

Ein böses Zwillingsspaar: Eifersucht und Neid

Mechthild Clark

Wir haben uns in den vergangenen Wochen mit einigen schwierigen und teilweise unliebsamen und ein wenig schmerzhaften Themen befasst – wenn man sich darauf eingelassen hat. Beschrieben wird unsere Predigtserie ja folgendermaßen:

„Diese Reihe soll Christen dazu herausfordern, eine höhere Stufe der Verbindlichkeit und der Hingabe zu erreichen und ihren Glauben besser in ihr Leben zu integrieren. Die Predigtreihe soll uns helfen zu verstehen, was es bedeutet, ein wahrer Jünger Christi zu sein.“

Wie ich ja oft und gerne sage: Wir sind bei Gott, bei unserem himmlischen Vater, als Christen ein Leben lang in der Charakterschule. Und ich stelle für mich fest, dass immer dann, wenn ich mich ihm verweigere, mich nicht darauf einlassen will, mich von ihm durchleuchten und prüfen zu lassen, dann bin ich in Gefahr, mein „eigenes“ Leben zu führen und nicht das siegreiche Leben, das Gott eigentlich für mich will. David zeigt uns so treffend in Psalm 139,23–24 die richtige Einstellung: **„Erforsche mich, Gott, und erkenne mein Herz; prüfe mich und erkenne, wie ich’s meine. Und sieh, ob ich auf bösem Wege bin, und leite mich auf ewigem Wege.“**

Und das muss und soll unser Leitspruch sein als Christ! Es reicht nicht, dass ich mich ihm einmal zuwende und dann mein Leben führe, wie **ich** es für richtig halte! Aber das Durchleuchten ist manchmal auch ein wenig schmerzhaft, weil wir mit unserem wahren ICH konfrontiert werden.

2. Korinther 10,3–5: *„Denn obwohl wir im Fleisch wandeln, kämpfen wir doch nicht auf fleischliche Weise. Denn die Waffen unsres Kampfes sind nicht fleischlich, sondern mächtig im Dienste Gottes, Festungen (Gedankengebäude) zu zerstören. Absichten zerstören wir und alles Hohe, das sich erhebt gegen die Erkenntnis Gottes, und nehmen gefangen alles Denken **in den Gehorsam gegen Christus.**“*

Es geht also um Gehorsam gegenüber Gott! Und das macht es so schwierig für uns als unabhängige Menschen! Pastor Christoph Kipping hat es vor 2 Wochen so klar erläutert: Wir halten gerne fest an Verhaltensmustern, weil wir uns nicht ändern **wollen**. Und wir gehen sogar einen Schritt weiter: Obwohl das Wort Gottes ganz

klar zum Ausdruck bringt, dass unser Verhalten nicht im Einklang mit Gottes Wort ist, beharren wir oft auf unserem Verhalten und stellen es somit über Gottes Wort.

Das Thema heute:

Ein böses Zwillingsspaar: Eifersucht und Neid

Eifersucht: starke, übersteigerte Furcht, jemandes Liebe oder einen Vorteil mit einem anderen teilen zu müssen oder an einen anderen zu verlieren.

Wir alle kennen das Sprichwort: Eifersucht ist eine Leidenschaft, die mit Eifer sucht, was Leiden schafft. Franz Grillparzer, österreichischer Dichter 1830

Wir haben vergangene Woche über Zorn geredet:

Sprüche 14,30: *Heftiger Zorn und große Wut sind grausam - gegen die Eifersucht aber verblassen sie beide!*

Und ein guter Bekannter der Eifersucht – sein Zwilling – ist der

Neid: Empfindung, Haltung, bei der jemand einem andern dessen Besitz oder Erfolg nicht gönnt und selbst haben möchte.

Der Unterschied zwischen Eifersucht und Neid ist der, dass ein eifersüchtiger Mensch Angst hat, zu verlieren, was (oder wen) er liebt und wirklich oder vermeintlich braucht, und ein neidischer Mensch das haben will, was andere besitzen.

Mit anderen Worten: Wenn jemand mehr gelobt wird als ich, dann kann ich eifersüchtig reagieren, und wenn jemand mehr hat als ich, dann kann ich neidisch reagieren.

Aber beide dieser Gefühlsregungen sind ganz eng miteinander verstrickt. Und beide beinhalten und lösen aus einem ganzen Cocktail von Gefühlen: Misstrauen, Angst, mangelnde Selbstachtung, Selbstzweifel, Schuldgefühle, Ärger, bis hin zum Hass.

