

SABINE BENDS

MONIKA LÖDLER



Segne Deinen Tag!

KARTEN
UND BUCH FÜR EIN LEBEN
MIT DEM GÖTTLICHEN

WINDREERD

1. Auflage 2018

© 2017 Windpferd Verlagsgesellschaft mbH, Oberstdorf

Alle Rechte vorbehalten

Kein Teil des Buches darf in irgendeiner Form oder zu irgendeinem Zweck elektronisch oder mechanisch, einschließlich Fotokopie, Recording und Wiederherstellung ohne schriftliche Genehmigung des Verlages wiedergegeben werden.

Der Verlag weist ausdrücklich darauf hin, dass er auf im Text enthaltene externe Links keinerlei Einfluss hat. Eine Haftung des Verlages ist daher ausgeschlossen.

Texte: Sabine Bends

Bilder: Monika Lödler

Gestaltung: Jennifer Jünemann | www.bitdifferent.de

unter Verwendung einer Illustration von

Larysa NebosenkoKoshel @ 123rf.com

Layout: Marx Grafik & ArtWork

Gesetzt aus der Warnock

Druck und Bindung: C. H. Beck, Nördlingen



Printed in Germany

ISBN 978-3-86410-177-9

www.windpferd.de

All Rights reserved

Inhalt

Unterwegs mit Gott	5
Gott, Jesus, Maria, die göttliche Mutter, die göttliche Quelle und das Universum	11
Große Probleme – kleine Probleme?	13
Der Umgang mit diesen Karten	17
Eine Karte ziehen bei verdecktem Bild	17
<i>Eine Karte als Wegweisung für eine bestimmte Zeitspanne</i>	17
<i>Eine Karte als Antwort auf eine Frage</i>	20
<i>Die Karten als Hilfe bei der Entscheidungsfindung</i>	21
Eine Karte ziehen bei offenem Bild	23
<i>Die Auswahl eines Bildes, das dich anspricht</i>	23
<i>Die Auswahl eines Begriffes, der dich anspricht</i>	23
Die Karten als Spiegel deiner Werte und Talente	24
<i>Die Karten deiner Werte und Ideale</i>	24
<i>Die Karten deiner Talente und Begabungen</i>	25
<i>Auffällig häufige Ziehung von bestimmten Karten</i>	26

Die Karten

Wunder	29
Abgeben	33
Stille	37
Frieden	41
Bejahung	45
Gebet	49
Heilung	53
Zuhören	57
Einfachheit	61
Glaube	65
Liebe	69
Geduld	73
Dankbarkeit	77
Treue	81
Freude	85
Zuversicht	89
Miteinander	93
Perspektivenwechsel	97
Verbundenheit	101
Führung	105
Segen	109
Frohsinn	113
Wertschätzung	117
Intuition	121
Aufrichtigkeit	125
Sanftmut	129
Tatkraft	133
Ordnung	137
Großzügigkeit	141
Bescheidenheit	145
Achtsamkeit	149
Begeisterung	153
Dienen	157
Vertrauen	161
Vergebung	165
Kreativität	169
Die Autoren	173

Unterwegs mit Gott

Suchst du auch häufig nach einer Wegweisung oder nach einem Impuls für den Tag? Es ist nicht immer einfach, diesen Impuls aus dem Inneren ohne Hilfe zu empfangen. Karten sind eine wunderbare Unterstützung dafür. Wenn du eine Karte ziehst, hat deine innere Führung die Möglichkeit, dir genau die Botschaft zu geben, die jetzt am besten für dich passt. Dein Unbewusstes wählt immer das aus, was die größte Resonanz zu dir im jeweiligen Moment hat.

Ich erinnere mich noch an die allererste Orakelkarte meines Lebens, die ich gezogen habe. Ich war bei einem Freund, der Tarotkarten besaß, und ich zog eine davon. Es war der „Turm“, was mir damals noch nichts sagte. Doch das Bild war nicht gerade vertrauenerweckend, ein einstürzender Turm war zu sehen. Mein Freund las mir die Bedeutung dieser Karte vor, die besagt, dass das eigene Leben kurz vor einem radikalen Wendepunkt steht, vieles sich verändern wird, Altes wegbricht und nichts mehr sein wird wie zuvor. Ich war – gelinde gesagt – geschockt. Mein Unterbewusstsein reagierte alarmiert. Ich wurde auf der Stelle hundemüde und legte mich bei meinem Freund auf die Couch. Dort schlief ich drei Stunden. Etwas in mir ahnte, dass dies stimmt und es so kommen würde. Doch noch war in meinem äußeren Leben nichts davon zu erkennen. Ein Jahr später konnte ich im Rückblick sagen, dass es so gekommen war.

