ermutigt wurden. Ich möchte, dass sich die Menschen an meine Dankbarkeit für die Liebe Gottes erinnern, wie sie sich am Kreuz offenbart; an meine Dankbarkeit für die Gnade und Barmherzigkeit und Treue Gottes in meinem Leben.

Das sollte in meinem Nachruf zu hören sein und anderen ein Vorbild bleiben.

Unser neuer Kalender für ...



Ein spezieller Dank an dich!

von Rosi Blissenbach

In diesem Magazin über Dankbarkeit darf unser Dank an unsere Unterstützer selbstverständlich nicht fehlen! Nicht, weil wir es müssten, sondern weil wir wirklich jedem von Herzen dankbar sind, der diese Arbeit mit seinen Spenden und/oder Gebeten überhaupt erst möglich macht. Und dankbar sind wir natürlich auch jedem, der *Inspiration4Today* in seinem Bekannten-, Verwandten- und Freundeskreis bekannt macht.

Deshalb möchten wir an dieser Stelle allen, die sich für diese Arbeit einsetzen – egal ob dies nun als Beter in unserem Gebetsteam, Botschafter von *Inspiration4Today* oder Spender geschieht –, ganz herzlich danken!

Wir sind sicher, dass Gott diesen Einsatz reich vergelten wird! Es ist ein Einsatz für die Ewigkeit und die Früchte, die er gebracht hat, werden spätestens dort sichtbar sein.

Ab sofort ist unser beliebter Kalender für 2024 erhältlich! Der Kalender lädt mit seinen wunderschönen Motiven ein zur Kontemplation und animiert dazu, durch Gebet einen Unterschied auszumachen!

Dank des gewohnten Wandkalender-Layouts mit Miniaturübersichten, Kalenderwochen und dem Platz für Termine und Notizen behält man selbst bei vielen Terminen noch den Überblick.

Am besten gleich für CHF 12.50 | EUR 9,90 (zzgl. Versand) bestellen!



Am 1. April 2018 – einem Ostersonntag – waren wir das erste Mal im TV auf Sendung und seitdem haben wir viele ermutigende Rückmeldungen unserer Zuschauer erhalten. Viele Menschen haben durch die Sendungen eine neue Perspektive, Hoffnung für ihr Leben und eine engere Beziehung zu Gott erfahren. Dafür sind wir Gott sehr dankbar, denn dafür arbeiten wir und es ist etwas, das nur er in den Herzen der Menschen bewirken kann!

In den vergangenen Jahren konnten wir von zwei größeren Geldbeträgen zehren und unsere Rechnungen bezahlen, wofür wir ebenfalls sehr dankbar

sind. Doch nun überlegen wir, wo wir Kosten einsparen könnten – Löhne bezahlt *Inspiration4Today* nicht –, um weiterhin auf Sendung bleiben zu können. Deshalb haben wir uns entschieden, bis auf weiteres – ab 2024 – die Produktion dieses Magazins auszusetzen. Es wird also vorläufig nur noch eine weitere Ausgabe von *Inspiration4U* geben. Über unsere Newsletter werden wir dich aber weiterhin auf dem Laufenden halten.

Wir sind gespannt, was Gott auch in der Zukunft durch die TV-Sendungen bei den Menschen bewirken wird.

Und nochmals DANKE, dass du an unserer Seite bist!

Nicht vergessen!

von Ben Williams

Der Gründer von *Feed the Hungry*, Lester Sumrall, sagte einmal: „Wir haben eine ganze Menge übrig. Also lasst uns teilen!“

Manchmal denke ich jedoch, dass ich nicht gerade viel habe. Wenn ich mein Leben mit dem mancher meiner Freunde vergleiche, dann habe ich im Verhältnis recht wenig materielle Besitztümer oder Geld, das ich ausgeben kann. Doch so zu denken führt zu einer gedanklichen Abwärtsspirale.

Sobald ich damit aufhöre und zu einem Punkt der Dankbarkeit komme, wird mir viel stärker bewusst, wie gut es mir eigentlich geht. Ich habe eine wunderbare Familie, ein Dach über meinem Kopf, Kleidung zum Anziehen und keine Schulden. Auch habe ich eine lebendige Beziehung zu Gott, was das Kostbarste überhaupt ist!

Ich habe in meinem Leben schon viel Armut und die schlimmsten Slums in der Welt gesehen. Dort gab es Menschen, die überhaupt keine Familie mehr hatten, weil die Angehörigen aufgrund von HIV gestorben sind. Viele zittern vor Kälte, weil sie gerade mal ein paar Lumpen auf der Haut tragen. Diese Leute hausen in einer Baracke und verdienen – wenn überhaupt – weniger als einen Euro/Franken am Tag.

In Wahrheit habe ich sehr viel übrig, von dem ich wirklich mit anderen teilen sollte.

Wie steht das mit dir? Bist du dankbar für das, was du hast? Oder bist du unzufrieden über das, was du nicht hast? Bist du bereit, anderen von dem abzugeben, was du übrig hast?



