



- [Startseite](#)
- [online-Buch](#)
- [Gesprächs-Blog](#)

mit Freude leichter bewältigbar?

Wir alle sind ins Dasein gerufen und haben **eine LEBENSAUFGABE**, die sonst niemand erfüllen kann. Bei allen zur Routine gewordenen Tagesaktivitäten gibt es darunter mal auch besondere Termine, Aufgaben oder Anlässe, die ganz besondere Vorbereitung und Aufmerksamkeit bedürfen und unser Beziehungsleben – auch über den persönlichen Bereich hinaus – herausfordern.

Versuchen wir *herzhaft* über aufkommende Fragen nachzudenken und hilfreiche Ant-Worten zu finden:

Oft stehen wir vor nicht selbstgewählten Aufgaben. Bedeutet das für uns, der Sache aus dem Weg zu gehen oder trotzdem anzupacken und nicht zu klein zu denken, auch wenn die Gesellschaft um uns herum verrücktspielt?

Was kann ich tun, damit diese schöne Welt und wertvolle Beziehungen nicht leichtfertig vor die Hunde gehen?

Aber fragen wir uns nicht manchmal: ‚Warum soll ausgerechnet ich das machen?‘

Wir tragen eine Sendung in uns, die vielleicht momentan nicht deutlich zu erkennen ist. Doch einmal wird sie uns klar werden. **Wir sind nicht unnütz und wertlos** auf der Welt, sondern als Glied einer langen Kette, als Brücke zwischen Menschen und Generationen. Und wir haben Verantwortung gegenüber der Gemeinschaft und gegenüber den Nachkommen.

Manchmal spüren wir, wie sich ein Tag ändert, wenn wir ihn **mit positiven oder negativen EMOTIONEN** beginnen. Dieselben Vorkommnisse können uns behindern oder beflügeln, je nachdem, wie unsere innere Einstellung ist. Negative Emotionen engen unsere Wahrnehmung ein. Im Unterschied dazu öffnen positive Stimmungen unser Herz und unseren Geist und lässt uns kreativer werden. Wer Freude empfindet, ist in der Lage, mehr Signale aufzunehmen und zu verarbeiten. Das wiederum unterstützt unsere geistige Flexibilität und befähigt zu liebe-vollen Beziehungen. **FREUDE** möge unsere Grundhaltung sein, die auch in Krisenzeiten hilft und trägt. Und Begeisterung soll nach außen strahlen und das Leben spürbar zum Positiven verwandeln.

Unser Schöpfer-GOTT hat jedem **seinen PLATZ und seine VERANTWORTUNGEN** zugewiesen. Er achtet darauf und passt auf uns auf. Er hat uns mit Willenskraft ausgestattet und uns aufgetragen: sein Werk der Liebe mitzugestalten, Frieden zu bringen, Gutes zu tun, der Wahrheit zu dienen, sein Wort im Dialog mit ihm zu leben. – Wo immer wir sind und sein werden.

– weitere Denk-Anstöße findest du auch im [online-Buch](#)

Kommen wir darüber auch mit unserem HERR-GOTT ins Gespräch:

Guter GOTT, ich nehme deine Stimme wahr:

□ Mein liebes Kind! Glaub an dich selbst und an alles, was du bist. Wisse, dass etwas in dir ist, das dir Kraft gibt, deine Aufgaben im Vertrauen auf meinen Beistand zu lösen. Fürchte dich nicht, hab Mut und bleib in meiner Liebe!

DU, mein HERR, ich möchte dir sagen:

Jeder Tag ist ein neues Stück Leben. Heute kann ich Dinge tun, die ich noch nie getan habe. Ich kann aus der Enge treten und Licht, Freude und Frieden erleben. Ich will es mit Vertrauen versuchen. Lass mich niemals denken: Was kann ich schon tun?

HERR, oft gibt es in meinem Leben auch immer wieder Überraschungen. Hilf DU, dass ich deinen Anruf vernehme. Mach mich offen und empfänglich für die Aufgaben des Tages. Gib mir Kraft und Lebendigkeit herausfordernde Situationen zu meistern. Gib mir Mut und Zuversicht, immer wieder neu zu beginnen. Noch bin ich nicht am Ende mit meinem Wissen und Können, mit meinem Glauben und Beten. Ich bleibe unterwegs zu dir.

Komm DU mir bitte entgegen. Schenk mir eine klare Erkenntnis dessen, was

meine wichtigsten Aufgaben sind und schütze mich vor Übertreibungen. Lass mich Sinn und Zweck meines Lebens erkennen und den Weg, der zum Ziel führt: dass ich unterscheide und sorgsam trenne, was nur ich tun kann und muss, und was den anderen zu tun bleibt. Ich will mich freuen über jedes gelöste Problem. Gib DU mir Hoffnung in allen Sorgen und Ängsten. Lass mich deiner Hilfe immer bewusst sein. DU bist mein Friede, meine Hoffnung und meine Freude. Dir sei Lob und Dank. Halleluja!

Hören wir auf die Botschaft unseres Schöpfers und ,nehmen wir ihm bei seinem Wort', das er uns für liebe-volle Beziehungen und rechte Ant-Worten anbietet:

Klick dazu z.B. auf folgende Bibelstellen (es gibt noch viele andere!): [Mt 5,16](#) oder [2 Tim 4,5](#)

Den Text aus der heutigen ‚Tages-Zeitung‘ samt Kommentar – zum Lesen wie zum Hören – findest du unter: www.evangeliumtagfuertag.org

bleib im Gespräch - lebe in liebe-voller Beziehung!

© 2026 ANTONIUS

[Impressum](#) · [Datenschutz](#)