

Dem Herrn gefallen wollen...

2. KORINTHER 4,17 – 5,10

Denn das schnell vorübergehende Leichte unserer Bedrängnis bewirkt uns ein über die Maßen überreiches, ewiges Gewicht von Herrlichkeit, da wir nicht das Sichtbare anschauen, sondern das Unsichtbare; denn das Sichtbare ist zeitlich, das Unsichtbare aber ewig. Denn wir wissen, daß, wenn unser irdisches Zelthaus zerstört wird, wir einen Bau von Gott haben, ein nicht mit Händen gemachtes, ewiges Haus in den Himmeln. Denn in diesem freilich seufzen wir und sehnen uns danach, mit unserer Behausung aus dem Himmel überkleidet zu werden, insofern wir ja bekleidet, nicht nackt befunden werden. Denn wir freilich, die in dem Zeit sind, seufzen beschwert, weil wir nicht entkleidet, sondern überkleidet werden möchten, damit das Sterbliche verschlungen werde vom Leben. Der uns aber eben hierzu bereitet hat, ist Gott, der uns das Unterpand des Geistes gegeben hat. So < sind wir > nun allezeit guten Mutes und wissen, daß wir, während einheimisch im Leib, wir vom Herrn >ausheimisch< sind - denn wir wandeln durch Glauben, nicht durch Schauen -; wir sind aber guten Mutes und möchten lieber >ausheimisch< vom Leib und einheimisch beim Herrn sein. Deshalb setzen wir auch unsere Ehre darein, ob einheimisch oder >ausheimisch<, ihm wohlgefällig zu sein. Denn wir müssen alle vor dem Richterstuhl Christi offenbar werden, damit jeder empfangt, was er durch den Leib <vollbracht>, dementsprechend, was er getan hat, es sei Gutes oder Böses.

„Das Leben ist für mich wertvoller denn je, und die Zeit, die ich habe, ist mein kostbarster Besitz. Ich habe keine Zeit, kritisch, negativ, undankbar oder gelangweilt zu sein. Ich habe aber auch keine Angst davor, ‚keine Zeit‘ zu haben. Mein Ziel ist es, im Zentrum des Willens Gottes zu sein und seinen Zeitplan einzuhalten, denn die Zukunft gehört dem Herrn“ (Ruth Ray Hunt im 74. Lebensjahr).

Negative Gefühle im Alter

- einsam
- ungeliebt
- vergessen
- hilflos
- nutzlos
- ängstlich
- traurig
- hoffnungslos

Negative Einstellungen im Alter

- kritisch
- pessimistisch
- dogmatisch
- negativ
- verbittert
- starrsinnig
- reizbar
- undankbar

HIOB 17,1

Mein Geist ist verstört, meine Tage sind ausgelöscht, Gräber sind für mich da.

Den Blick auf die Verluste gerichtet...

Altern bringt viele Verluste mit sich, und wer sich nur mit dem beschäftigt, was „einmal war,“ wird kein geistliches Wachstum erleben. Der unfruchtbare Boden von anhaltendem Kummer und Depressionen ist nicht in der Lage, die Frucht der Reife hervorzubringen. Wir können von den Bäumen lernen: sie trauern nicht über den Verlust von Blättern oder Ästen. Verluste sind Gottes Weg zu neuen und größeren Höhen.

- Verlust der Gesundheit
- Verlust des Einkommens
- Verlust des Heimes
- Verlust der Unabhängigkeit
- Verlust der Träume
- Verlust lieber Menschen
- Verlust der Kontrolle
- Verlust der Hoffnung

Schlüsselvers zum Auswendiglernen

JESAJA 46,4

Bis in euer Greisenalter bin ich derselbe, und bis zu eurem Ergrauen will ich euch tragen. Ich habe es getan, und ich will auch fernerhin euch erheben, tragen und erretten.

Schlüsselstelle für das wiederholte Lesen

2. KORINTHER 4,17-5,10

In Gnaden alt werden

- Konzentriere dich auf das Positive. Deine Gefühle werden von deinem Denken bestimmt. Wenn du deine Gedanken kontrollierst, werden sich auch deine Einstellungen zum Leben ändern. Gott gibt uns im Philipperbrief ein wunderbares Rezept für eine richtige Haltung (Philipper 4,8).
- Achte auf deine Gesundheit. „Alte Gewohnheiten sterben nicht leicht,“ doch unsere Gesundheit hängt oft davon ab, dass wir neue Angewohnheiten entwickeln, um die Gefahr von Herzinfarkten, Schlaganfällen, Diabetes, Krebs, Osteoporose und anderen altersbedingten Erkrankungen zu reduzieren (3. Johannes 2).
 - Achte darauf, dich gesund und ausgewogen zu ernähren.
 - Lass dich regelmäßig ärztlich untersuchen.
 - Sorge für regelmäßige körperliche Betätigung.
- Nimm am Leben anderer Menschen teil. Gottes Plan für dich ist, im Leben anderer eine aktive Rolle zu spielen. In deinem Umfeld gibt es unzählige Menschen, die sich nach jemandem sehen, der sich aufrichtig um sie kümmert. Beschäftige dich nicht mit deinen Problemen, sondern konzentriere dich auf die Anliegen deiner Mitmenschen. Der Heilige Geist hat dir die Fähigkeit gegeben, sie aufrichtig zu lieben und ihnen auf diese Weise Christus nahezubringen (2. Korinther 9,6).
 - Besuche Personen, die an ihr Zuhause gebunden sind.
 - Stelle ihnen deine Zeit und Hilfe zur Verfügung.
- Betrachte die Rosen auf dem Weg. Gib dir die Erlaubnis, „am Wegrand stehen zu bleiben und den Duft der Rosen zu genießen“ (1. Korinther 14,33).
- Wachse in der Gnade. „In der Gnade wachsen“ heißt nichts anderes, als dass du dir der Gegenwart Christi in deinem Leben immer stärker bewusst wirst (2. Petrus 3,18).