Meine erste Erfahrung mit Karten war also ziemlich extrem, doch das liegt natürlich nicht an den Karten. Es lag daran, dass ich damals mehr oder weniger „schlummernd“

durch mein Leben schritt und nur tief in mir, unter vielen Schichten vergraben, etwas von meinem Unterbewusstsein ahnte, dass ich etwas ganz anderes wollte als das, was ich bewusst im Leben tat. Ich habe mich seit dieser Zeit mehr und mehr mit dem Kontakt zu meinem Inneren und zur inneren Führung beschäftigt, bis es im Grunde mein wichtigster Lebensinhalt wurde. Der gefürchtete Umbruch, den der Turm ankündigte, war unter anderem die Aufgabe meines sicheren Angestelltenlebens und meine Selbständigkeit als Astrologin. Das damals Gefürchtete ist in Wahrheit eine der größten Segnungen in meinem Leben.

Im Laufe meiner nun über 17-jährigen Beratungspraxis als Astrologin habe ich gelernt, dass die Menschen, die zu mir kommen, oft an ähnlichen Punkten in ihrem Leben stehen wie ich damals, als ich die Tarotkarte zog. Sie suchen Kontakt zu ihrem Innersten, sie suchen Führung. Und ich liebe es, ihnen mithilfe der kosmischen Zyklen am Himmel meine Unterstützung zu geben. Und zugleich weiß ich, dass nichts, aber auch gar nichts den persönlichen Kontakt zum eigenen Inneren, zu Gott, ersetzen kann. Alles, was wir ohne diese Führung und ohne diese Hilfe versuchen, ist anstrengend und oft zum Scheitern verurteilt. Und alles, was mit Gottes Unterstützung geschieht, ist einfach.

Ich erinnere mich an eine Frau, die als Single zu mir kam und sich eine Partnerschaft wünschte. Astrologisch war es eine sehr gute Zeit dafür und ich riet ihr, sich für einen neuen Partner zu öffnen und ihre innere Führung von Herzen um den richtigen Mann zu bitten. Doch das war ihr nicht pragmatisch genug. So überlegten wir gemeinsam, wo für sie die größten Möglichkeiten bestehen könnten, jemanden zu treffen, der zu ihr passt. Doch auch das reichte ihr nicht. Sie beschloss, über das Internet aktiv zu suchen. Nun ist es

nicht so, dass ich davon abraten würde, über das Internet einen Partner zu suchen. Doch wenn dies nicht mit göttlicher Führung geschieht und allein auf eigener Anstrengung beruht, wird es mühsam. Und so war es auch. Sie meldete sich bei einer Partnerschaftsvermittlung nach der anderen an und „arbeitete“ sich regelrecht durch ihre Verabredungen hindurch. Jede Einzelne war ein Desaster.

Ich hatte großes Mitgefühl mit ihr, doch meine eigentliche Botschaft drang nicht zu ihr durch: „Entspann dich, bitte um die richtige Begegnung, geh an deine bevorzugten Orte, folge deiner Intuition. Sei dir bewusst, dass es höchstwahrscheinlich ist, dass du dieses Jahr jemanden kennenlernst, den du lieben kannst und wirst. Danke Gott jetzt schon dafür und vertraue auf seine Führung.“ Das konnte sie nicht, sie strengte sich über alle Maßen an und dachte, sich auf diese Weise den Weg zu einer Beziehung zu eröffnen. Das Gegenteil war der Fall. Nach kurzer Zeit war sie müde und erschöpft und ließ von allen Bestrebungen jemanden zu finden ab. Sie rief mich völlig frustriert an. Ich gratulierte ihr zu diesem Zustand und meinte es völlig ernst. Ich war froh, dass sie endlich aufgab, es selbst „machen“ zu wollen. Jetzt sah ich eine echte Chance für sie. Ich betete von ganzem Herzen für sie, weil ich wusste, dass sie es selbst nicht tun würde. Ich bat Gott, den Moment ihres inneren Loslassens zu nutzen. Und was geschah? Nach kurzer Zeit traf sie einen Mann. Sie lernte ihn auf ihrer Lieblingsparkbank kennen, auf der sie sich gern ausruht. Die beiden sind immer noch zusammen.