Eifersucht und Neid sind und bleiben eine tückische Begleiterscheinung der meisten zwischenmenschlichen Beziehungen.

Eifersucht ist ein Gefühl, das immer verurteilt wird und das niemand haben will. Es ist auch ein sehr störendes Gefühl für einen selbst und für andere. Wir können uns damit aber nur genauer befassen, wenn wir es genauso anschauen wie jedes andere Gefühl auch – untersuchend und forschend. Wir müssen auch nicht behaupten, wir kennen sie nicht – zum Beispiel aus falscher Scham. In Umfragen sagen 80% aller Befragten, dass sie dieses Gefühl schon bei sich festgestellt haben. Nur 18% der Befragten sagen, noch nie eifersüchtig gewesen zu sein. Wir können also davon ausgehen, dass die meisten Menschen solche Gefühle entwickeln können, auch wenn diese bei den Einzelnen unterschiedlich ausgeprägt sind und unterschiedliche Formen annehmen.

Eifersucht und Neid sind ein Thema seit die Erde mit Menschen bevölkert ist. Eine kleine Reise durch die Bibel:

Es geht schon los auf den ersten Seiten:

Wir denken an Kain und Abel in 1. Mose. Beide bringen Gott ein Opfer. Von Kain sagt die Bibel er opferte „vom Ertrag seines Feldes“. Abel aber schlachtete das beste Lamm, das er hatte, und opferte davon die besten Fleischstücke – Kain gab von dem, was er gerade so hatte, aber Abel gab das Beste, das er hatte. Gott nahm das Opfer von Abel an, aber das Opfer von Kain beachtete er nicht. Und wir alle wissen, wie diese Geschichte endete:

Kain fühlt sich zurückgesetzt – obwohl er selbst der Auslöser war

Kain fühlt sich verstoßen

Kain fühlt sich zutiefst verletzt

Kain steigert sich in einen Bruderhass

Dieser Hass führt zum Brudermord

Wir denken an Jakob und seinen Zwillingsbruder Esau. Jakob will immer der erste sein – schon bei der Geburt und scheint der Liebling Gottes zu sein. Vergöttert von seiner Mutter – aber all das reicht ihm nicht. Er betrügt seinen Bruder um das Recht der Erstgeburt. Und sein ganzes Leben wird von diesem Betrug und seiner Eifersucht geprägt.

Einige Seiten weiter: Josef, gehasst von seinen Brüdern, weil er der Lieblingssohn von Jakob ist. Josef kann nichts dafür, aber seine Brüder hassen ihn und trachten

ihm nach dem Leben. Und auch hier wissen wir, wie sich die Geschichte entwickelt und endet. Nur weil Josef so treu seinem Gott folgt, endet diese Geschichte gut.

König Saul hasste David, weil das Volk David bewunderte nachdem er Goliath erschlagen hatte. Saul fürchtete die Rivalität.

All dies ist richtig **krankhafte** Eifersucht und Neid! Bei den meisten Menschen sind diese Gefühle unterschwelliger und teilweise auch im Unterbewusstsein vorhanden.

Und dann im Neuen Testament. Maria und Marta. Jesus kommt zu Besuch, Marta rackert sich ab, Maria sitzt zu Jesu Füßen, Marta beschwert sich und Maria wird für ihr Nichtstun auch noch von Jesus gelobt – welch vermeintliche Ungerechtigkeit.

Und dann lesen wir sogar z. B. in 1. Kor. 3,3 (Paulus schreibt an Christen): *„Beweisen Neid und Streit unter euch nicht, dass ihr immer noch wie alle anderen Menschen denkt und lebt?“*

Eifersucht und Neid zerstören manchmal den Menschen, gegen den sie gerichtet sind, aber fast immer denjenigen, der diesen Gefühlen freie Bahn lässt! Und sie zerstören Beziehungen!

Wie entstehen Eifersucht und Neid?

Eigentlich sind sich alle Psychologen darin einig, dass wir nicht mit dem Hang zu Eifersucht und Neid geboren werden, sondern dass wir es hier mit einem **Reaktionsmuster** zu tun haben. An irgendeinem Punkt in unserem Leben (oft schon als Kinder) entscheiden wir uns mehr oder weniger für Rivalität, Ehrgeiz, Konkurrenzstreben und Missgunst. Und Männer sind davon in gleichem Maße betroffen wie Frauen. Als Beispiel die Werbung: Mein Haus, Mein Auto, mein Boot, Meine Frau, Meine Kinder, Mein Geld ...
Beziehungstaten!

