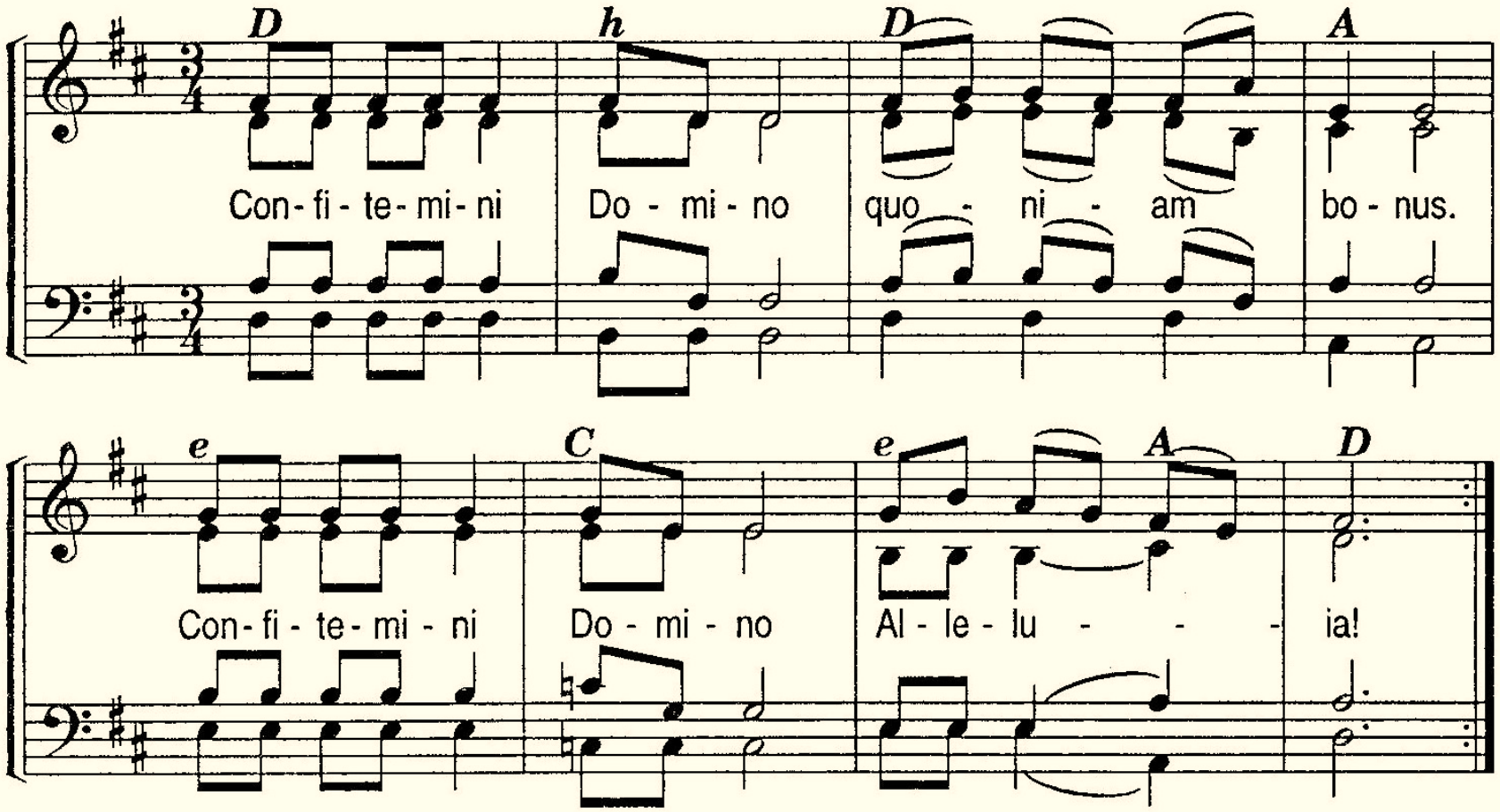

Sind die Glücklichen dankbar –
macht Dankbarkeit glücklich?

