



Heiligung

Teil 7: Wie wachsen wir in Zufriedenheit?

I. Was ist Zufriedenheit?

1.1 Was ist Zufriedenheit nicht?

- Es ist **keine** Emotion.
- Es ist **nicht** einfach nur äußerliche Ausgeglichenheit.
- Es ist **keine** stoische Gleichgültigkeit oder Unbekümmertheit.
- Es ist **nicht** das Gegenteil von Leid & Bedrängnis.

1.2 Was ist Zufriedenheit?

- Jeremiah Borroughs: „*Christliche Zufriedenheit ist jener süße, innere, ruhige und gnädige Gemütszustand, der sich freiwillig Gott unterordnet und sich an seiner weisen und väterlichen Führung in jeder Lage erfreut.*¹“

1.3 Was ist Unzufriedenheit?

- Wir sind unzufrieden, wenn unsere Wünsche & Verlangen sich nicht erfüllen.
- Unzufriedenheit zeigt sich z.B. in Murren, Jammern, oder Undankbarkeit.

II. Woher kommt Zufriedenheit? (Phil. 4,10–13).

2.1 Zufriedenheit muss gelernt werden (v.11-12).

- „*ich habe gelernt...*“ (v.11): Wir können es nicht *finden* – wir müssen es *lernen*. Paulus hat Zufriedenheit in zwei Situationen lernen müssen: im Mangel und im Überfluss.

2.2 Zufriedenheit im Überfluss lernen.

- Reichtum ist eine große Versuchung (z.B. Spr. 27,21; Mt. 13,22; 1. Tim. 6,6-10).
- Wie werden wir auf Gottes Segnungen reagieren? Werden sie uns zu Gott treiben, oder von Ihm weg? Werden wir unser Vertrauen auf Gott setzen – oder uns selbst?
- Zufriedenheit im Überfluss zu lernen, bedeutet unser Herz zu behüten:
 - Ein abhängiges Herz (5. Mose 8,5-7)
 - Ein dankbares Herz (5. Mose 8,10-11)
 - Ein demütiges Herz (5. Mose 8,18)

¹ Borroughs, J. (1651, 2020). *The Rare Jewel of Christian Contentment*. London: Henry G. Bohn.

2.3 Zufriedenheit im Mangel lernen (v.12-13).²

- Paulus kannte so ziemlich alle Nöte (siehe z.B. 2. Kor. 6,3-10 und 11,25-28).
- Hier können wir versucht sein, unsere alleinige Hoffnung in eine Veränderung der Umstände zu setzen (z.B. gesundheitliche Wiederherstellung, Schuldentilgung).
- Zufriedenheit ist nicht in Umständen zu finden, sondern allein in Christus (v.13).
- Sinclair Ferguson: *"Christliche Zufriedenheit ist die unmittelbare Frucht, die kein höheres Bestreben hat, als dem Herrn zu gehören und Ihm an dem von Ihm bestimmten Ort, zu der von Ihm gewählten Zeit und mit der von Ihm gewünschten Bestimmung völlig zur Verfügung zu stehen."*³ (zitiert in Harvey; S.135)

III. Der tägliche Kampf Zufriedenheit zu lernen.

3.1 Blicke der Unzufriedenheit ins Gesicht.

- Unzufriedenheit sagt: „Ich habe nicht das, was ich verdiene!“ Das Evangelium sagt: „Genau! Denn ich verdiene die Hölle – aber Gott schenkt mir Leben in Jesus.“
- Jeremiah Borroughs: *„Ein unzufriedenes Herz ist ruhelos, weil es sich seines Wohlstandes beraubt sieht; aber ein [Christ], wundert sich eher, dass er überhaupt so viel hat“*¹ (S.77).

