

**Psalm 103: Dankbarkeit – ein Gesundmacher**

**Predigt vom 07.05.2023**

## Bibelstellen aus der Predigt

*Psalm 103; 1. Thessalonicher 5.18*

## Hauptpunkte / Kurzzusammenfassung

**Psalm 103** vorgelesen: <https://www.youtube.com/watch?v=wBBoBfPGUSc>

All das Gute, für das wir laut David dankbar sein können:

- Vergibt alle Sünden
  - Heilt alle deine Krankheiten
  - Kauft dich vom Tod frei
  - Umgibt dich mit Liebe und Güte
  - Macht dein Leben reich
  - Erneuert täglich deine Kraft
  - Schafft Gerechtigkeit und Recht
  - Lässt seine Wege wissen
  - Zeigt seine Taten
  - Ist barmherzig, gnädig und geduldig
  - Macht nicht für immer Vorwürfe
  - Ist nicht für immer zornig
  - Bestraft uns nicht für unsere Sünden
  - Behandelt uns nicht, wie wir es verdienen
  - Erbarmt sich über uns wie ein Vater über seine Kinder
- 
- Der Psalm ist von David
  - David hatte beides zu verkraften: Erfolg und Niederlagen, Schönes und Schweres (siehe Psalm 13 letzten Sonntag)
  - Hier überfließt sein Herz vor Dankbarkeit – er weiss, wem er alles zu verdanken hat
  - Es kommt aus der Seele, sozusagen aus dem Innersten, von ganzem Herzen
  - David weiss um die Stellung des Menschen gegenüber Gott, er, als König, weiss, dass er wie eine Blume ist, welche blüht und vergeht. Er überschätzt sich nicht, noch unterschätzt er sich (Minderwertigkeitsgefühle). Er ist sich der Vergänglichkeit des Menschen gegenüber der Ewigkeit Gottes sehr wohl bewusst

Bonhoeffer hat im Juli 1940, also mitten im 2. Weltkrieg über die Dankbarkeit gepredigt. Hier vertont von Siegfried Fietz in einem Lied. Bonhoeffer war Hitlergegner und ist dafür den Märtyrertod gestorben.

Lied Siegfried Fietz (Clip)

[https://www.youtube.com/watch?v=N56BkYveyEE&list=RDN56BkYveyEE&start\\_radio=1](https://www.youtube.com/watch?v=N56BkYveyEE&list=RDN56BkYveyEE&start_radio=1)

Einige markante Sätze von Bonhoeffer aus dem Lied:

- Undankbarkeit erstickt den Glauben, verstopft den Zugang zu Gott
- Es ist die Ursünde der Heiden, daß sie Gott, dessen Dasein sie wußten, nicht „als Gott gedankt haben“

- Undankbarkeit beginnt mit dem Vergessen, aus dem Vergessen folgt Gleichgültigkeit, aus der Gleichgültigkeit Unzufriedenheit, aus der Unzufriedenheit Verzweiflung, aus der Verzweiflung der Fluch.
- Lass' dich fragen, ob dein Herz durch Undank so mürrisch, so träge, so müde, so verzagt geworden ist

## 1. Thessalonicher 5.18

*... 18 seid dankbar in allen Dingen; denn das ist der Wille Gottes in Christus Jesus für euch.*  
Es ist der Wille Gottes, dass wir dankbar sind – warum wohl? Weil Gott weiss, dass es uns dabei besser geht und uns gut tut. Es ist ein Gesundmacher, wie es die Zeitschrift «Der Spiegel» beschreibt.

## Spiegel vom 26.12.2016 – Dankbarkeit – die Wurzel für Gesundheit und Wohlbefinden

Die Forschung zeigt, dass Dankbarkeit ein Gesundmacher ist.

Sie ist auch erlernbar und kann trainiert werden

Dankbarkeit ist etwas, das Gott will.

Daraus schliesse ich: Gott will das Gute für den Menschen, er will sein Wohlbefinden und seine Gesundheit. So einfach ist das. Alles andere ist Lüge.

## Anregung zur Diskussion

- Zähle auf, für das, was du dankbar sein kannst
- Mach es dir nicht zu leicht, es gibt auch Grund zum Danken, wenn nicht alles rund läuft
- Trainiere deine Dankbarkeit und sprich sie aus gegenüber Gott und Menschen (Ehepartner)
- 

## Gebet

- Danke Gott von Herzen – Ehrlichkeit und Echtheit sind gefragt