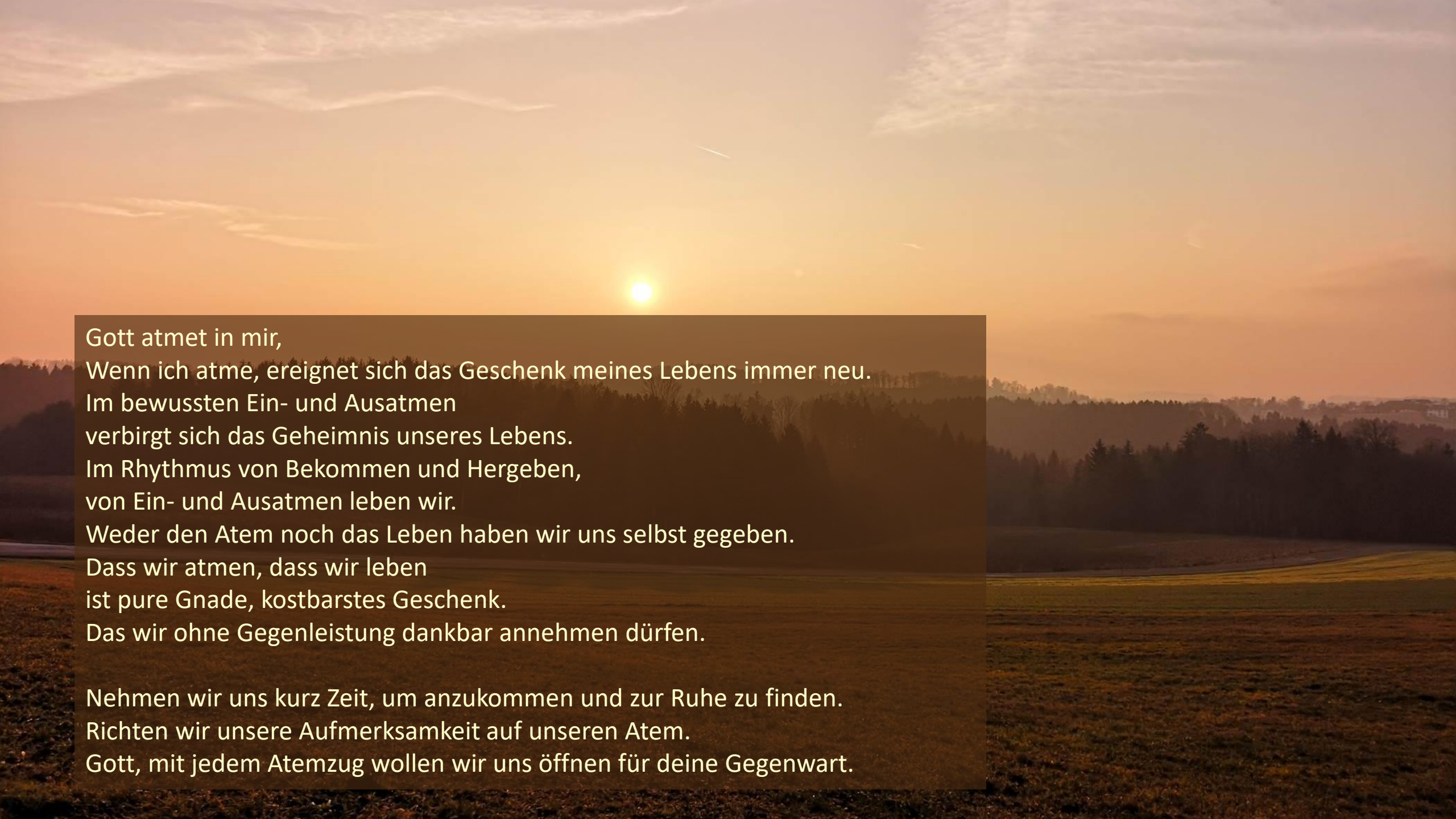
20 CONFITEMINI DOMINO

„Gesang aus Taizé"
Musik: J. Berthier



© Les Presses de Taizé Deutsche Rechte: Christophorus-Verlag, Freiburg i. Br.

Dankt dem Herrn, denn er ist gut. Alleluja!

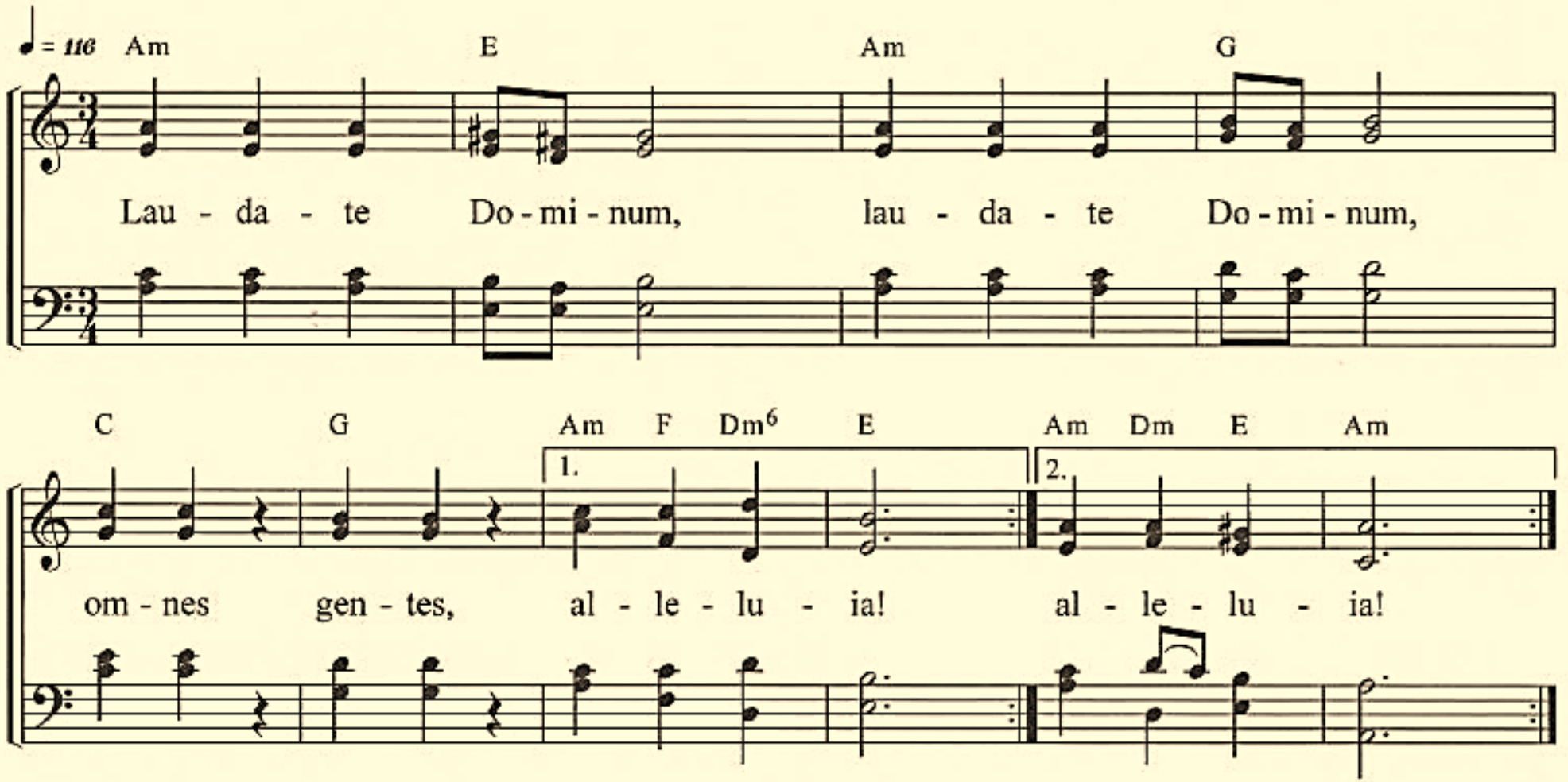


Gott atmet in mir,
Wenn ich atme, ereignet sich das Geschenk meines Lebens immer neu.
Im bewussten Ein- und Ausatmen
verbirgt sich das Geheimnis unseres Lebens.
Im Rhythmus von Bekommen und Hergeben,
von Ein- und Ausatmen leben wir.
Weder den Atem noch das Leben haben wir uns selbst gegeben.
Dass wir atmen, dass wir leben
ist pure Gnade, kostbarstes Geschenk.
Das wir ohne Gegenleistung dankbar annehmen dürfen.