3.2 Wachse in Demut.

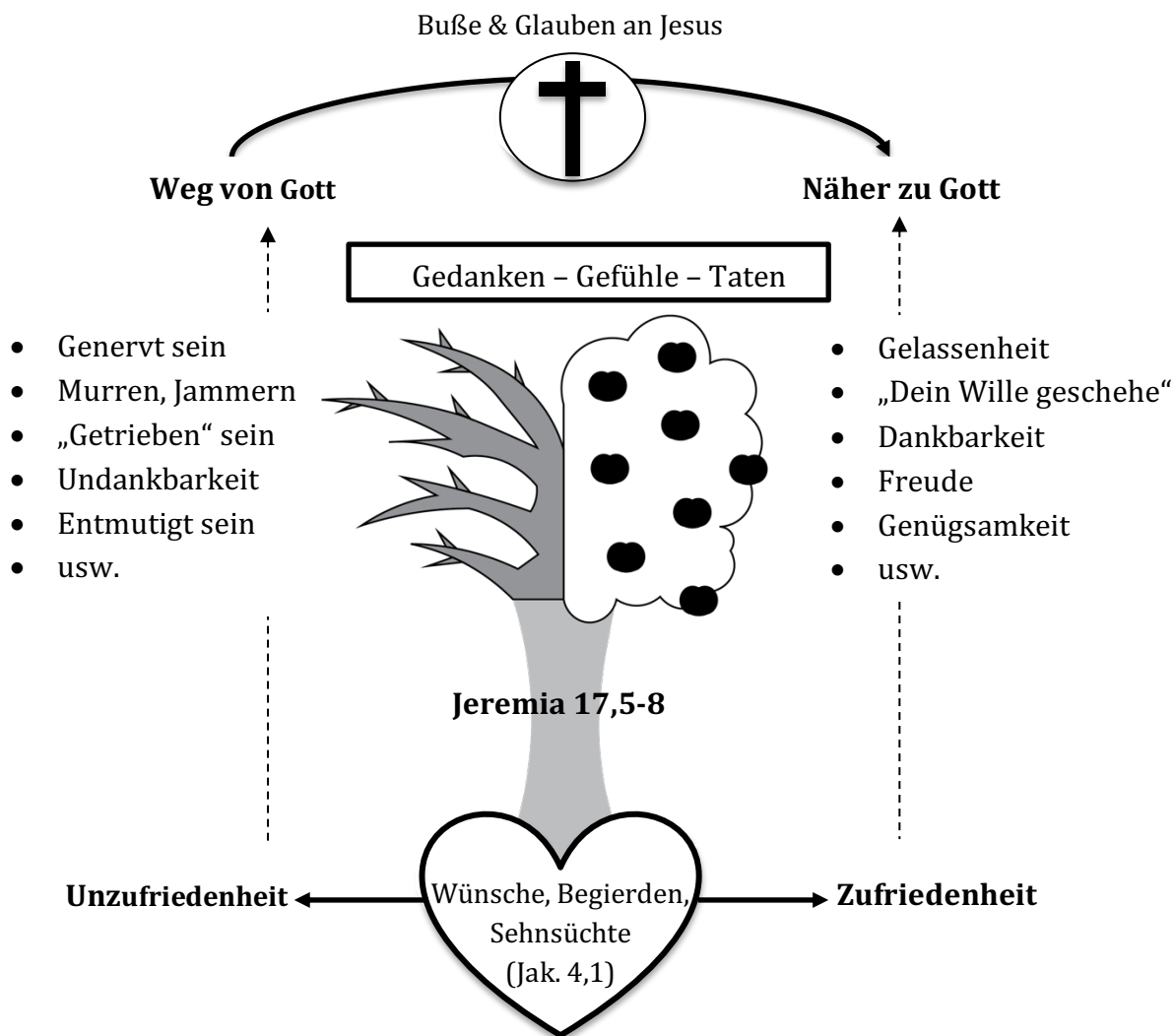
- Wir müssen Demut *praktizieren* – bewusst; und jeden Tag neu: „Was ist meine Verantwortung in [Situation]? Wie kann ich heute anderen Menschen ein Segen sein?“
- Charles Hodge: *„Je mehr wir [Christus] kennen, je mehr wir seine Vortrefflichkeit und seinen Anspruch schätzen, desto weniger werden wir uns dazu entschließen, in uns selbst groß zu sein“*³ (zitiert in Harvey, S.134).

3.3 Mach Gottes Willen zu Deinem Willen.

- Jeremiah Borroughs: *„Ein gnädiges Herz ist zufrieden, wenn sein Wille und seine Wünsche mit dem Willen und den Wünschen Gottes verschmelzen... Wenn Er zufrieden ist, dann bin auch ich zufrieden“*¹ (S.43-44).
- Und das bedeutet, dass Gott unser Herz verändern muss, bis wir sagen können: *Wen habe ich im Himmel? Und außer dir habe ich an nichts Gefallen auf der Erde* (Ps. 73,25).

