

Impuls 29: „Dankbarkeit“

Gedanken

Dankbarkeit – das ist ein schwieriges Thema. Über Dinge, die wir nicht haben beschwerten wir uns ja oft. Und da gibt es sicher in jedem Leben einiges, das einem da einfällt. Undankbar sind wir oft automatisch. Aber dankbar sein? Da muss ich mich meistens anstrengen. Das geht nicht automatisch. Doch damit tun wir uns keinen Gefallen. Denn Untersuchungen zeigen, dass sich dankbarere Menschen besser fühlen, glücklicher sind und weniger unter Stress leiden.

Nun kann ich einwenden: Manchmal fällt es eben schwer etwas zu finden, wofür ich dankbar sein kann. Was gab es heute schon, wo ich sagen könnte: Danke Gott! Bei mir beginnt ein normaler Tag so wie heute mit dem Frühstück. Und wenn ich so nachdenke: Ich mache mir dabei nur selten bewusst: Eigentlich sollte ich dankbar sein, dass ich etwas zu essen habe. Das geht nicht allen Menschen so.

Ein Wort aus der Bibel

Vielleicht liegt es daran, dass so alltägliche Dinge wie Essen für mich selbstverständlich geworden sind? Der Beter des 104. Psalms lebt noch in einer anderen Zeit. Er wird vielleicht oft Tage erlebt haben, wo er richtig Hunger hatte. Doch er weiß, wem er sein tägliches Mahl zu verdanken hat:

Es warten alle auf dich, dass du ihnen Speise gebest zur rechten Zeit. Wenn du ihnen gibst, so sammeln sie; wenn du deine Hand auftust, so werden sie mit Gutem gesättigt. (Psalm 104,27–28)

Dieser Psalmvers ist zu Recht zu einem beliebten Tischgebet geworden. Vor dem Essen, während ich schon ungeduldig warte, unterbricht so ein Tischgebet den alltäglichen Tagesablauf. Es richtet den Blick auf den, der alles geschaffen hat.

Auf den, dem ich dankbar sein sollte für all das, was er mir jeden Tag – auch an denen, die nicht gut gehen – schenkt.

Vielleicht nehmen die Menschen unter schlechten Lebensumständen stärker wahr, was Gott ihnen schenkt. Martin Luther, der in einer schwierigen Zeit lebt hat jedenfalls Dankbarkeit sehr hoch eingeschätzt. Er schreibt, dass Dankbarkeit „die wesentliche christliche Haltung“ ist und „das Herz des Evangeliums“.

Dankbarkeit verbessert vielleicht nicht meine materielle Lebensqualität. Doch ich lebe mit dem, was ich habe zufriedener, wenn ich dankbar bin.

Als Christen glauben wir von einem Gott geschaffen zu sein, der die Beziehung zu uns sucht. Das macht er, obwohl wir Menschen immer wieder nicht so handeln, wie Gott das gerne möchte. Trotzdem bewahrt und begleitet Gott seine Schöpfung durch die Zeit und gibt ihr „Speise zur rechten Zeit“.

Darauf kann ich nur mit Dankbarkeit antworten. Und der Dank dafür selbst angenommen zu sein hilft mir, andere Menschen anzunehmen, so wie sie sind.

Ein Gebet

Guter Gott, es gibt jeden Tag vieles, wofür ich dankbar sein sollte. Dass ich frisches Wasser zu trinken habe, ein mehr oder weniger reichhaltiges Frühstück und ein Dach über dem Kopf. Lass uns wahrnehmen, in wie vielen Dingen du uns jeden Tag beschenkst. Auch heute. Amen

Ein Tipp zum Tag

„Unser tägliches Brot gib uns heute.“ So sagen wir in der vierten Bitte des Vater Unser. Martin Luther hat sich dazu Gedanken gemacht: *Gott gibt das tägliche Brot auch ohne unsere Bitte allen bösen Menschen; aber wir bitten in diesem Gebet, dass er's uns erkennen lasse und wir mit Danksagung empfangen unser tägliches Brot.*