Ein Gegenbeispiel erlebte ich mit einer Frau, die zu mir kam und umziehen wollte. Ich hatte gute Nachrichten für Sie: Schon im nächsten Jahr würde sich leicht etwas für sie finden, wenn Sie mit Vertrauen und göttlicher Führung an die

Suche herangehen würde. Sie freute sich sehr, zeigte keinerlei Ungeduld darüber, dass es noch ein Jahr dauern könne und vertraute mir. Zu der von mir angegebenen Zeit bereitete sie sich entspannt auf einen Umzug vor, mistete ihre alten Sachen aus und erschuf sich gedanklich ihre Wunschwohnung. Sie bat von Herzen um einen leichten Umzug. Sie war noch nicht einmal dazu gekommen, irgendwo bewusst zu suchen. Ich hatte ihr gesagt, dass sich zu einer bestimmten Zeit eine gute Gelegenheit eröffnen würde. Mein Rat war, sie solle jedem, den sie traf und bei dem es sich anbot, von ihrem Wohnungswunsch erzählen. Das beherzigte sie und vertraute darauf. Die Gelegenheit eröffnete sich durch einen Arbeitskollegen, der ihr von einer schönen Wohnung erzählte, die für sie passen könnte. Die Wohnung war nicht einmal irgendwo veröffentlicht, da die Vermieter gern jemanden über Empfehlung bekommen wollten. Meine Klientin war die Erste und Einzige, die diese Wohnung nach dem Auszug der Vormieter besichtigte. Es war eindeutig ihre Wohnung. Kurz darauf zog sie ein.

Als Menschen befinden wir uns immer auf dem Weg zur Ganzheit. Wir wollen wachsen und uns entfalten, wir wollen dazulernen und uns entwickeln. Diese Karten sind ein Ansporn dazu, um das Beste in dir und deinem Leben zum Vorschein zu bringen. Sie geben dir einen Impuls, etwas zum Nachdenken und Nachspüren. Und sie bringen dich immer in Kontakt mit Gott. Denn er ist es, der dich befähigt, dein Leben zu mehr Glück, Liebe, Gesundheit und Erfolg zu führen. Er ist es auch, dem du alle Sorgen und Nöte anvertrauen und überlassen kannst. Vielleicht wohnt Gott schon ganz in deinem Herzen und du bist dir deiner Beziehung mit ihm bewusst. Dann dienen dir diese Karten als kleine tägliche Erinnerung an eure Verbindung. Oder vielleicht bist du mit Gott auch noch nicht so vertraut wie du es gern

wärest. Möglicherweise bist du unsicher, wie du dich ihm nähern, mit ihm kommunizieren und beten kannst.

Wenn du Gott mehr Raum in deinem Leben geben möchtest, ihn in deinen Alltag einbeziehen willst und dir wünschst, mehr Nähe zu ihm zu entwickeln und ihn wirklich als konkrete Kraft in deinem Leben zu erfahren, dann helfen dir diese Karten sehr dabei. Denn genau dafür sind sie entwickelt worden. Ich selbst erlebe meine Beziehung zu Gott als eine beständig wachsende und lebendige Gemeinschaft. Gott war immer eine wichtige Größe in meinem Leben, doch er war mal weiter weg, weil ich mich ihm nicht genügend genähert hatte. Seit einigen Jahren ist er mir sozusagen „auf die Pelle gerückt“, und ich pflege meine Beziehung zu ihm von Jahr zu Jahr inniger.

Ich lerne so viel auf diesem Weg. Ich erfahre einen wachsenden Glauben, ein zunehmendes Vertrauen und vor allem, ich lerne immer mehr, Gott in alles einzubeziehen, was ich mache. Ich spüre seinen Segen, der auf allem liegt, was auf diese Art geschieht. Ich bin glücklicher, wenn ich mit göttlicher Führung handle. Die Ergebnisse meines Tuns sind anders als wenn ich es „alleine“ und aus eigener Kraft versuche. Das Gebet und die göttliche Führung sind für mich die wichtigsten Helfer in meinem Leben geworden. Damit wir uns nicht missverstehen: Ich bin kein perfekter und ein fehlerbarer Mensch, der oft genug vergisst, die Weichen mit Gottes Hilfe zu stellen. Und gerade deshalb brauche auch ich tägliche Erinnerung. Ich kann mich an Lebensphasen erinnern, in denen es richtig schwierig war, an meinen guten Vorsätzen und meinem Weg mit Gott „dranzubleiben“. Ich habe vielleicht ein paar Tage seine Nähe genossen, um mich dann wieder von ihm zu entfernen, indem ich einfach nicht mehr an ihn gedacht habe.