² Jones, R.D. (2002). Learning Contentment in All Your Circumstances. *J. of Biblical Counseling*, 21(1), 53-61.

³ Harvey, D. (2010). *Rescuing Ambition*. Kapitel 7 (S.119-135). Wheaton, IL: Crossway Books.



Für die weitere persönliche Reflexion



Du hast gerade mit Unzufriedenheit zu kämpfen? Du bist nicht allein.

- Es ist gut sich das einzugestehen und es Gott zu bekennen. Er kennt ohnehin unser Herz. Es ehrt Ihn, wenn wir uns Ihm anvertrauen (Ps. 62,8).
- Was sagt Deine Unzufriedenheit über Dein Herz? Wonach sehnst du dich? Was hättest Du so gerne? Gib Gott Raum Dein Herz zu prüfen (Ps. 139,23-24) und kehre um zu Gott.
- Behalte es nicht für Dich: Sprich und bete mit jemandem darüber – unser Glaube an Jesus zeigt sich im Vertrauen, das wir anderen Geschwistern gegenüber haben. Wir sind Kinder des Lichts – lasst uns im Licht wandeln (Eph. 5,8).
- Bedenke: Jede Veränderung kommt allein durch das Kreuz – und es ist Gottes Wille, dass wir Christus ähnlicher werden. Zufriedenheit zu lernen ist der Weg der Heiligung.

Hier ein paar ausgewählte Bibeltexte für Deine persönliche Meditation.

- **Psalm 131:** Dieser Psalm ist ein Einblick in das Herz Jesu, der völlig zufrieden in Gott ruht. Glauben rettet uns vor unserem größten Problem: einem stolzen, selbstzufriedenen Herzen (v.1). Der Psalmist bekennt: „Ich vertraue nicht in mich selbst, ich überhebe mich nicht über andere.“ Weil er sich nicht um sich selbst dreht – sondern um Gott (v.3). Was hält Dich davon ab, auf Ihn zu blicken? Was beunruhigt Dein Herz?
- **2. Kor. 9,8:** Genügsamkeit ist eine Frucht von Zufriedenheit (1. Tim 6,6). Aber haben wir auch *wirklich* genug? Jeremiah Burroughs schreibt, dass ein gottesfürchtiger Mann niemals in den Dingen dieser Welt Zufriedenheit findet, weil Gott allein ihm wahres Leben ist. Allein Gott ist sein Friede und seine Freude – und sonst ist ihm nichts genug. In den Worten von Augustinus: „*Unruhig ist unser Herz, bis es ruht in Dir.*“
- **1. Timotheus 6,3-12:** Wonach sehnt sich unser Herz? *Die aber reich werden wollen* (v.9)... trifft das auf Dein Herz zu? Sehen wir die Gefahr (v.10)? Welche Argumente bringt Paulus vor, um unser Herz zu überzeugen (v.6-10)?

Für die Kleingruppen



Tiefer graben

1. Wie zeigt sich bei euch Unzufriedenheit? Welche Gedanken und Gefühle kommen euch dabei? Was sind typische Dinge, die ihr tut, wenn ihr unzufrieden seid?
2. Ist Unzufriedenheit *immer* Sünde? Oder anders gefragt: Gibt es auch eine „gute Art“ von Unzufriedenheit? Habt ihr ein Beispiel aus eurem Leben?
3. Wir müssen Zufriedenheit im Überfluss lernen. Warum? Lest hierzu 1. Tim. 6,17.
 - Welche Segnungen sind euch in der Vergangenheit zur Versuchung geworden?
 - Welche Segnungen könnten euch aktuell zur Versuchung werden?
 - Welche praktischen Schritte könntet ihr unternehmen, um damit umzugehen?
4. Was ist so schlimm daran, wenn unsere Zufriedenheit auf unseren Umständen (z.B. Reichtum, Gesundheit, Erfolg) oder anderen Personen (z.B. Freunde, Familie) basiert?
5. Luthers erste der 95 Thesen lautete: *Da unser Herr und Meister Jesus Christus spricht "Tut Buße" usw. (Matth. 4,17), hat er gewollt, daß das ganze Leben der Gläubigen Buße sein soll.* Inwiefern könnten Luthers Worte beim Thema Zufriedenheit eine Rolle spielen?
6. Im Lichte was wir gehört und gesagt haben, wie können wir beten?