Quelle:

Dies ist ein Auszug aus „Inspiration für heute“ (Band 3: Jul-Sep)

ISBN 978-3-03885-003-8

Verlag: Power Publishing

Einbandart: Paperback

Seitenzahl: 200

CHF 7.50 / EUR 6,50



BÜCHER	
CHF	EUR
30,00	26,00

diverse Autoren

INSPIRATION FÜR HEUTE (SET/4 BÄNDE)

Ein Christ ist jemand, der durch den Glauben an Jesus Christus ein neues Leben bekommen hat und von nun an ihm immer ähnlicher werden möchte. „Lernt von mir!“, fordert Jesus diejenigen auf, die an ihn glauben. Ein christlicher Lebensstil entsteht allerdings nicht über Nacht. Hier gilt es, Stück für Stück und Tag für Tag von Jesus zu lernen. Diese vier Andachtsbücher fürs ganze Jahr werden dir dabei eine wertvolle Hilfe sein.

VERSANDKOSTENFREI

Dt. 800 Seiten, Paperback



CD	
CHF	EUR
8,50	7,90

DVD	
CHF	EUR
11,50	10,50

Sven Blissenbach

GOTTES GNADE VERSTEHEN

„Und der König sprach: Ist noch jemand da vom Haus Sauls, dass ich Gottes Gnade an ihm erweise?“ (2. Samuel 9,3). Die Art und Weise, wie König David im Alten Testament mit Mefi-Boschet umging, hilft uns auf bemerkenswert anschauliche Weise, Gottes Gnade uns gegenüber zu verstehen ...

Dt., 3 Predigten auf einer CD oder DVD



Minibuch	
CHF	EUR
4,90	3,90

Sven Blissenbach

DEIN AUSWEG AUS DER ANGST!

Was kannst du tun, wenn dich die Angst nicht mehr loslässt? Wie kannst du deine Ängste nicht nur wieder in den Griff bekommen, sondern wirklich loswerden?

Pastor Sven Blissenbach zeigt dir einen Ausweg aus deiner Angst und warum Angst eine ganz besondere Chance für dich sein kann.

Dt., Minibuch, 164 Seiten, Paperback



CD	
CHF	EUR
10.50	9,50

DVD	
CHF	EUR
13.50	12,50

Sven Blissenbach

DU BIST EIN GOTT, DER MICH SIEHT!

Diese Reihe basiert auf den ersten vier Versen von Psalm 139. Pastor Blissenbach macht deutlich, dass Gott uns nicht mit Argusaugen verfolgt, sondern an einer persönlichen Beziehung zu uns interessiert ist, um uns mit seiner Güte zu umgeben.

Gerade weil Gott uns durch und durch kennt und um alle Dinge weiß, können wir sicher sein, dass er ganz genau weiß, was wir brauchen. Gottes Allwissenheit sollte uns sehr ermutigen, uns mit allem an ihn zu wenden.

4-teilige Predigtserie auf zwei CDs oder DVDs



CD	
CHF	EUR
10.50	9,50

DVD	
CHF	EUR
13.50	12,50

Sven Blissenbach

BARMHERZIGKEIT

Dieses Predigt-Set hilft dir, Gottes Barmherzigkeit noch mehr zu erkennen. Erfahre, wie Jesus Gottes Barmherzigkeit auf vollkommene Weise verkörpert und lass dich vom barmherzigen Samariter inspirieren, barmherzig zu sein, wie dein himmlischer Vater barmherzig ist.

- Predigt 1: Ein Gott voller Barmherzigkeit
- Predigt 2: Der barmherzige Vater
- Predigt 3: Ein Blick voller Barmherzigkeit
- Predigt 4: Der barmherzige Samariter

4-teilige Predigtserie auf zwei CDs oder DVDs



Minibuch	
CHF	EUR
4.90	3,90

Sven Blissenbach

SORGEN

Sorgen halten sich oft hartnäckig in unseren Köpfen. Sie haben es an sich, gleich eine Reihe weiterer Sorgen mit „im Schlepptau“ zu haben.

Wie wird man nur diese lästigen „Plagegeister“ los? Lerne drei „Sorgenfresser“ kennen, die deine Sorgen garantiert erledigen!

Dt., Minibuch, 64 Seiten, Paperback

SEELENPAUSE

Besuche uns auf unserer Website unter:
inspiration4today.ch/webapp bzw. inspiration4today.de/webapp
oder direkt auf Youtube unter:
youtube.com/inspiration4today



„Seelenpause“ sind kurze Videos auf unserem Youtube-Kanal. Jeden Freitag lädt dich Pastor Blissenbach dazu ein, mit ihm über ausgewählte Bibleverse zu meditieren.

Unser Leben kann mitunter ganz schön stressig sein und uns ziemlich zu schaffen machen. Doch Jesus lädt uns ein, mit all dem zu ihm zu kommen, was uns gerade beschwert und belastet. Und er verspricht uns, dass wir bei ihm zur Ruhe kommen (vgl. Matthäus 11,28-29).

Jede „Seelenpause“ endet mit einer „Entspannungsübung“, damit deine Seele bei Gott Erholung findet.

HINTERLASSE HOFFNUNG!



Inspiration4Today möchte für den Alltag als Christus-Nachfolger motivieren und inspirieren.

Vielleicht hast du selbst durch die Sendungen neue Inspiration für dein Leben erhalten. Hilf uns einen positiven Unterschied im Leben von vielen Menschen zu machen. Unterstütze die Ausstrahlung der Sendungen langfristig, indem du Inspiration4Today in deinem Testament bedenkst. Durch deine Zuwendung ermöglichst du es, dass wir die Menschen im deutschsprachigen Europa über lange Zeit mit der lebensverändernden Botschaft von Jesus Christus erreichen können.