Ich zitiere Danilo Rößger aus einem Artikel in der Zeit von Juni 2016:
Schon zwei Minuten emotionale Abwendung reichen aus, um Babys Zeichen von Beunruhigung zu entlocken, zeigte zum Beispiel eine Untersuchung von 2004. Im Laufe des Lebens reift die Eifersucht weiter in uns heran, kann wachsen und gedeihen. Enttäuschungen oder Vertrauensbrüche bieten ihr dabei einen idealen Nährboden.

Nüchtern betrachtet, entsteht Eifersucht, wenn das Terrain einer Zweierbindung von außen bedroht zu sein scheint. Freundschaften und Geschwisterbeziehungen sind davon betroffen – doch niemand nimmt das Gefühlschaos so intensiv wahr wie Verliebte. Sobald die Aufmerksamkeit des Partners bei jemand anderem verweilt, ist die Eifersucht nicht weit.

Jedes dritte Paar, das psychologische Beratung sucht, tut dies wegen Eifersucht.

Aber Eifersucht macht sich nicht nur in Partnerschaften bemerkbar, sondern auch unter Geschwistern, unter Arbeitskollegen, im Freundeskreis, in der Gemeinde... Der Schriftsteller Max Frisch sagte: Eifersucht ist die Angst vor dem Vergleich.

Und doch vergleichen uns immer wieder:

- Sie bekommt einfach immer die ganze Aufmerksamkeit,
- er wird immer mehr gelobt, obwohl ich genauso gut und viel gearbeitet habe,
- sie hat mehr Freundinnen als ich, usw.
- Ich könnte das genauso gut.

Kain hätte sich mit Abel vergleichen können: Er hätte sagen können: Hm, Abel hat das Beste gegeben, ich aber nur das, was ich gerade so übrig hatte. Vielleicht sollte ich beim nächsten Opfern auch das Beste vom Feld geben!! Die Geschichte wäre anders ausgegangen... Eifersucht könnte uns also auch dazu anregen, das nächste Mal besser zu handeln.

Eine kleine Zwischenfrage: Ist Eifersucht jemals gerechtfertigt?

Wenn Du eifersüchtig auf etwas bist, von dem Gott erklärt, dass es Dir gehört, ist es also gut und angebracht, z. B. Ehe, Partnerschaft. Wichtig ist, dass die Folgeaktionen uns nicht in Sünde führen: Szenen, Wut, ständige Vorwürfe, endloser Streit ...

Interessanterweise sagt uns die Bibel in 1. Mose, dass wir einem eifersüchtigen Gott dienen: Anbetung, Lobpreis und Verehrung gehören nur Gott, weil nur Er sie wirklich verdient. Deswegen ist Gott mit Recht eifersüchtig, wenn Anbetung, Lobpreis und Verehrung Abbildern und Götzen erwiesen werden. Wenn uns z. B. „Dinge“ wichtiger im Leben sind als ER.

Eifersucht ist also dann eine Sünde, wenn es eine Begierde nach etwas ist, das jemandem nicht gehört und zusteht.

Wenn wir zu Eifersucht neigende Menschen sind, dann machen wir über uns selbst im Unterbewusstsein innerlich die folgenden Aussagen:

- Ich habe nicht so viel Wert wie andere.
- Wenn andere mich so sehen würden, wie ich wirklich bin, würden sie mich ablehnen.
- Ich habe nichts zu bieten und komme nicht richtig zur Geltung.
- Ich zeige nicht, wer ich wirklich bin, denn sonst mag man mich nicht.
- Ich bin wertloser als andere.
- Man beachtet mich nicht.
- Ich sehe im Vergleich zu anderen gar nicht gut aus.

Wir stellen uns und unsere Persönlichkeit in Frage!

Bei Neid kommt eine weitere Komponente ins Spiel – WIKIPEDIA:

Im Fall von Eifersucht empfindet der Betroffene mangelnde Wertschätzung durch eine konkrete Person, Neid hingegen entzündet sich an den eigenen Wertvorstellungen oder denjenigen, die der Betroffene in eine soziale Gruppe bzw. die Gesellschaft projiziert:

- Der kann einfach alles besser als ich.
- Die haben schon wieder einen neuen Fernseher.
- Ständig verreisen die und sind unterwegs.

