

# Die Schule der Dankbarkeit

James MacDonald

»Freut euch allezeit; betet unablässig; dankt in allem, denn dies ist der Wille Gottes in Christus Jesus für euch.« 1Thes 5,16-18

Dankbarkeit ist die Haltung, die meine sündige Neigung zum Klagen perfekt ersetzt und so Freude und Segen in mein Leben bringt. Jetzt sind Sie an der Reihe, in sich hineinzuschauen – um herauszufinden, ob Sie eine dankbare Haltung haben. Das ist die Lösung: eine Veränderung des Herzens. Es folgen drei Fragen mit Handlungsschritten, die Ihnen helfen sollen, eine dankbare Einstellung zu entwickeln:

## › 1. Bin ich ein dankbarer Mensch?

Stellen Sie sich selbst diese Frage. Lassen Sie uns einen Augenblick in die Schule der Dankbarkeit gehen und von Matthew Henry, dem bekannten Bibellehrer, lernen. Vor mehr als 250 Jahren schrieb er folgende Worte in sein Tagebuch, nachdem man ihm sein ganzes Geld geraubt hatte:

„Lass mich zu *allererst* dankbar sein, weil ich noch nie zuvor ausgeraubt wurde; *zweitens*, weil sie mir nur meinen Geldbeutel genommen haben, und nicht mein Leben; *drittens*, lass mich dankbar sein, dass sie mir nicht viel gestohlen haben, auch wenn es alles war, was ich hatte; und *viertens*, weil ich beraubt wurde und nicht selbst jemanden beraubt habe.“

Es besteht kein Zweifel: Dankbarkeit ist eine Entscheidung. Beantworten Sie die Frage für sich: „Bin ich ein dankbarer Mensch?“

## › 2. Erkenne ich die Segnungen der Dankbarkeit in meinem Leben?

Kenne ich die Freude, die Dankbarkeit mit sich bringt? Oder ist mein Leben wie eine Wüste? Wie viel Raum nehmen gute, positive und lobenswerte Dinge in meinem Denken ein? Wie oft bin ich dankbar für einen Menschen, durch den Gott mich gesegnet hat (Eltern, Nachbarn, Freunde oder Christen in der Gemeinde)? Wenn Dankbarkeit ein Teil unseres Lebens ist, werden wir vermehrt Freude und Glück erleben.

## › 3. Entscheide ich mich täglich neu für Dankbarkeit statt für eine klagende Haltung?

Dankbarkeit ist ein Moment. Wie ein Standbild! Fragen Sie sich: „Entscheide ich mich in diesem Augenblick für Dankbarkeit? Tue ich das?“

Denken Sie daran: Haltungen sind Denkmuster, die über einen langen Zeitraum entwickelt wurden. Aber diese langen Zeiträume bestehen aus unzähligen einzelnen Momenten und Entscheidungen. Entschließen Sie sich, in jedem Augenblick dankbar zu sein. ■



(Auszug aus: James MacDonald, Veränderung, CV Dillenburger, S.71-72, mit freundlicher Genehmigung des Verlages)