Doch nach einiger Zeit ging es mir dann regelmäßig schlechter. Ich fühlte mich nicht mehr so glücklich, unzufriedener, wurde nörglerischer oder auch körperlich angeschlagener. Dann „kroch“ ich jedes Mal wieder reuig in Gottes Arme zurück und suchte seine Hilfe. Ich las wieder in seinem Wort, betete, nahm innerlich Kontakt zu ihm auf, lies mich durch göttlich inspirierte Texte oder Worte berühren und bewegen, ging vielleicht häufiger in den Gottesdienst, saß in der Stille, um ihm zu lauschen oder hörte einfach auf, Unsinn im Fernsehen zu schauen. Gott hat mir seine Hilfe nicht ein einziges Mal verweigert. Immer hat er sofort seine liebenden Arme für mich geöffnet. Und das macht er für jeden, der ihn sucht.

Ich habe viel mit Gott erleben dürfen, von phänomenalen und übernatürlichen Erlebnissen bis hin zu Kleinigkeiten. Und ich kenne viele Geschichten anderer Menschen, die ähnlich sind. Wenn wir einmal verstehen, dass Gott die Antwort auf all unsere Fragen hat und die Hilfe für all unsere Probleme bereit hält, dann beginnen wir, ihn ernsthaft zu suchen und mit ihm zu gehen. Es gibt keinen schöneren Weg.

Gott, Jesus, Maria, die göttliche Mutter, die göttliche Quelle und das Universum

Gott ist ein Begriff, den du hier öfter lesen wirst. Es ist mein Begriff für die unendliche Quelle von Liebe, Güte und praktischer Hilfe, die diese Welt am Laufen hält. Auch Jesus und die Bibel werden dir hier häufiger begegnen. Mit ihnen bin ich aufgewachsen und groß geworden, sie sind mir zutiefst vertraut. Doch ich bin weit davon entfernt, sie jemandem aufdrängen zu wollen. Mir ist es wichtig, dass du deine eigenen Worte findest, deine eigene Anrede für das, worin du Inspiration, Führung und Gnade suchst. Mein Weg durch das Glaubensleben war sehr verschlungen und alles andere als gerade. Und dies hat bewirkt, dass mir Dogmen fremd geworden sind. Ich kann sehen, wofür es gut sein kann, mich in einem bestimmten Rahmen zu bewegen, doch ich sehe auch die Relativität jedes beliebigen Rahmens.

Wenn du also einen anderen Begriff vorziehst, wenn du das Göttliche lieber magst oder ein weibliches Gottesbild hast oder es dir lieber ist, deine Geschenke von einem unpersönlichen Universum zu erhalten, dann fühle dich bitte frei, meine Worte zu verändern und sie zu deinen zu machen. Ich bin ich und kann nur schreiben wie ich. Doch anstatt dir eine starre Vorgabe zu machen, sollen dir meine Worte eine Einladung und Inspiration sein – etwas, das es dir erlaubt, deine Beziehung zu dem wunderbaren und einzigen Wirkgrund dieser Welt zu entfalten.

Für mich war der „männliche Gott“ lange Zeit mein einzig vorstellbarer Urgrund. Als evangelisch sozialisiertes Wesen ist dies eben mein religiöser Hintergrund. Selbst der Heilige Geist musste sich den Platz in meinem Glaubensleben erobern. Und zugleich fühlte ich mich schon als Kind stark zum Katholizismus hingezogen, ging gern in katholische Messen und betete später auch zu Maria. Die Beschäftigung mit dem hinduistischen Gottesbild hat wieder neue Aspekte für mich eröffnet und mir erlaubt, den weiblichen Aspekt Gottes, die göttliche Mutter, viel stärker in mein Bewusstsein zu integrieren. Ich bin sicher, dass es Gott egal ist, auf welchem Weg wir ihn finden. Sonst würde er uns nicht so viele Wege zu ihm eröffnen. Und ich halte es für völlig normal, dass sich unser Bewusstsein des Göttlichen in dem Maße verändert, wie wir uns ihm nähern. Und jeder von uns hat dafür einen ganz individuellen Weg.