In Weisheit wandeln

Winter – eine Zeit der Pracht

- Der Winter hält eine Fülle von Weisheit bereit. Du hast ein tieferes Verständnis für die echten Werte des Lebens (Sprüche 15,31).
- Der Winter profitiert von seinen tiefen Wurzeln. Deine Liebe zu anderen ist tiefer, und deine Beziehungen sind reifer (Jeremia 17,8).
- Der Winter öffnet die Tür für neues Leben. Du gibst anderen ein Beispiel dafür, wie man ein Leben führt, das Gott gefällt (Titus 2,7-8).

- Der Winter weiß, dass er nicht ewig dauern wird. Du hast gelernt, die Dinge dieser Welt loszulassen (Philipper 3,20).
- Der Winter hört den Ruf zum ewigen Leben. Du findest Ruhe in der Erwartung des ewigen Lebens mit dem Herrn (Johannes 10,27-28).
- Der Winter hat durch die Hoffnung auf die Zukunft Frieden gefunden. Du hast keine Angst mehr vor dem Tod (1. Korinther 15,55).

„Ist Zuneigung gegenüber älteren Angehörigen wichtig?“

Jeder ältere Mensch braucht soviel Zuneigung wie möglich: liebevolle Umarmungen, Küsse...

1. PETRUS 5,14

Grüßt einander mit dem Kuss der Liebe! Friede euch allen, die in Christus sind!

„Sollte ich darauf bestehen, dass mein älterer Angehöriger in ein Heim geht?“

Nimm Rücksicht auf den Wunsch eines älteren Menschen, bei sich zu Hause zu wohnen, außer es sprechen ernste Gründe dagegen.

EPHESER 6,2-3

»Ehre deinen Vater und deine Mutter« - das ist das erste Gebot mit Verheißung - »damit es dir wohlgehe und du lange lebst auf der Erde.«

„Sollte ich älteren Menschen helfen, Entscheidungen zu treffen?“

Erlaube älteren Menschen, so lange es möglich ist ihre eigenen Entscheidungen zu treffen.

3. MOSE 19,32

Vor grauem Haar sollst du aufstehen und die Person eines Greises ehren, und du sollst dich fürchten vor deinem Gott. Ich bin der HERR.

„Wie kann ich älteren Menschen helfen, sich auf die Zukunft vorzubereiten?“

Sorge rechtzeitig für die notwendige Krankenversicherung sowie für Rechtsberatung.

SPRÜCHE 15,22

Pläne scheitern, wo keine Besprechung ist; wo aber viele Ratgeber sind, kommt etwas zustande.

Weitere Themen

- Betreuung Pflegebedürftiger - Keine Last, sondern ein Privileg
- Chronische Erkrankung - Gottes Frieden inmitten von Schmerzen erfahren
- Einsamkeit - Allein, aber nicht verlassen
- Euthanasie - Der Mythos der sogenannten barmherzigen Tötung
- Midlife-Krise - Eine entscheidende Phase unseres Lebens
- Witwen und Witwer - Weisheit für die Zeit der Einsamkeit

Kontaktadresse

Precept Ministries International e. V.

Am Neuen Weg 3

D – 82041 Oberhaching

Deutschland

Telefon: +49 (0) 89 63 89 92 27

E-Mail: info@precept-ministries.de

Internet: www.hopefortheheart.de

www.precept-ministries.de

Österreich

Telefon: +43 (0) 664 / 555 14 33

Die Bibelstellen sind der Bibel nach der Revidierten Elberfelder Übersetzung, Copyright © 1985 R. BROCKHAUS VERLAG, Wuppertal und Zürich entnommen (Abdruckgenehmigung Nr. 10.117).

Copyright © 2008 HOPE FOR THE HEART

SCHLÜSSEL ZUR BIBLISCHEN SEELSORGE

„Das Gesetz des HERRN ist vollkommen und erquickt die Seele.“ (Psalm 19,8)



*Biblische Antworten zu fundamentalen Problemen
unseres Lebens*

Altern

Weisheit für die Winterjahre

(Quick Reference Guide - das Wichtigste in Kürze)



HOPE
for the Heart

www.hopefortheheart.de