Eigentlich sagen wir:

- Warum bekomme ich keine Aufmerksamkeit für meine Leistung,
- warum kann ich mir keinen neuen Fernseher leisten,
- warum fahren wir nicht 3mal im Jahr in den Urlaub?

Wir beziehen alles auf uns!

Eifersucht und Neid haben viele Gesichter. Wie zeigen sie sich?

- Man denkt, immer etwas besser zu wissen, gibt sich unangreifbar oder stellt sich über andere.
- Man versucht schnell auf ein Thema zu lenken, bei dem man sich stärker und überlegener fühlt.
- Man macht sich gerne lustig über andere.
- Man zieht sich zurück und redet gar nicht – oder erst, wenn man darum gebeten wird.

- Man legt anderen immer Steine in den Weg.
- Man redet schlecht über andere, zieht über sie her.
- Man setzt gegen alle Vernunft alle Mittel ein, um den eigenen Vorschlag durchzusetzen.
- Man reagiert verschnupft oder traurig oder ängstlich, wenn die eigene Vorstellung nicht in Erfüllung geht.

Eifersucht und Neid zeigen sich nicht immer in krankhafter Form, sondern manchmal nur als kleines grünes Monster auf unserer Schulter.

Jemand wird befördert und wir denken: Warum nur der, der hat doch gar keine Ahnung...

Aber genug von Ursachen und Auswirkungen!!!

Wie können wir uns davor bewahren? Wie gehe ich dagegen vor, wenn ich gegen Eifersucht und Neid anfällig bin?

1. So wie ich bin, bin ich gut genug!

Ich akzeptiere mich selbst, nehme mich an, bejahe mich – so wie Gott mich gemacht hat! Ich bitte Gott, diese Grundannahme in meinem Herzen festzumachen!

Ich lerne, mich zu bejahen, denn dann habe ich es nicht mehr nötig, mich zu vergleichen, missgünstig zu sein und zu konkurrieren.

Diese Einstellung macht mich beziehungsfähiger und gelassener in meiner Partnerschaft und meinen Beziehungen. Sie nimmt mir den Druck, immer mehr leisten und erreichen zu müssen. Sie nimmt mir auch den Druck, immer noch geistlicher zu wirken. Ich muss nicht vor anderen mein Ansehen polieren. Ich muss nicht immer besser sein:

- Weil Gott mich liebt, bin ich genug!
- Weil Gott mich liebt, bin ich zufrieden!
- Weil Gott mich liebt, bin ich angenehm!
- Weil Gott mich liebt, darf ich mich annehmen, wie ich bin.

Das berühmte Bild des Spiegels. Was sehe ich: Versagen, Mangel – Was sieht Gott: Ein Meisterwerk.

Und das bringt uns noch einen Schritt weiter:

Predigtreihe: Breaking Free — geistliche Festungen einreißen Mechthild Clark

- Weil Gott mich liebt, kann ich lieben – bedingungslos!
- Weil Gott mich liebt, kann ich vertrauen – ich muss meinem Partner nicht misstrauen!
- Weil Gott mich liebt, muss ich meinen Partner, meine Kinder nicht anbinden – ich kann sie loslassen! Ich kann ihnen Freiraum geben.

Selbstannahme bringt Befreiung. Sie macht uns frei und diejenigen, mit denen wir in Beziehung stehen.

Ich weiß mich von Gott geliebt und bin mir meiner Stellung in ihm bewusst! Und deshalb weiß ich um meinen Stellenwert in IHM (nicht Selbstverliebtheit). Meine Beziehung zu Gott bestimmt meine eigene Meinung über mich selbst! Mein Wert ist IHM verankert! Und deshalb:

- Ich weiß um meine Stärke
- Ich weiß um meine Liebenswürdigkeit
- Ich weiß um meine Ausstrahlung
- Ich weiß um meine Selbstsicherheit

Weil ich mich von Gott geliebt weiß! Das gibt mir Selbstvertrauen und Lebensmut. Ich werde nicht umgeworfen von Hoffnungslosigkeit und Selbstzweifeln und Vergleichsdenken, sondern packe mit Gottes Hilfe die Schwierigkeiten im Leben an.