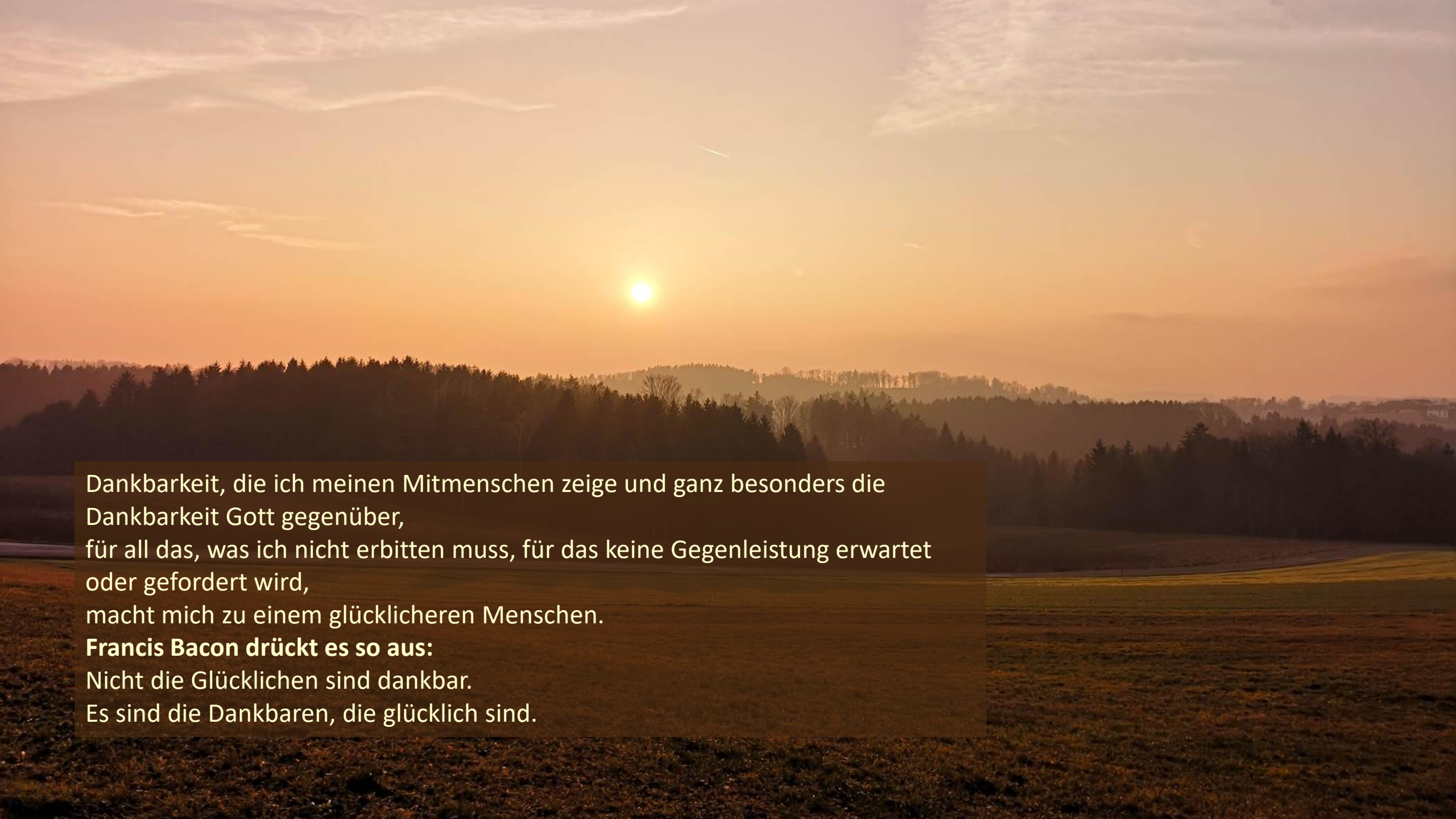
Nehmen wir uns kurz Zeit, um anzukommen und zur Ruhe zu finden.
Richten wir unsere Aufmerksamkeit auf unseren Atem.
Gott, mit jedem Atemzug wollen wir uns öffnen für deine Gegenwart.

