

dankbar empfangen

Teil 1/2 - 04.10.2026

Serie: volle Hände

Einstieg

- Empfindest du deine Hände zurzeit als „voll“ oder „leer“? Woran machst du das fest?
- Wo erlebst du in deinem Alltag die Tendenz, zuerst das zu sehen, was noch fehlt?

1) Die Blickrichtung verändern

Lest Psalm 103,1-5

- Warum ist es David wichtig, seine Seele aufzufordern auf das Gute, das Gott getan hat, nicht zu vergessen?
- Wo erkennst du in deinem Leben etwas von einer „Kultur des Mangels“? Wo hast du den Eindruck nicht genug zu haben oder zu sein?
- Wo steht dein „Spot“ zurzeit auf dem, was nicht genug ist? Wohin könntest du deinen Spot stattdessen bewegen?
- Wo fällt es dir schwer, das Gute wahrzunehmen, obwohl es da ist?
- Welche Sache, die bisher selbstverständlich für dich ist, könntest du in dieser Woche bewusst als Geschenk betrachten?

2) Den Geber entdecken

Lest 1.Korinther 4,7 und 1.Chronik 29,14

- Was löst Paulus' Frage „Was hast du, das du nicht empfangen hast?“ in dir aus?
- Wo sagst oder denkst du schnell „das habe ich geschafft“? Was verändert sich, wenn du auch darin das Empfangene siehst?
- Was bedeutet es für dich, nicht nur jemand zu sein, der etwas hat, sondern jemand, der empfängt?
- Welche Bedeutung hat für dich die Frage, wer der Geber ist, dem du dankst?

Lest Römer 1,21

- Warum bezeichnet die Bibel Undankbarkeit gegenüber unserem Schöpfer als grundlegendes Problem von uns Menschen?
- Wo entdeckst du bei dir die Gefahr, Gottes Gaben zu genießen und den Geber zu vergessen?
- Was bedeutet es für deine Beziehung zu Gott, dass er dir in Jesus Christus das größte Geschenk macht und du seine Liebe und Vergebung nicht verdienen, sondern nur empfangen kannst?

- Wie könnte für dich im Alltag aus „Ich habe ...“ bewusst „Gott, du hast mir geschenkt“ werden?

3) Dankbarkeit einüben

Lest 1. Thessalonicher 5,16-81

- Wie verstehst du die Aufforderung „Dankt Gott in jeder Lage“?
- In welchen Situationen fällt dir Dankbarkeit leicht – und in welchen besonders schwer?
- Kennst du die Versuchung, dich vor Freude zu schützen, weil du Angst hast, etwas Schönes wieder zu verlieren? Was könnte dir helfen, das Gute tatsächlich zu empfangen und zu genießen?
- Was könnte es für dich bedeuten, eine dankbare Haltung nicht erst einzunehmen, wenn du dich danach fühlst, sondern dich bewusst zum Danken zu entscheiden?

Anwendung

Eine konkrete Übung für die kommende Woche: Nimm dir jeden Abend zwei Minuten Zeit, bevor du schlafen gehst. Frage dich: „was habe ich heute empfangen? Womit hat Gott mich beschenkt?“ Schreibe drei Dinge auf, für die du dankbar bist – und sag Gott dafür konkret Danke.

Tauscht euch nächste Woche aus, welche Erfahrungen ihr mit dieser Übung gemacht habt.

Fazit

- Welcher Gedanke aus der Predigt hat dich am meisten angesprochen oder herausgefordert?
- Worin könnte dein nächster Schritt zu einer dankbaren Lebenshaltung bestehen?

Gebet

Macht gemeinsam eine Gebetsgemeinschaft, in der ihr euren Blick bewusst auf das richtet, womit Gott euch beschenkt hat und ihm dafür dankt.

Infos aus der Gemeinde

- 5.-9.10. 14.45–17.30 Uhr [Kinderferienwoche](#)

Vertiefungsmaterial zur Predigt

- Mi, 7.10. 19 Uhr [Gebetsnacht gegen Antisemitismus](#)
- Mo, 12.+19.10. 19.30 Uhr [Backstage-Seminar](#) (wir bitten um Anmeldung)