2. Ich bin gleichwertig vor Gott!

Obwohl ich einzigartig bin in meiner Persönlichkeit, meinen Fähigkeiten, meinem sozialen Status – bin ich gleichwertig vor Gott. Gott hat keine Einheitsmenschen geschaffen, sondern Originale.

Und das gilt vor allem in Familie – bei unseren Geschwistern, bei unseren Kindern: Dieselben Eltern, dasselbe Umfeld und doch entwickelt sich jedes Kind anders.

Der eine ist verträumt, der andere zielorientiert.

Der eine ist schnell im Denken, der andere kommt auf Umwegen ans Ziel oder auch nicht.

Unterschiedliche Persönlichkeiten reifen heran. Und das wichtige in der Kindererziehung ist nicht nur, dass ich beiden Kindern mit der gleichen Liebe

begegne und ihnen die gleichen Chancen biete, sondern, dass ich beiden mit der gleichen Annahme begegne.

Jeder Mensch egal welcher Begabung, Herkunft, Behinderung, Hautfarbe hat dieselbe Wertigkeit vor Gott.

Wir denken an 1. Korinther 12 – Paulus beschreibt den Leib. Er sagt:

- Jedes Glied ist wichtig!
- Jedes Glied dient der Ergänzung!
- Jedes Glied wird gebraucht!
- Jedes Glied wird akzeptiert!
- Jedes Glied ist auf das andere angewiesen!

Und diese Art von Denken verhindert Neid und Eifersucht! Sie ist wichtig für die Familie, die Gemeinde, unsere Gesellschaft! Unsere Welt ist geprägt von Vergleichsdenken: Nur der Schöne, der Reiche, der Erfolgreiche zählt. Und wir müssen als Christen uns frei machen von dieser Art Denken!

Sprüche 14,30: *„Wer gelassen und ausgeglichen ist, lebt gesund. Der Eifersüchtige wird von seinen Gefühlen innerlich zerfressen.“*

3. Keinen falschen Ehrgeiz!

Philipper 2, 3–6:

Weder Eigennutz noch Streben nach Ehre sollen euer Handeln bestimmen. Im Gegenteil: Seid bescheiden und achtet den anderen mehr als euch selbst. Denkt nicht an euren eigenen Vorteil. Jeder von euch soll das Wohl des anderen im Auge haben. Nehmt euch Jesus Christus zum Vorbild: Obwohl er in jeder Hinsicht Gott gleich war, hielt er nicht selbstsüchtig daran fest, wie Gott zu sein.

Wir möchten alle gerne:

Besser sein, schneller sein, schöner sein, beachteter sein, größer und reicher sein, moralischer sein als andere. Und die Liste geht weit. Das liegt einfach im Herzen und Trachten der Menschheit. Wir wollen herausragen!

Und von diesem Denken müssen wir uns freimachen! Im Kopf bejahen wir das Wort von Paulus, aber im täglichen Lebenskampf verhalten wir uns eben anders. Und das bezieht sich auch auf unsere Kinder. Sie sollen herausragen.

Anerkennung von anderen Menschen ist manchmal wichtiger als Anerkennung von Gott. Und diese Gedanken müssen wir ablegen!

4. Mein Denken beeinflusst mein Verhalten!

Uns muss klar sein: Ich reagiere eifersüchtig und neidisch, weil ich falschem Denken in meinem Leben Raum gebe! **Ich bin hier nicht das Opfer, sondern ein Mitspieler!** Es wurde mir nicht anezogen, sondern ich habe mich für dieses Verhaltensmuster entschieden und ihm Raum in meinem Leben gegeben.

Als Kains Opfer nicht von Gott beachtet wurde in 1. Mose 4,5–7:

Darüber wurde Kain sehr zornig und starrte mit finsterner Miene vor sich hin. »Warum bist du so zornig und blickst so grimmig zu Boden?«, fragte ihn der HERR. »Wenn du Gutes im Sinn hast, kannst du doch jedem offen ins Gesicht sehen. Wenn du jedoch Böses planst, dann lauert die Sünde schon vor deiner Tür. Sie will dich zu Fall bringen, du aber beherrsche sie!«

Aber Kain will die gefühlte Ungerechtigkeit nicht ignorieren, er will der Stimme Gottes nicht gehorchen. Er lässt sich von seinen Gefühlen, seiner Wut steuern. Er hört nicht auf Gott! Er trifft eine Entscheidung! Die Falsche! Sein Denken beeinflusst sein Verhalten und löst Schreckliches aus! Wir tragen Verantwortung!

