



D.N.S. Zur Predigt „Freude im Ungewöhnlichen“ (29.01.2023)

Hier findest du 5 Prinzipien oder Ideen, wie die Freude in dir regieren kann unabhängig davon, wie deine Lebensumstände sind.

Anstatt diese Liste abzuarbeiten machen wir dir Mut, lieber ein Prinzip auszuprobieren und in deinen Alltag zu integrieren.

Viel FREUDE!!

- (1) **Vergebung:** Schuld braucht Vergebung. Wir müssen uns bei Gott entschuldigen, dass wir uns von ihm entfremdet haben, ihn für unsere Zwecke missbraucht oder in anderen Menschen oder Dingen Freude gesucht haben, statt in ihm. Wenn er eine Person ist, die dich geschaffen hat dafür, dass du bei ihm und mit ihm Freude erlebst, verletzt ihn das. Sprich jetzt ein Gebet.
- (2) **Bibelprojekt:** Lies den Philipperbrief mindestens 1x durch (es sind 4 kurze Kapitel). Zähl einmal wie oft der Begriff Freude, sich freuen...vorkommt. (Das Wort Freude ist das Schlüsselwort des Briefes). Beantworte nun folgende 3 Fragen:
Was ist die Quelle der Freude?
Was verhindert Freude? (im Brief, bei dir)
Wie kannst du lernen, dich mehr zu freuen?
- (3) **Lebe bewusst:** Versuche einmal in dieser Woche, alle gewöhnlichen Freuden bewusster wahrzunehmen (Düfte, Kinderlachen, Schneeflocken...). Drücke deine Freude über die gewöhnlichen Dinge deinem **Freudengeber**, Gott, aus. So kommt Freude in dein Leben. Gleichzeitig ehrst du Gott selbst und weniger die Dinge an sich.
- (4) **Alles mit und für Jesus tun.** Egal du Windeln wechselst, Hausaufgaben machst, in ein Gespräch gehst oder einkaufst...Wenn du lernst, die gewöhnlichsten Dinge mit Jesus und für Jesus zu tun, der das achtet, was du tust, dann wächst Freude in deinem Leben.
- (5) **Jesus first:** Übe dich darin, dich täglich, stündlich, minutiös... an SEINE Liebe zu erinnern, um dir möglichst präsent zu machen, für wen du lebst und wie sehr du geliebt bist. Überlege dir...
 - Was deinen ersten Eindruck am Tagesanfang prägt
 - Wie du schlafen gehst
 - Wie genau dich Gottes Worte prägen dürfen (Bibel)
 - Wie du dich tagsüber immer wieder der Gegenwart Gottes bewusst machen kannst: Erinnerung ins Handy speichern...

Philipper 4,4: „Freut euch darüber, dass ihr durch Jesus mit Gott verbunden seid. Und noch einmal sage ich das gleiche: Freut euch! Eure Güte und Milde soll allen Menschen bekannt werden. Gott ist (dir) nahe.“