Ich habe mich für diese Karten und dieses Buch für den mir vertrautesten Begriff Gott entschieden, einfach weil er mir am natürlichsten über die Lippen kommt. Und genauso natürlich ist es für mich, Gott im Gebet als Vater oder Herr anzusprechen. Oder zu Jesus oder dem Heiligen Geist zu beten. Und du wirst selbst wissen, wie es für dich richtig ist.

Große Probleme – kleine Probleme?

Aus meiner Beratungspraxis und von mir selbst weiß ich, dass wir unsere Lebenssituation gern klassifizieren. „Ich habe es besonders schwer“, denken wir dann oder auch „Ach, solche Probleme hätte ich gern – damit würde ich leicht fertig!“ Doch ist es wirklich so? Ist der Verlust eines Angehörigen schwieriger als ein Heimatverlust? Oder ist es „schlimmer“ ein krankes Kind zu haben als Mobbing am Arbeitsplatz zu erleiden?

Das Geschehen an sich ist kein Maß für das Leid, das es uns verursacht. Ich kenne eine ältere Dame, die ihren Mann nach einer langen Ehe, mit guten und schwierigen Zeiten, verloren hat. Er starb zu einem Zeitpunkt als beide am glücklichsten miteinander waren. Seine Beisetzungsfeier war sehr berührend, fast freudig und voller Zuversicht. Weil die Hinterbliebene wusste, dass der geliebte Mensch zu Gott gegangen ist, gab sie sich keinem Kummer hin. Ja, natürlich war da Traurigkeit in gewissen Momenten und schöne Erinnerung. Doch in ihrer Seele blieb es hell.

Und ich kenne eine andere Dame mittleren Alters, die Zeit ihres Lebens unter ihrem Chef litt. Dieser Konflikt prägte ihr Leben – alles drehte sich um dieses Problem. Ihr war der Blick für vieles andere dadurch verstellt. Da sie auf keine höhere Kraft vertraute, sich mit ihren Nöten nie an Gott wandte, konnte sie auch nie die Hilfe und Erleichterung erfahren, die sich uns auf diesem Weg erschließen.

Und wir merken bei diesen beiden Beispielen, dass es nicht die Art der Erfahrung ist, die uns glücklich oder unglücklich

macht, sondern unsere Identifikation mit dem „Problem“. Je mehr wir „Problem“ sehen und denken, desto größer wird es. Ohne eine göttliche Macht, an die wir glauben können, überwältigt uns das Leben. Wenn wir hingegen davon überzeugt sind, dass jeder Lebensumbruch eine gottgewollte und von Gott geführte Gelegenheit zum Wachstum für uns ist, wird es viel leichter. Dann kann ich mich in die Situation einfühlen und herausfinden, worum es eigentlich geht.

Nehmen wir den „schwierigen Chef“. Vielleicht geht es für mich darum, Gehorsam zu lernen – zugegebenermaßen etwas sehr Unpopuläres in unserer heutigen Zeit. Oder möglicherweise darf ich lernen, selbstbewusst und sicher meine Meinung zu vertreten. Oder vielleicht sogar Mitgefühl entdecken und für meinen unglücklichen Vorgesetzten beten und ihm Liebe zukommen lassen. Und als weitere Variante lerne ich vielleicht, nicht ewig in unguten Zuständen zu verweilen und meine Seele für vermeintliche finanzielle Sicherheit zu verkaufen.

Was es auch ist, ich werde es erst entdecken, wenn ich mein Problem nicht als „unlösbar“ oder „zu schwer“ klassifiziere, sondern mich dafür öffne, dass es genau richtig für mich ist und dass ein Segen darin liegt. Zugegebenermaßen, zunächst ein versteckter Segen, den ich nicht immer sofort erkenne. Es kann manchmal Tage, Wochen, Monate oder sogar Jahre dauern, bis ich ihn wahrhaftig sehen kann. Doch ich kann in diesem Vertrauen in die Situation hineingehen, Gott um Hilfe bitten und mich seiner Führung anvertrauen. Wenn ich in dieser Haltung bin und bleibe, ist es eine Gewissheit, dass ich gestärkt aus der Situation hervorgehen werde.