Laudate Dominum

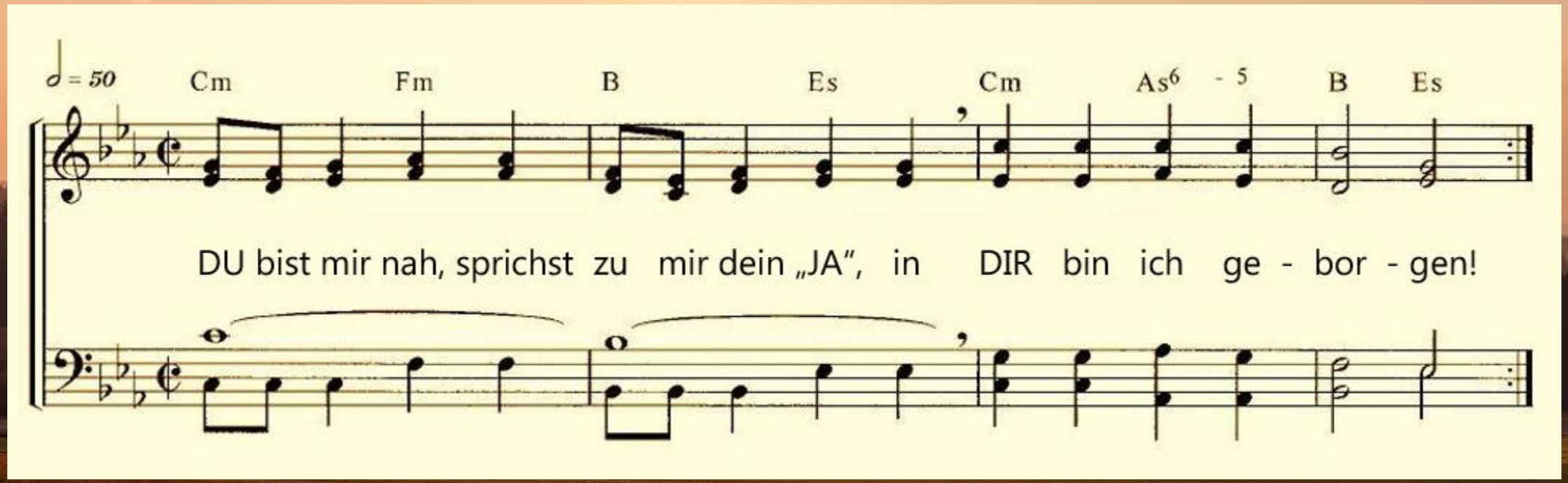
Lobt den Herrn, alle Völker

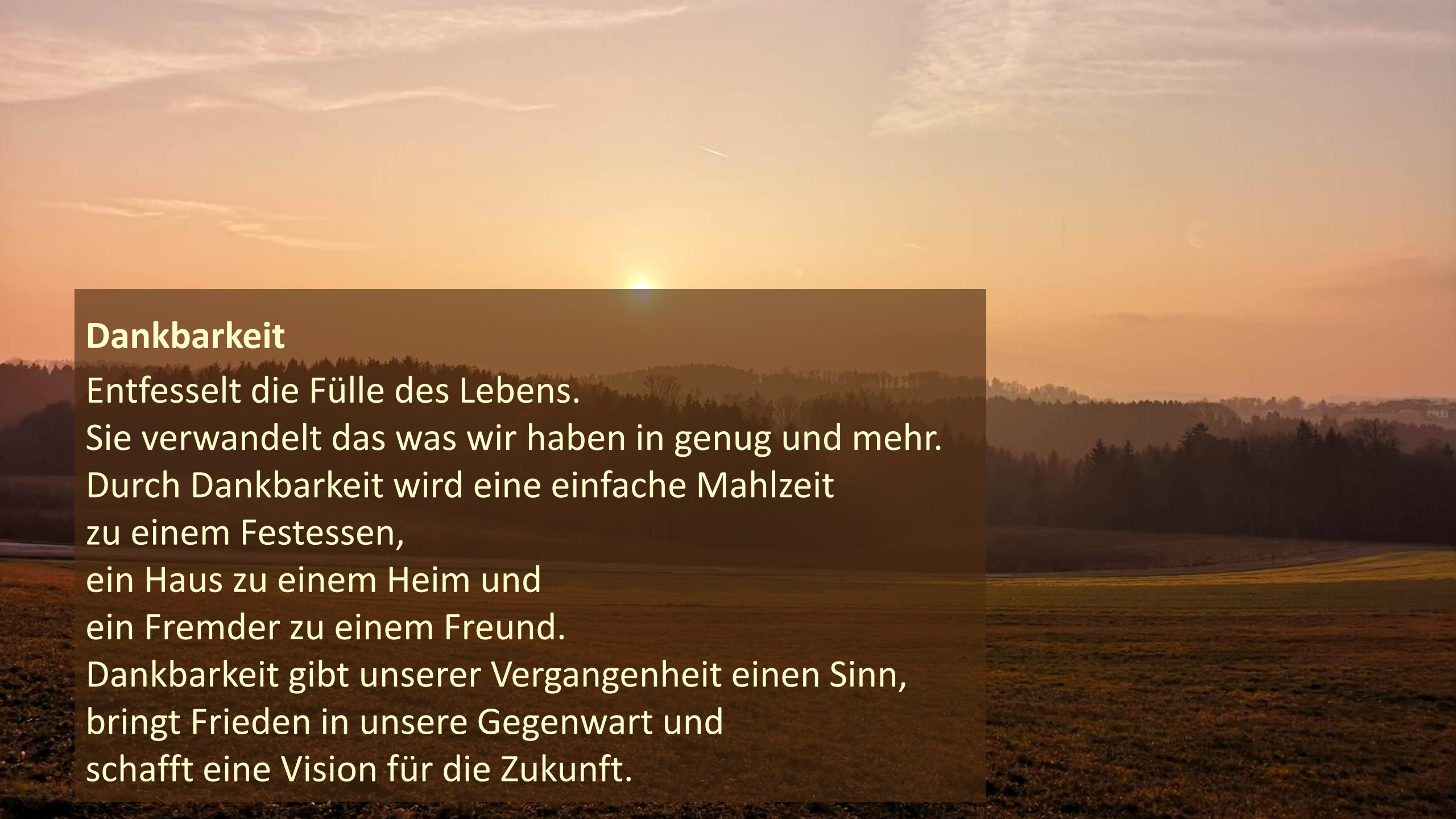


„Ich bin dankbar für ...“

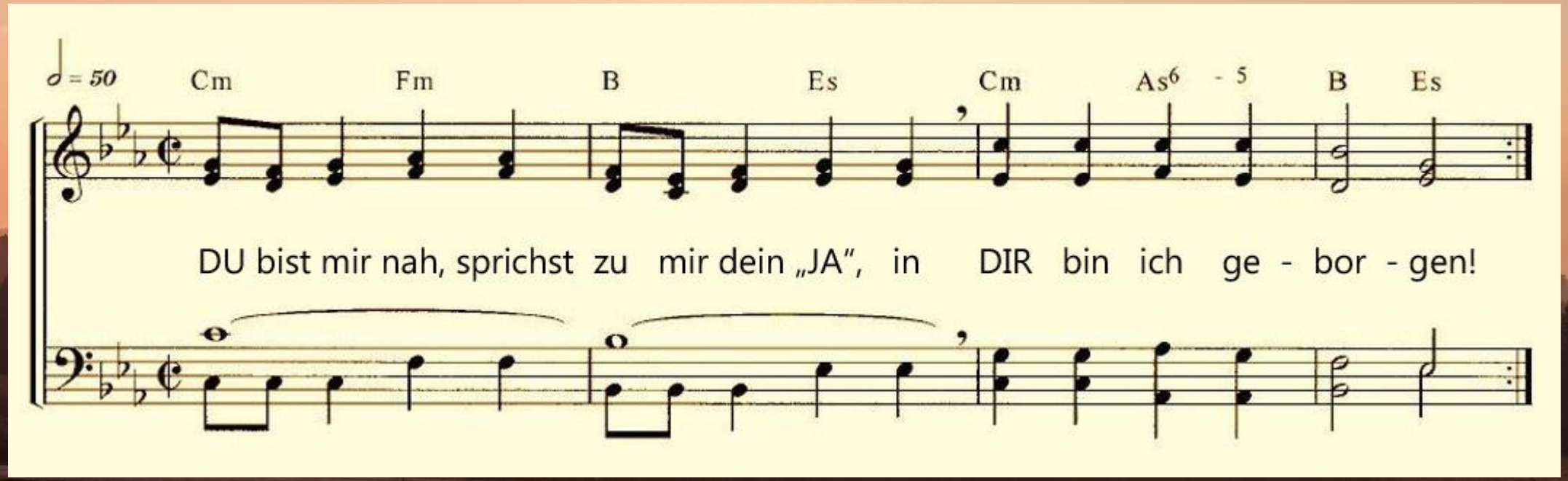


Dankbarkeit, die ich meinen Mitmenschen zeige und ganz besonders die Dankbarkeit Gott gegenüber,
für all das, was ich nicht erbitten muss, für das keine Gegenleistung erwartet oder gefordert wird,
macht mich zu einem glücklicheren Menschen.
Francis Bacon drückt es so aus:
Nicht die Glücklichen sind dankbar.
Es sind die Dankbaren, die glücklich sind.


♩ = 50
Cm
Fm
B
Es
Cm
As6 - 5
B
Es
DU bist mir nah, sprichst zu mir dein „JA", in DIR bin ich ge - bor - gen!

