

Tun, was Jesus aufgetragen hat

Niemand liebt mehr als einer, der sein Leben für die Freunde hingibt. Und ihr seid meine Freunde, wenn ihr tut, was ich euch aufgetragen habe. Ich nenne euch nicht mehr Diener; denn einem Diener sagt der Herr nicht, was er vorhat. Ihr aber seid meine Freunde; denn ich habe euch alles anvertraut, was ich vom Vater gehört habe.

([Joh 15, 13-15 – Hoffnung für alle](#))

Hingabe in den kleinen (!) Dingen

Grundidee: So wie Jesus hat niemand sein Leben jemals hingegeben – auch nicht der Freundschaftsexperte Aelred, für den die obigen Verse sehr wichtig waren. Wir beginnen also am anderen Ende des Spektrums, um Liebe erst einmal ganz unspektakulär auszubuchstabieren.

1. *Kreuze unten alles an, womit du bereits Erfahrungen gemacht hast.* Herzliche Gratulation! Darauf kannst du also aufbauen.
2. *Füge unten alles hinzu, was du auch schon ausprobierst oder ausprobieren möchtest.* Super! An vielfältigen Ideen mangelt es nun also nicht mehr.
3. *Stelle aus dem Angekreuzten und Hinzugefügten unten einen Plan zusammen.* Wähle beispielsweise 7 Dinge für die nächsten 7 Tage oder 4 Dinge für die nächsten 4 Wochen.
4. *Führe dein Vorhaben aus.* Die kleinen Dinge sind dabei wie beim Wintersport die Bügel am Schlepplift: Wenn du einen verpasst, ergreife einfach den nächsten!

Jemanden...	Jemandem...	Für jemanden...	Mit jemandem...
<input type="checkbox"/> ...loben	<input type="checkbox"/> ...dienen	<input type="checkbox"/> ...verzichten	<input type="checkbox"/> ...essen
<input type="checkbox"/> ...anrufen	<input type="checkbox"/> ...danken	<input type="checkbox"/> ...etwas klären	<input type="checkbox"/> ...reden
<input type="checkbox"/> ...ermutigen	<input type="checkbox"/> ...vergeben	<input type="checkbox"/> ...Platz machen	<input type="checkbox"/> ...teilen
<input type="checkbox"/> ...beschenken	<input type="checkbox"/> ...aktiv zuhören	<input type="checkbox"/> ...eine Last tragen	<input type="checkbox"/> ...lernen
<input type="checkbox"/> ...anerkennen	<input type="checkbox"/> ...etwas beibringen	<input type="checkbox"/> ...ungeteilt da sein	<input type="checkbox"/> ...lachen
<input type="checkbox"/> ...unterstützen	<input type="checkbox"/> ...die Tür aufhalten	<input type="checkbox"/> ...Müll aufsammeln	<input type="checkbox"/> ...geduldig sein
<input type="checkbox"/> ...wertschätzen	<input type="checkbox"/> ...eine Karte schreiben	<input type="checkbox"/> ...Schnee wegschaufeln	<input type="checkbox"/> ...Zeit verbringen
<input type="checkbox"/> ...	<input type="checkbox"/> ...	<input type="checkbox"/> ...	<input type="checkbox"/> ...
<input type="checkbox"/> ...	<input type="checkbox"/> ...	<input type="checkbox"/> ...	<input type="checkbox"/> ...
<input type="checkbox"/> ...	<input type="checkbox"/> ...	<input type="checkbox"/> ...	<input type="checkbox"/> ...
<input type="checkbox"/> ...	<input type="checkbox"/> ...	<input type="checkbox"/> ...	<input type="checkbox"/> ...
<input type="checkbox"/> ...	<input type="checkbox"/> ...	<input type="checkbox"/> ...	<input type="checkbox"/> ...
<input type="checkbox"/> ...	<input type="checkbox"/> ...	<input type="checkbox"/> ...	<input type="checkbox"/> ...