5. Ich erlerne Zufriedenheit!

Der Duden sagt folgendes:

Zufriedenheit bedeutet

1) innerlich ausgeglichen zu sein und nichts anderes zu verlangen, als man hat;

2) mit den gegebenen Verhältnissen, Leistungen oder ähnlichem einverstanden zu sein, nichts auszusetzen zu haben.

Adjektivisch ist man zufrieden (etwa mit sich und der Welt)

Wenn ich so empfinde, dann habe ich keine Zeit für Eifersucht und Neid und Vergleichsdenken!

Zufriedenheit bezieht sich nicht auf das Bild unseres tatsächlichen Lebens, sondern auf den Zustand, **in dem sich unsere Seele, unser Innerstes befindet.** Und die Frage stellt sich automatisch: Wie kann ich nun beides vereinen – auf der einen Seite der Wunsch nach einer zufriedenen Einstellung und auf der anderen Seite die Realität meines Lebens? Wie kann ich meine Seele trainieren, dass eine zufriedene Einstellung ein fester Teil meines Seins ist? Dass Gelassenheit und Zufriedenheit in meinem Herzen Raum haben?

Wir haben schon gehört:

Gott hat jeden von uns geschaffen und jeder von uns ist anders. Jeder von uns hat ein einzigartiges Leben. Manche Situationen, in denen wir uns befinden, haben wir selbst zu verantworten und es ist gut, wenn wir dann auch die Verantwortung dafür übernehmen. Andere Lebenssituationen können wir nicht beeinflussen.

Zufriedene Menschen lernen, den Aspekt des Lebens, den sie selbst nicht verändern können, zu akzeptieren und arrangieren sich so gut es geht. Wir nehmen unser Schicksal an und lehnen uns nicht länger dagegen auf.

Das Leben ist nicht immer fair und gerecht mit uns. Ungerechtigkeit und Benachteiligung geschehen. Auch für Christen! Und manchmal, weil wir Christen sind, erfahren wir Benachteiligung. Wir leben in dieser Welt! Und wisst ihr was: auch wir verhalten uns manchmal unfair und ungerecht. Z. B. unsere Kinder ...

Aber ich treffe eine Entscheidung: Ich bin zufrieden mit dem wie ich bin und dem, was ich habe. Ich bin dankbar für mein Leben, wie es ist, und ich vertraue dem Herrn für den Rest.

Søren Kierkegaard: Das Vergleichen ist das Ende des Glücks und der Anfang der Unzufriedenheit.

Wilhelm von Humboldt sagte: Die meisten Menschen machen sich selbst bloß durch übertriebene Forderungen an das Schicksal unzufrieden.

Psalm 37,3–8:

Verlass dich auf den HERRN und tu, was recht ist; dann bleibst du im Land und wohnst in Sicherheit. Suche dein Glück beim HERRN: Er wird dir jeden Wunsch erfüllen. Überlass dem HERRN die Führung in deinem Leben; vertrau doch auf ihn, er macht es richtig! Deine guten Taten macht er sichtbar wie das Licht des Tages, und deine Treue lässt er strahlen wie die Mittagssonne.

Wir müssen uns nicht selbst groß machen! Gott wird es tun, wenn Er es für richtig hält...

Werde ruhig vor dem HERRN und warte gelassen auf sein Tun! Wenn Menschen, die Böses im Schilde führen, auch noch ständig Erfolg haben, reg dich nicht auf! Lass dich nicht hinreißen zu Wut und Zorn, ereifere dich nicht, wenn andere Böses tun; sonst tust du am Ende selber Unrecht!

Selbstbeherrschung! Eine Frucht des Geistes!

Und nochmals der Apostel Paulus:

Phil. 4, 12+13:

Ob ich nun wenig oder viel habe, beides ist mir durchaus vertraut, und so kann ich mit beidem fertig werden: Ich kann satt sein und hungern; ich kann Mangel leiden und Überfluss haben. Alles kann ich durch Christus, der mir Kraft und Stärke gibt.

„Dankbarkeit und Zufriedenheit führen dazu, dass du dein Leben genießt, anstatt von einem Leben zu träumen, das du gerne hättest.“ (Unbekannt)