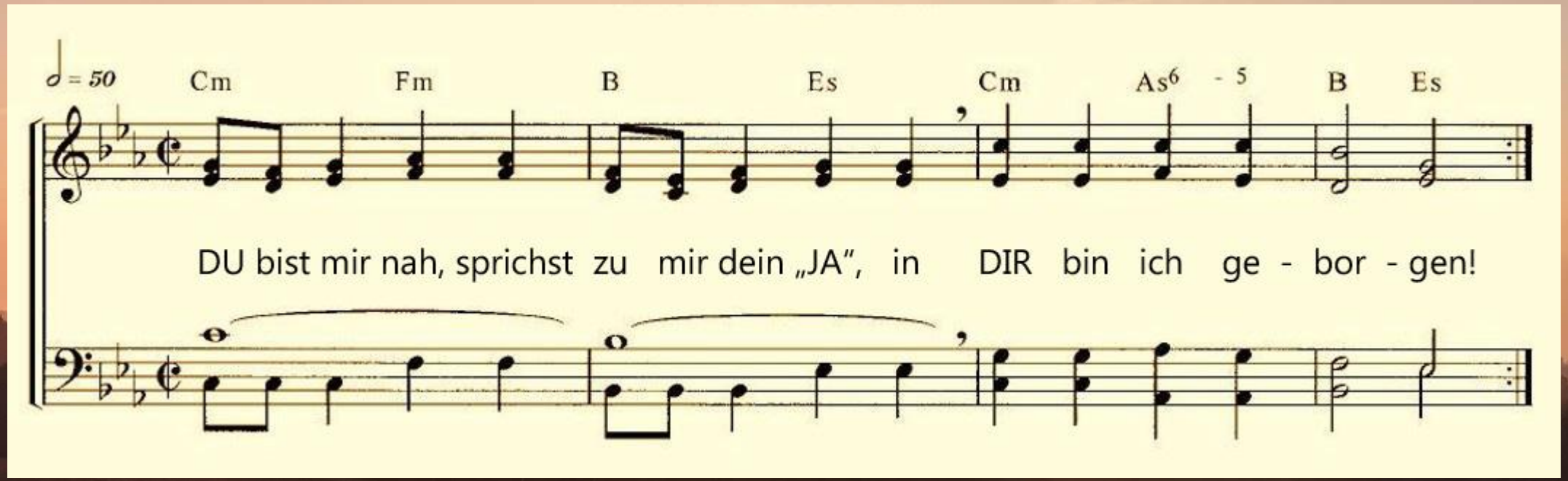


Dankbarkeit
Entfesselt die Fülle des Lebens.
Sie verwandelt das was wir haben in genug und mehr.
Durch Dankbarkeit wird eine einfache Mahlzeit
zu einem Festessen,
ein Haus zu einem Heim und
ein Fremder zu einem Freund.
Dankbarkeit gibt unserer Vergangenheit einen Sinn,
bringt Frieden in unsere Gegenwart und
schafft eine Vision für die Zukunft.



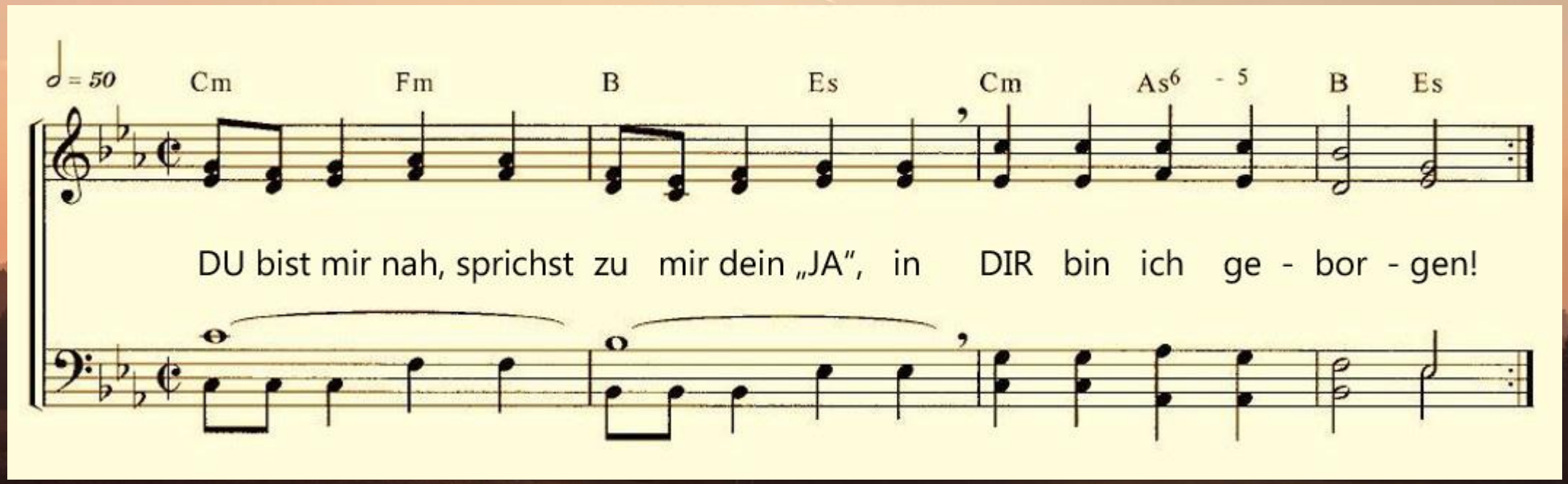
Dankbarkeit ist das Gedächtnis des Herzens.

(Jean-Baptiste Massillon, 18. JH)



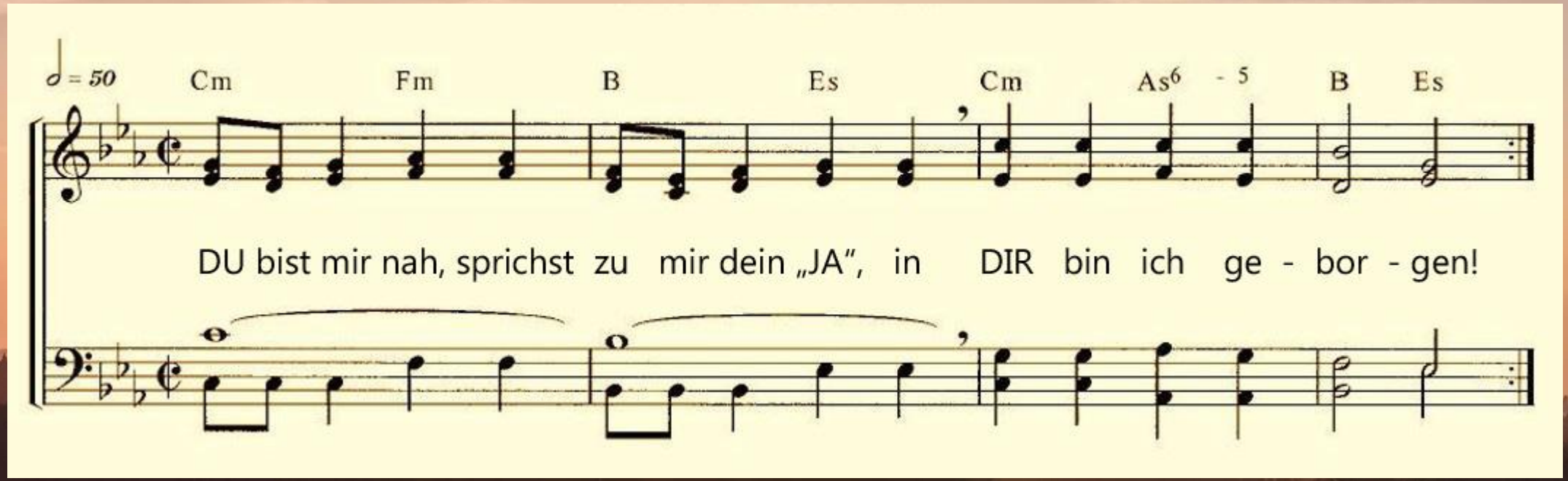
In jede hohe Freude mischt sich
eine Empfindung der Dankbarkeit.

