

ANNETTE PENNO

99 Ideen
für mehr

Wow

in deinem

Leben

SCM

SCM

Stiftung Christliche Medien

SCM ist ein Imprint der SCM Verlagsgruppe, die zur Stiftung Christliche Medien gehört, einer gemeinnützigen Stiftung, die sich für die Förderung und Verbreitung christlicher Bücher, Zeitschriften, Filme und Musik einsetzt.

© 2018 SCM Verlag in der SCM Verlagsgruppe GmbH
Max-Eyth-Straße 41 · 71088 Holzgerlingen
Internet: www.scm-verlag.de; E-Mail: info@scm-verlag.de

Soweit nicht anders angegeben, sind die Bibelverse folgender Ausgabe entnommen:
Neues Leben. Die Bibel, © der deutschen Ausgabe 2002 und 2006
SCM R.Brockhaus in der SCM Verlagsgruppe GmbH Witten/Holzgerlingen

Gesamtgestaltung: Erik Pabst, München
Druck und Verarbeitung: dimograf
Gedruckt in Polen
ISBN 978-3-7893-9812-4
Bestell-Nr. 629.812

Schön, dass du hier reinguckst!

Du bist also ein bisschen neugierig, wie du an den Wow-Faktor für dein Leben kommst? Vielleicht bist du auch einfach nur höflich, weil Tante Inge oder Onkel Herbert dich sonst angesäuert ansehen, wenn du das Geschenk links liegen lässt?

Warum auch immer du dieses Buch in der Hand hältst: Ich freue mich, dass du hier reinliest! Und ich hoffe, dass du auf den kommenden Seiten ein paar Ideen findest, die dir Lust aufs Ausprobieren machen! Denn nur wer wagt, gewinnt. Und zu gewinnen gibt's hier ne Menge ...

Was dieses Buch soll

Wenn du willst, dann helfen dir die 99 Ideen, ein bisschen Himmel in deinen Alltag zu holen.

Manchen Menschen gelingt so was nämlich. Du bist bestimmt auch schon mal einem von ihnen begegnet: Von diesen Leuten geht so viel Wärme aus, dass du dich in ihrer Nähe sofort wohlfühlst. Sie verzaubern dich mit ihrer Art, weil sie dafür sorgen, dass sich dein Herz leichter anfühlt als vorher. Oder sie hinterlassen einen gewaltigen Eindruck, weil sie deine Welt mit ihrem Verhalten ein bisschen heller gemacht haben. Solche Menschen, die ihre Umwelt positiv verstrahlen, sind einfach wunderbar. Von ihnen kann diese Welt gar nicht genug haben!

Und: Du kannst ab sofort einer von ihnen werden!

Allerdings wird man so jemand natürlich nicht einfach so ... Ein bisschen was kostet das schon. Schließlich ist nix, was wirklich was taugt, ohne Einsatz zu haben. Aber das ist auch das Schöne an Herausforderungen: Sie klingen nur auf den ersten Blick nach Anstrengung oder Überwindung - denn wenn der erste Schritt gemacht ist, dann machen sie echt Laune! Und der Nebeneffekt: Hinterher breitet sich eine riesige Zufriedenheit in einem aus, weil man für etwas Gutes den Hintern hochgekriegt hat. Großartig.

Wie es geht

Also, los: Lass dich 99 Mal herausfordern und entdecke das Geheimnis, wie du selbst eine Gute-Laune-Spritze, ein Trostpflaster, eine Taschenlampe, ein Rettungsring, ein Fels in der Brandung, ein Ruhepol oder einfach etwas wohltuend Fantastisches werden kannst.

Meine Recherchen haben nämlich ergeben, dass Menschen mit so einer Wirkung oft eine geheime Tankstelle für dieses Wow haben. Sie docken an eine Powerstation an, die ihnen die ganze Palette solcher weltverändernder Eigenschaften gibt:

Gott.

Der behauptet nämlich, dass man ganz viel Freude, inneren Frieden und all den guten Stoff für Himmel-auf-Erden-Erfahrungen bekommt, wenn man ihn ins eigene Leben lässt – so wie einen Freund. (Das kannst du in seinem Buch, der Bibel, genauer nachlesen, wenn du willst: z.B. Johannes 15,5 und Galater 5,22.)

Bisschen crazy? Vielleicht. Aber vorhersehbar und logisch und ohne Kribbeln ist ja auch langweilig, oder? Sag Gott doch einfach, dass du dieses Wow in deinem Leben haben möchtest und er dir willkommen ist – und guck, was passiert. Ich feuer dich von hier so richtig an: Woohooo!

Annette Penno

Überblick

Du kannst die Ideen eine nach der anderen ausprobieren. Oder du fängst mit denen an, die dich spontan ansprechen. Vielleicht interessieren dich auch ganz bestimmte Themen? Dann kannst du hier gezielt auf die Suche gehen.

99
Ideen für
mehr ...



FREUDE
SEITE 11



**TROST &
HOFFNUNG**
SEITE 23



**LIEBE &
FREUNDSCHAFT**
SEITE 37



**GEDULD &
AUSDAUER**
SEITE 47



**GÜTE & HILFS-
BEREITSCHAFT**
SEITE 55



RESPEKT
SEITE 63



**FRIEDEN &
FURCHTLOSIGKEIT**
SEITE 77



VERGEBUNG
SEITE 91



wow!



Freude



1

Komm fröhlich aus den Federn.

11

Finde einen Grund, der dein Herz zum Hüpfen bringen könnte, wenn das ginge. Wenn dir erst mal keiner einfällt, dann kannst du auch den hier nehmen:

Der Herr, dein starker Gott, der Retter, ist bei dir. Begeistert freut er sich an dir. Vor Liebe ist er sprachlos ergriffen und jauchzt doch mit lauten Jubelrufen über dich.



ZEFANJA 3,17

Du löst einen Begeisterungssturm im Himmel aus!
Hättest du das gedacht?

- 📌 **Schreib dir deinen Grund auf einen Zettel und leg ihn unters Kopfkissen.**
- 📌 **Zieh ihn am nächsten Morgen nach dem Aufwachen hervor, lies ihn dir laut vor und lass ihn so richtig auf dich wirken: Mal ihn dir vor deinem inneren Auge aus, versuch alles in Gedanken zu hören, was es da zu hören gibt, und spür dem nach, was er für ein gutes Gefühl in dir auslöst.**
- 📌 **Schwing deine Beine erst aus dem Bett, wenn sich das freudige Kribbeln in dir bis in deinen linken großen Zeh ausgebreitet hat.**
- 📌 **Dann stell dich hin, recke deine Arme in die Luft und ruf dreimal laut Juhuuu oder Trallaliii oder Woweee!**



2

Hab immer eine Portion Konfetti dabei.

Denn man weiß ja nie, wann der nächste Grund zum Jubeln kommt. Und dann bist du gut gewappnet: froh umherhüpfen, Konfetti hochwerfen und schnell drunterstellen.