Das kann ich nur deswegen mit solcher Überzeugung sagen und meinen, weil ich es selbst so erlebe. Niemandes Leben

ist frei von Herausforderungen, so auch meines nicht. Und es gab Zeiten, in denen ich einfach ohne Gottes Führung meinen Weg gegangen bin. Und ich kann nur sagen: Diese Wege waren nicht immer schön. Sie haben mir aber gezeigt, wie wichtig es ist, auf göttliche Hilfe zu bauen und zu vertrauen. Ich wünsche mir, dass diese Karten und Texte dir genau dabei helfen: Dich für Gottes Hilfe zu öffnen, dich mehr und mehr seiner Führung und Gnade anzuvertrauen.

So sei es!

Amen.



All Rights reserved

Wertschätzung

„Wertschätzung führt dich direkt in das Herz Gottes.“

SABINE BENDS

Den Wert von Dingen, Menschen, Lebewesen, Orten und Situationen wahrhaft schätzen zu können, ist eine große Kunst. Nicht immer erkennen wir den Wert von etwas auf Anhieb. Es gibt Situationen, die scheinen uns wertlos. Doch wenn wir uns bewusstmachen, dass es die Liebe Gottes ist, die alles in und um uns herum erschafft, dann kann dies nicht stimmen.

Wann hast du zum letzten Mal Wertschätzung von jemandem erhalten? Was hat er oder sie zu dir gesagt? Oder, falls es ein Lebewesen war, das nicht spricht, was hat es getan, um dir seine Wertschätzung zu zeigen? Wie hat sich das für dich angefühlt? Wir alle lieben es, wertgeschätzt zu werden. Und wenn es niemanden gab, der dich wertgeschätzt hat, mach dir bewusst, dass jeder Mensch in Gottes Augen unendlichen Wert besitzt. Für den liebenden Vater ist jedes seiner Kinder ein unermesslicher Schatz.

Und wann hast du zuletzt deine Wertschätzung gegenüber jemandem oder etwas ausgedrückt? Wie hast du das getan? Hast du gesprochen oder geschrieben, gelächelt oder jemanden umarmt? Hast du einen Gegenstand mit besonderer Sorgfalt und Dankbarkeit behandelt? Ihm einen Ehrenplatz gegeben? Wenn wir Wertschätzung empfinden und sie ausdrücken, ist dies wie eine Liebeserklärung an das Leben, wie eine Liebeserklärung an Gottes Schöpfung. Sie ist ein Teil von ihm, sein Funke durchleuchtet jeden Menschen, jedes Tier, jede Pflanze und selbst jedes Ding.

Wenn du diese Karte gezogen hast, liegt dir heute Wertschätzung am Herzen. Spüre in Ruhe in dich hinein, um zu prüfen, wem diese Wertschätzung zu gelten hat. Ist es Wertschätzung für dich selbst? Für deinen Körper, dein Handeln, deine Arbeit, die Art, wie du mit dem Leben umgehst? Ist es Wertschätzung für etwas, das du mit ins Leben gerufen hast? Wenn du spürst, dass du selbst Wertschätzung brauchst und es wichtig für dich ist, sie zu empfangen, dann sei dazu bereit, sie dir heute selbst zu geben. Nimm dir Zeit, um dich im Spiegel kurz zu betrachten und dir zu sagen, dass du magst, was du dort siehst. Sprich die Worte laut und hörbar aus, wenn niemand dabei ist. Wenn du eine Aufgabe erledigt hast, nimm dir einen Moment, halte inne und schenke dir selbst ein „Danke, das hast du gut gemacht.“ Dinge, die du mit Liebe tust, sind immer gut getan und verdienen deine Wertschätzung.

Vielleicht geht es aber auch darum, dass du heute einem anderen Menschen zeigst, dass du ihn oder sie schätzt. Oder dass du dem Betreffenden sagst oder zeigst, dass dir gefällt, was er tut. Wenn du dich dazu entschließt, ihm deine Wertschätzung mit Worten auszudrücken, sag ihm genau, was dir so gut gefällt. „Ich mag, mit welcher Geduld du an die Sache herangehst.“ Oder „Mir gefällt es sehr, wie umsichtig du bist.“ „Ich bewundere deinen Mut!“. Sei ehrlich und offen und konkret. Diese Wertschätzung wird nicht nur dem anderen Menschen guttun, sie wird auch dich selbst stärken. Und sie wird deine Beziehung zu Gott verändern. Du zeigst ihm damit, dass du seine Geschöpfe liebst, achtest und ihnen Aufmerksamkeit entgegenbringst.