(Marie von Ebner-Eschenbach, 19. JH)



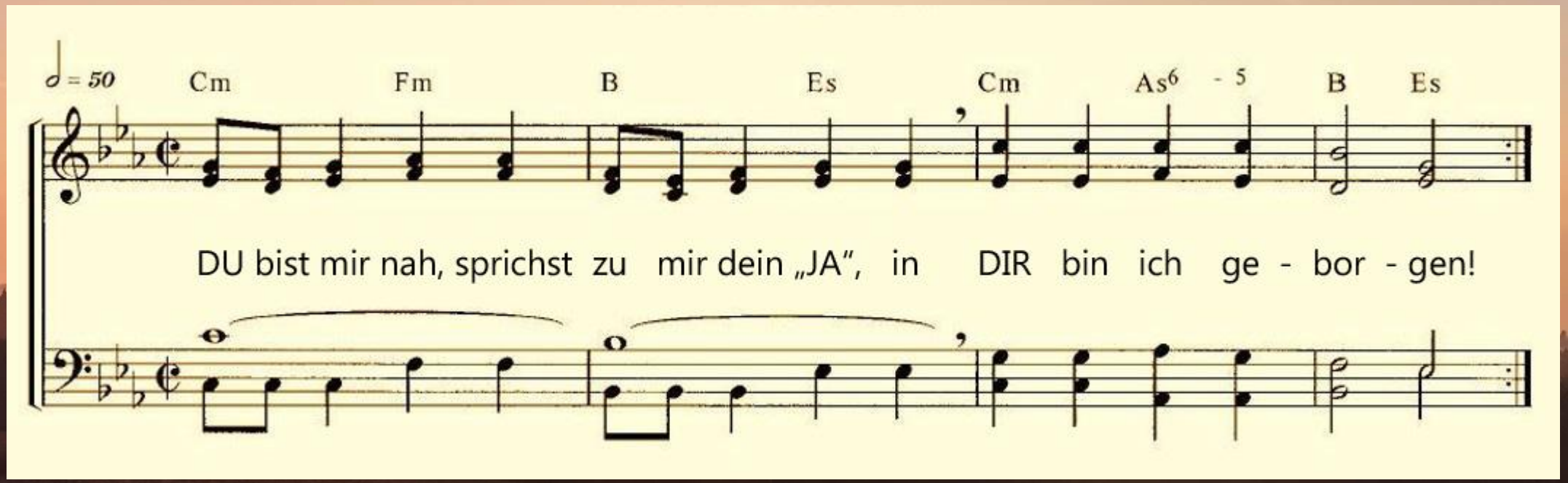
Du sollst dankbar sein für das Geringste,
und du wirst würdig sein, Größeres zu empfangen.

(Thomas von Kempen, 15. JH)



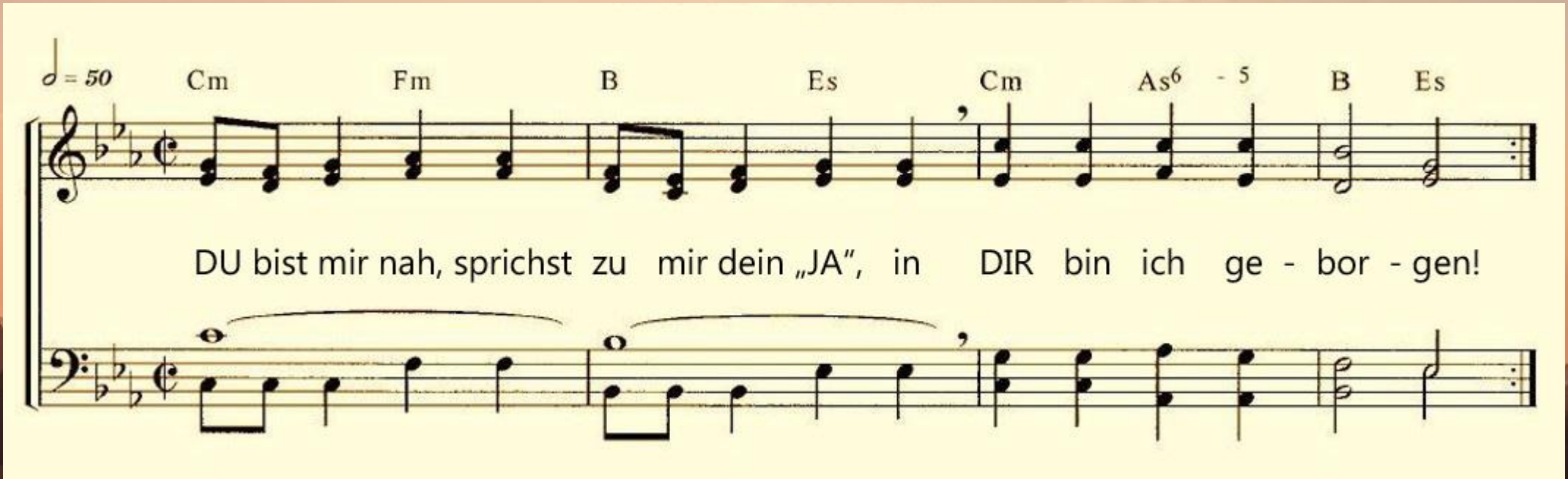
Seid allezeit fröhlich, betet ohne Unterlass,
seid dankbar in allen Dingen;
denn das ist der Wille Gottes in Christus Jesus an euch.

(Paulus im 1. Brief an die Tessalonicher, 1. JH)



Nicht das Glück ist die Quelle der Lebensfreude,
sondern die Haltung der tiefen Dankbarkeit.

(Bruder David Steindl-Rast 21. JH)



Lehre mich vor allem eines: dankbar zu sein für deine Güte,
aber auch danken zu können,
der geringsten Menschen Taten gegen mich.

(Zarathustra 7. JH v.Chr)

einige Minuten Stille …

Wofür empfinde ich Dankbarkeit?

