

# Zeit zum Nachdenken



# Gruß ans Krankenbett

Wer sich lebhaft an schöne Erlebnisse  
der Vergangenheit erinnern kann,  
der schöpft aus einer schier unerschöpflichen Quelle.  
© Anselm Grün



Ich will  
dir danken  
mein Gott



*Liebe Leserin, lieber Leser!*

Eine Bewohnerin unseres Pflegeheimes sagte, nachdem sie nach einer Kopfoperation vom Spital direkt ins Pflegeheim überstellt wurde: „Natürlich möchte ich lieber zu Hause sein, aber ich bin dankbar, dass ich überhaupt lebe.“ Dabei lächelte sie. Wochen später sagte sie bei einem Besuch: „Ich spüre, wie es immer besser wird. Es wird besser, wenn auch nur langsam und ich danke dem Herrgott jeden Abend dafür.“

In Notsituationen sucht jeder Mensch einen Halt. Ein gläubiger Mensch findet diesen Halt in Gott und er vertraut darauf, dass er Hilfe erhält. Diese Erfahrung lässt uns dankbar sein. Auch von Menschen erfahren wir Hilfe, wenn wir Zuwendung und Ermutigung erhalten. Diese Gewissheit macht uns gelassen und führt dazu, dass wir manch schwierige Situation besser meistern können.

Eine 95 jährige Frau erzählte: Ich danke Gott jeden Abend und jeden Morgen für seine Fügungen. Er hat mein Leben wunderbar gelenkt. Wohl war es im meinem Leben oft schwer und ich wusste nicht, wie es weiter gehen sollte. Gott aber hat mich nie im Stich gelassen. Rückblickend kann ich sagen: Gott hat sich um jede Kleinigkeit in meinem Leben gekümmert.“

Viele Psalm-Verse geben davon Zeugnis, wie Menschen sich in Freude und im Leid an Gott wenden: „Ich danke

dem Herrn von ganzem Herzen und erzähle alle deine Wunder. Ich freue mich und bin fröhlich in dir und lobe deinen Namen, du Allerhöchster“ (Psalm 9, 2-3).

„Der Herr ist meine Stärke und mein Schild; auf ihn hofft mein Herz und mir ist geholfen. Nun ist mein Herz fröhlich, und ich will ihm danken mit meinem Lied.“ (Psalm 28,7).

Forscher meinen, dass dankbare Menschen viel zufriedener, sinnorientierter, hoffnungsvoller, gesünder und sozialer leben als Menschen, die auf das Negative, das Schlechte in der



Welt konzentriert leben. Religiösen Menschen falle das Danken leichter, so meinen die Forscher.

Wer bewusst lebt, „denkt“, und wer denkt, der „dankt.“ Es gibt mancherlei wofür wir dankbar sein können. Vieles in unserem Leben nehmen wir als selbstverständlich an und bemerken unterdessen gar nicht, dass es ein Geschenk ist.

Piet van Breemen, ein niederländischer Jesuitenpater, formulierte es so: „Dankbarkeit ist der Schlüssel zum Glück. Man kann nicht dankbar und zugleich unglücklich sein.“

Wir stehen in der Fastenzeit, in der Vorbereitung auf Ostern, dem Zentrum unseres christlichen Glaubens. Wir wissen, dass Jesus „sein Kreuz getragen hat“, um so in seine Herrlichkeit eingehen zu können. Wir könnten uns in der Fastenzeit zum Beispiel noch bewusster in der Verbundenheit mit Jesus zu üben. Wir könnten ihm nicht nur für die großen Ereignisse, sondern auch für alle Zufälligkeiten des Lebens und für die kleinen Dinge die unseren Alltag ausmachen, danken. Es könnte eine Hilfe sein, eine Woche lang am Abend aufzuschreiben, was uns den Tag über an Positivem begegnet.

Dankbarkeit kann nicht verordnet werden. Dankbarkeit ein Gefühl, das sich einstellen kann, aber nicht einstellen muss. Dankbarkeit hängt auch nicht von glücklichen Lebensumständen ab.

Dankbare Menschen sind sich ein bisschen bewusster, dass die entscheidenden Dinge im Leben außerhalb menschlicher Kontrolle liegen und deshalb wertvolle Geschenke sind. Dies kann eine tiefe Geborgenheit erzeugen. Dankbarkeit wird somit zum Ausdruck einer tiefen Beziehung zu Gott und ist darum für unseren christlichen Glauben so wichtig.

**Sr. Sabine**

Seelsorgerin - St.Katharina/Altenheim Barmherzige Schwestern