

Seid dankbar

Nun ist Ostern vorüber. Es war in der Tat ein besonderes, ein anderes Osterfest. Aber auch wenn es anders war, auch wenn es keine Familienfeste und keine gewohnten Gottesdienste gab haben wir wahrlich genug Gründe dankbar zu sein!

Besonders wir Schwaben leben allzu oft nach dem Motto „Net gschimpft ist gelobt genug“.

Aber genau in dieser Zeit, die uns so manches abverlangt ist es sehr wichtig, seinen Blick weg von allem Nervigen, Störenden und Negativen und stattdessen auf all die Dinge zu lenken, die wir haben (dürfen):

Auf uns selbst, auf unsere Familie, auf unsere Gesundheit, auf Frieden in unserem Land, auf Freundschaften, auf das schöne Wetter in den letzten Wochen (dies macht die Situation deutlich erträglicher), auf die Möglichkeiten, sich draußen in der Natur zu bewegen (Laufen, Radeln)- ja, wir dürfen trotz allem noch raus und haben kein Ausgehverbot wie in anderen Ländern.

Unzählig lässt sich diese Liste fortsetzen.

Mein vergangenes Jahr wurde durch verschiedene zumeist sehr unerfreuliche Umstände sehr durcheinandergewirbelt. Natürlich gab es da viele Momente, in denen ich mich traurig, müde und verzweifelt gefühlt habe. Es gab Momente, in denen ich so verzweifelt war, dass ich nicht mal mehr beten konnte. Und in diesen „Verzweiflungsmomenten“ konnte ich natürlich auch nicht dankbar sein für diese Umstände.

Aber dennoch kann ich sagen, dass ich mich in diesen Umständen immer getragen gefühlt habe. Wenn ich selbst nicht mehr beten konnte, so gab es meine „Beter“, die dies für mich übernommen habe. Eine kurze Nachricht reichte aus und ich wusste, dass mein Gebet nicht verloren war. Und ich bin Gott und meinen treuen Betern von Herzen dankbar dafür!

Genauso bin ich dankbar für die Menschen, die in dieser Zeit einfach mal nachgefragt haben, wie es mir geht und bei denen man spürte, dass sie nicht nur ein „passt schon“ hören wollen, sondern wirklich die Wahrheit (und diese war nicht immer einfach auszuhalten).

Und dann habe es noch Freunde und Freundinnen, die sich auf 2 Tage Auszeit (mit mir) freuten, aber die in diesen 2 Tagen meinen ganzen Sack voller Chaos mitnehmen mussten und dies klaglos und hilfsbereit taten. Noch ein Grund mehr zum Danken!

Es gibt leider sehr viel Leid auf dieser Welt und jeder von uns hat sein Päckchen zu tragen. Aber dennoch ist zu spüren, dass die Menschen mit einem dankbaren Herzen ihr Schicksal bedeutend leichter tragen als Menschen, die eher alles negativ sehen.

Und wenn man nicht von Haus aus die Grundhaltung Dankbarkeit hat oder gerade in einer Situation steckt, in der man sich schlichtweg nicht dankbar fühlt, so kann man Dankbarkeit auch ganz bewusst üben.

Ausdruck findet die Dankbarkeit unter anderem in diesen 3 Gebieten:

- Einstellung/ Herzenshaltung
- Worte
- Taten

Herz: Im Herzen wächst im Nachdenken und im Gebet ein Grundgefühl der Dankbarkeit. Wenn diese gedeiht sucht sie nach Ausdrucksformen: Wort und Tat

Wort: Was nicht gesagt wird, bleibt dem anderen verborgen. Der dankbare Gedanke bleibt bei mir, erst durch das Wort werden andere berührt.

Tat: das Wort ohne Tat wird unglaubwürdig, erst im Handeln zeigt sich, was mir wirklich wichtig ist.

Entnommen aus: Die Entdeckung der Dankbarkeit von Anja und Martin Gundlach

Genau dies hat der Liederdichter Martin Rinckart bereits im frühen 17. Jahrhundert in folgendem bekannten Lied beschrieben:

*Nun danket alle Gott,
mit Herzen, Mund und Händen,
der große Dinge tut
an uns und allen Enden,
der uns von Mutterleib
und Kindesbeinen an
unzählig viel zu gut
bis hierher hat getan*

Ebenso kann man sich ein Dankbarkeitstagebuch anlegen (z.B. ein schönes Notizbuch) und sich jeden Tag notieren, für was man alles dankbar ist.

Das kann ein unerwarteter Anruf sein, eine Karte im Briefkasten, ein liebes Wort, eine schöne Blume am Wegesrand, Vogelgezwitscher am Morgen, eine Umarmung des sonst eher stacheligen Teenagers, eine Tasse Kaffee , der Einkauf, der von lieben Menschen vor die Tür gestellt wird, usw.

Paulus schrieb schon an die Thessalonicher:

*„Dankt für alles, denn das ist der
Wille Gottes für Euch in Christus Jesus“*

1. Thessalonicher 5,18

Daher, lasst uns anfangen und Üben zu Danken, auch und gerade trotz dieser Corona- Zeit: Ich danke allen, die mit mir in dieser Zeit Kontakt halten, die mir gute Worte schenken und mir tolle Impulse geben!

Vor allem: Lasset uns danken dem Herrn, unserm Gott, denn das ist würdig und recht!

Amen

Bleiben Sie alle gesund!

Christina Weiss