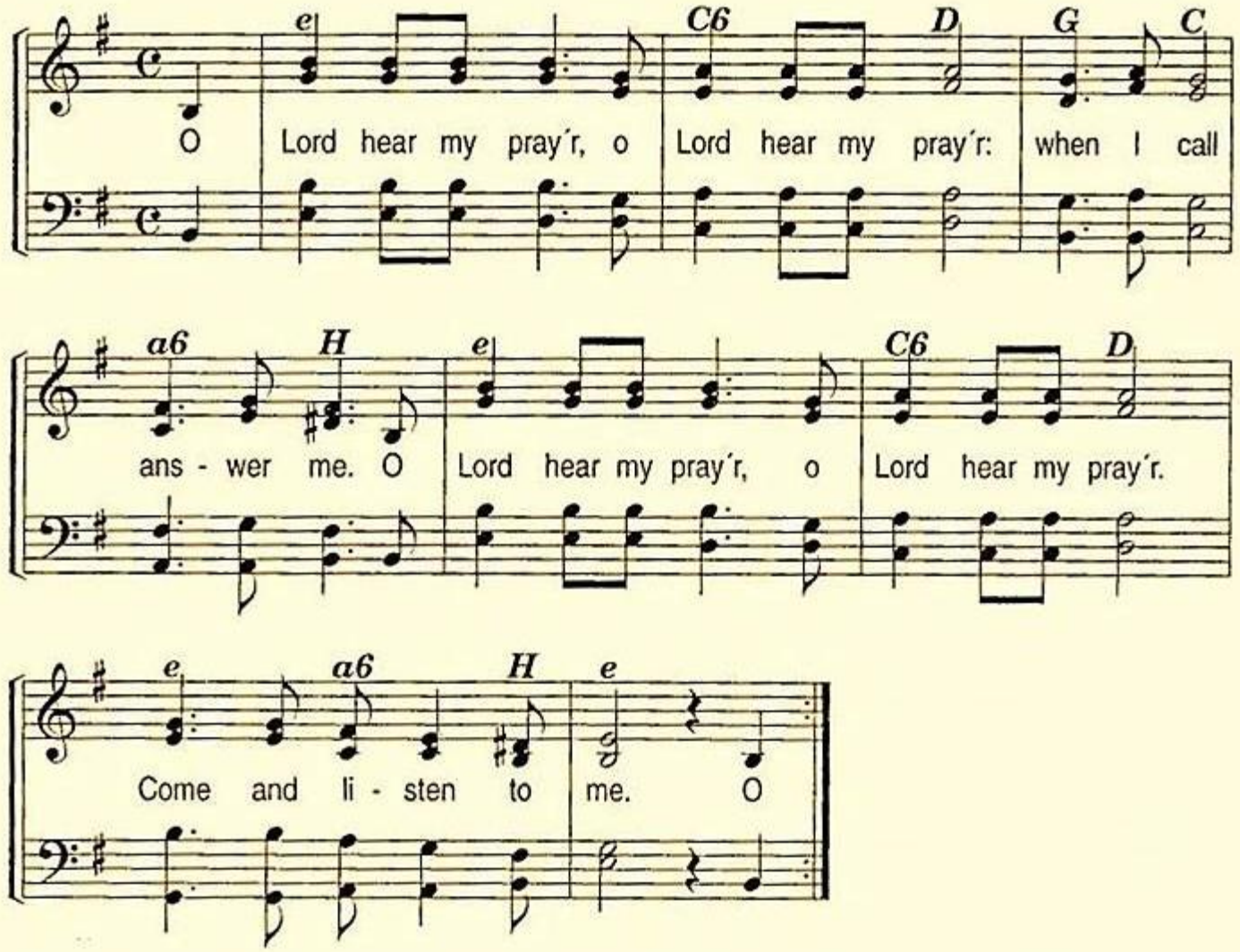
Was macht mich zufrieden?

Was macht mich zu einem glücklichen Menschen?

Was sind für mich Geschenke?

162 O LORD HEAR MY PRAY´R

„Gesang aus Taizé"
Musik: J. Berthier



- *Für alle, die in ihrem Leben nur die schwierigen und negativen Dinge sehen können, schenke ihnen ein offenes Herz für all das Schöne, das du uns schenkst.* ***O Lord hear my prayer!***

- *Für alle, die von Schicksalsschlägen getroffen sind, schenke ihnen Begegnungen und Erfahrungen, durch die sie wieder Freude und Dankbarkeit empfinden können.* ***O Lord hear my prayer!***

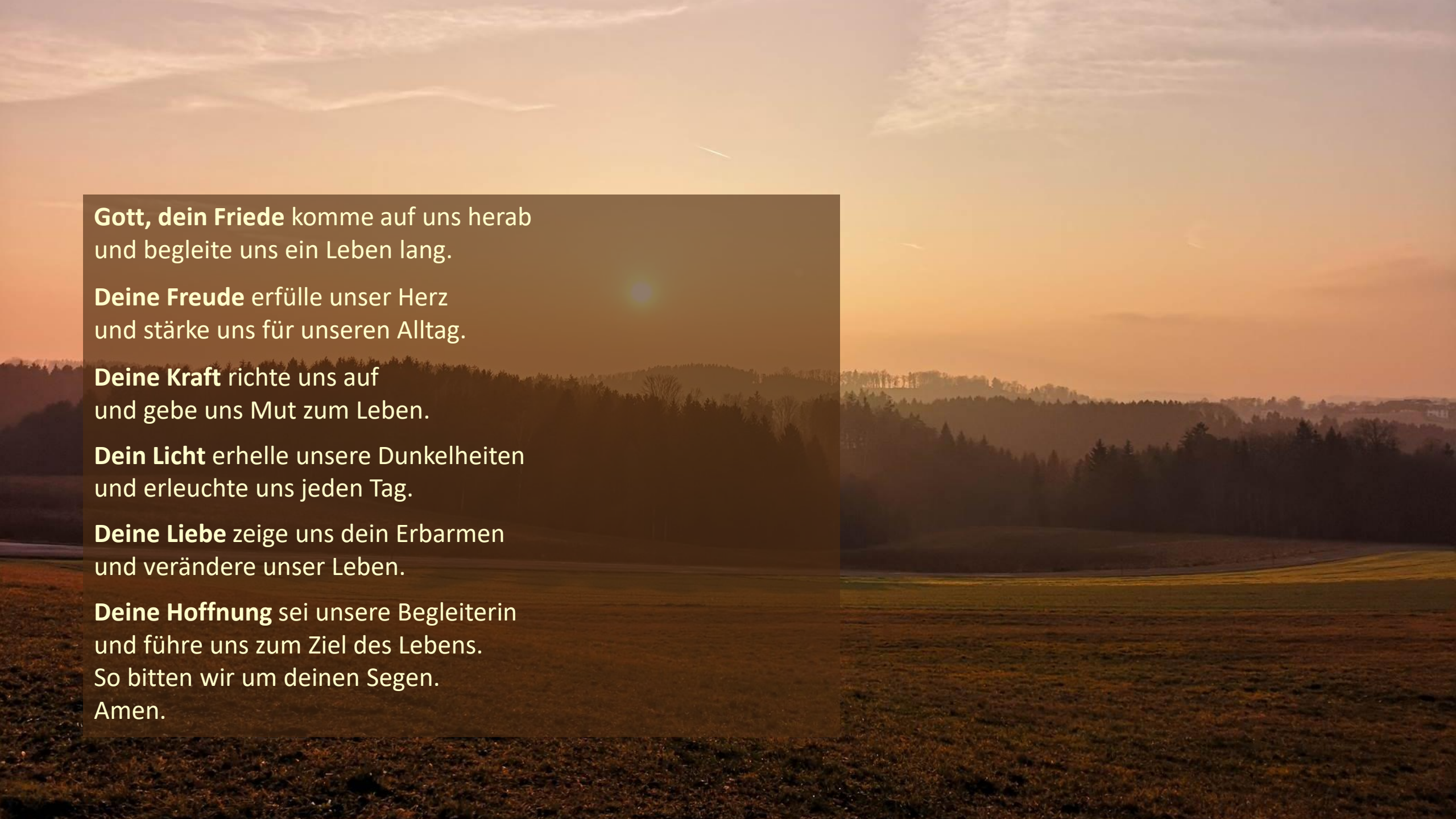
- *Für alle, deren Dienst für andere als selbstverständlich genommen wird und die selten Dank erfahren. Dass sie nicht mutlos werden, sondern den Sinn ihres Tuns erkennen.* ***O Lord hear my prayer!***