Möglicherweise gibt es auch etwas, einen Gegenstand, dessen Wert dir am Herzen liegt. Wie kannst du dies ausdrücken und zeigen? Hat dieser Gegenstand den richtigen

Platz? Braucht er einen anderen Ort? Braucht er Pflege oder Fürsorge? Ein Bild das ich liebe, stelle ich nicht mit dem Bild zur Wand gedreht in die Zimmerecke und lasse es verstauben. Einen Gegenstand, den mir ein lieber Mensch geschenkt hat, den ich mag, stelle ich nicht in die Abstellkammer. Es ist Ausdruck deiner Beziehung zur Welt und zu Gott, wie du Wertschätzung gibst und annimmst.

„Himmlischer Vater, ich danke Dir, der Du allen Dingen ihren Wert verleihst. Lass mich die Schönheit in Deiner Schöpfung erkennen und hilf mir, meiner Wertschätzung Ausdruck zu verleihen. Gib Du mir die richtigen Worte ein. Danke. Amen.“

Tatkraft

„Er aber antwortete und sprach zu ihnen: Meine Mutter und meine Brüder sind diese, die Gottes Wort hören und tun.“

LUKAS 8,21

Im obigen Bibelzitat geht es um Jesu Verwandte. Er bekräftigt, dass die Menschen zu ihm gehören, die Gottes Wort tun. Viele von uns möchten ein gutes Leben führen und wollen gute Menschen sein. Wir lesen vielleicht sogar inspirierende Texte und Bücher, haben gute Absichten und eine gute Motivation. Doch dann kommt der Alltag, der Tag mit seinen kleinen und großen Sorgen vergeht und abends sind wir müde. Wenn wir auf den Tag zurückblicken, haben wir vielleicht das Nötige geschafft, sind unserer Arbeit nachgegangen und haben die Kinder versorgt. Doch oft haben wir das, was uns am Herzen liegt, nicht wirklich getan.

So geht es uns vielleicht auch am Wochenende oder in unserer Freizeit. Es gibt Einiges, von dem wir denken „DAS müsste ich mal wieder tun!“ oder auch „Das würde ich gerne mal machen ...“. Wenn es jedoch so weit ist und wir Zeit dafür hätten, fehlt uns der nötige Schwung, die nötige Energie. Es mangelt uns nicht an der Absicht zur Tat, sondern es mangelt uns an der *Kraft*, diese wirklich zu vollbringen. Es fehlt uns an Tatkraft. Wenn wir so einen Zustand häufiger erleben, wird es uns zur Gewohnheit, nicht das zu tun, wozu uns unser Gewissen und innerer Tatendrang bringen möchte. Wir stumpfen gegen unsere innere Regung ab, wir reden uns ein, man könne das ja später noch machen. Doch dieses „später“ kommt nie. Oder wir resignieren regelrecht und merken, dass wir uns mit all dem ungelebten Leben arrangieren. Wir finden unser Leben dann ganz in Ordnung wie es ist und reden uns ein, mehr wäre eben einfach nicht drin.

Die Autoren

SABINE BENDS ist seit 2001 als selbständige astrologische Beraterin und Coach in Much bei Köln tätig. Seit 2004 leitet sie ein Ausbildungszentrum für Astrologie in Köln, ist Übersetzerin zahlreicher esoterischer Fachbücher sowie Autorin von Astrologiebüchern und Artikeln. Ihr persönlicher spiritueller Weg hat sie zu besonderen Erfahrungen göttlichen Wirkens in Form von Gnade und Heilung geführt. Karten begleiten sie von Anfang an auf ihrem Weg und ihnen gilt ihre besondere Liebe.



© Alexander Weithorn

MONIKA LÖDLER ist seit 2016 als selbstständige Künstlerin in der Steiermark (Österreich) tätig, wobei die Malerei sie schon seit vielen Jahren begleitet und begeistert. Zahlreiche spirituelle Ausbildungen und der tiefe Wunsch, die Menschen mit ihren Bildern auf deren individuellen Wegen zu begleiten und zu unterstützen, fließen in ihre Kunst mit ein. Neben der Illustration von Kartensets entwirft und malt sie u.a. auch Mandalas. Außerdem veranstaltet sie Malworkshops für Kinder und Erwachsene.



© Privat