- *Für alle Menschen in unserer Gesellschaft, die, durch falsches Anspruchsdenken irregeleitet, keine Dankbarkeit empfinden können.* ***O Lord hear my prayer!***

- *Für alle, die sich benachteiligt und übersehen fühlen: Hilf ihnen, die Begehrlichkeit und das Anspruchsdenken zu überwinden und dankbar die Geschenke des Lebens zu sehen.* ***O Lord hear my prayer!***

- *Für das was ich im Herzen trage, mein ganz persönliches Sehnen!* ***O Lord hear my prayer!***


Vater unser ...



Gott, dein Friede komme auf uns herab
und begleite uns ein Leben lang.

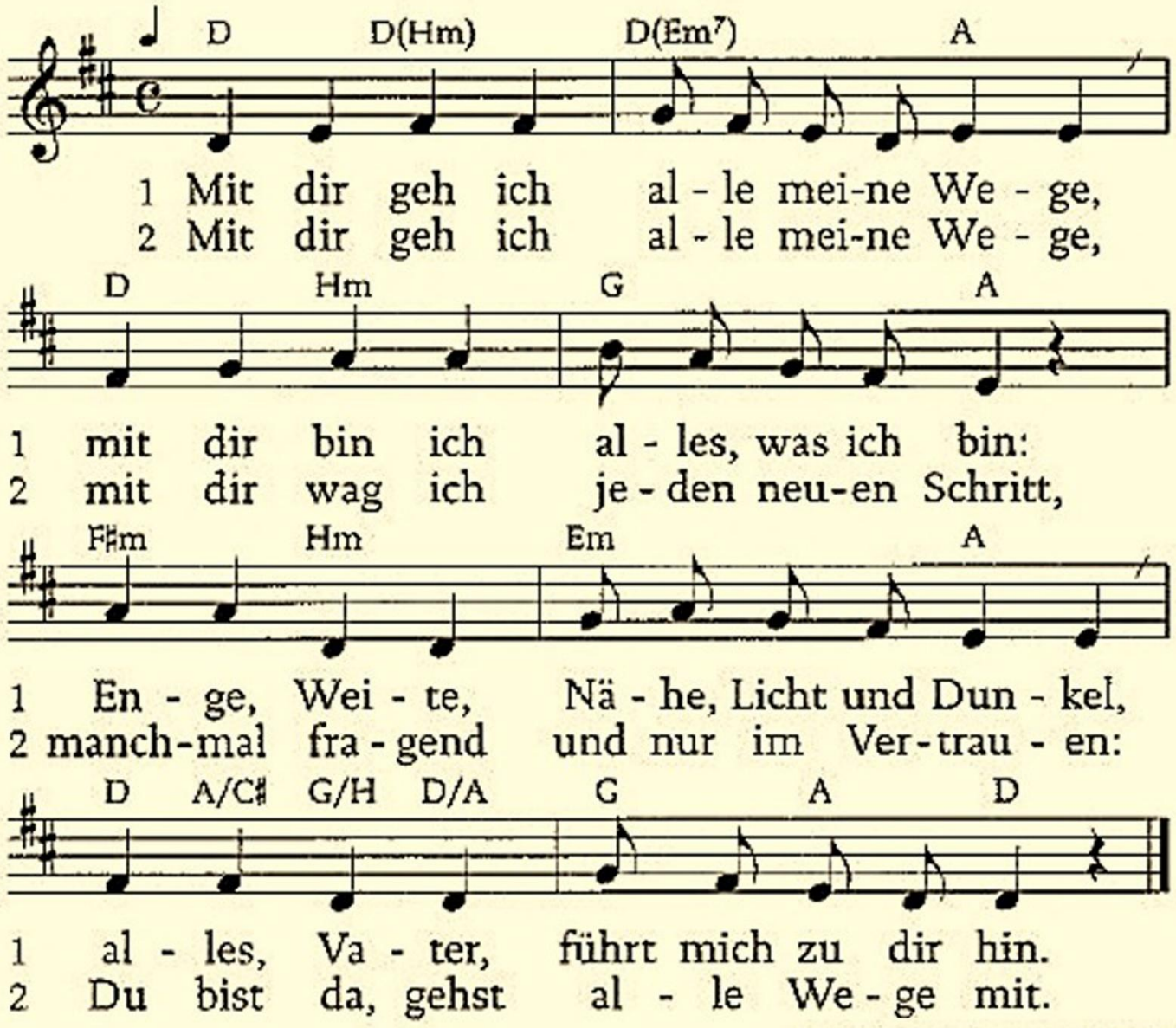
Deine Freude erfülle unser Herz
und stärke uns für unseren Alltag.

Deine Kraft richte uns auf
und gebe uns Mut zum Leben.

Dein Licht erhelle unsere Dunkelheiten
und erleuchte uns jeden Tag.

Deine Liebe zeige uns dein Erbarmen
und verändere unser Leben.

Deine Hoffnung sei unsere Begleiterin
und führe uns zum Ziel des Lebens.
So bitten wir um deinen Segen.
Amen.



896

3. Mit dir geh ich alle meine Wege,
mit dir nehm ich jeden neuen Tag,
wie er kommt aus deinen
guten Händen, denn du gibst ihm
was er fassen mag.

4. Mit dir geh ich alle meine Wege,
mit dir sag ich immer neu mein Ja.
Kann ja doch nicht anders,
als dich lieben,
bist du mir mit deinem Segen nah.



Notenmaterial
mit freundlicher Genehmigung von
Ateliers et Presses de Taizé
Communauté CS 10004
71250 TAIZE
FRANCE

Foto: Ria Hinterreiter

