



## Sechs Gedanken

### für ein dankbares Lebensgefühl

#### 1. Im Kleinen das Große sehen

Letztlich sind es Kleinigkeiten, die das Leben, wenn nicht schön, so doch erträglich machen. Wir müssen sie nur sehen. Eine gewisse Demut, die Albert Schweitzer als Fähigkeit beschrieb, „auch zu den kleinsten Dingen des Lebens empor zu sehen“, ist da hilfreich. Zur Demut gehört auch, entgegenzunehmen, was man empfängt, und das Beste daraus zu machen.

#### 2. „Wende dein Angesicht der Sonne zu, dann fallen die Schatten hinter dich“

Lebenskrisen, Krankheit, Tod brauchen Trost, Verständnis, Zeit. Erst dann können wir erkennen, was gut ist und war und was wir einer schmerzlichen Erfahrung vielleicht verdanken.

#### 3. Um Hilfe bitten

Das fällt nicht immer leicht. Viel zu oft denken wir, wir müssten allein zurecht kommen. Doch ohne Bitte kein Dank. Es ist ganz erstaunlich, wie viele Türen und Herzen ein „Bitte“ öffnet und wie viel Dankbarkeit dann hineinströmt.

#### 4. Den anderen sehen

Wir wissen meist recht gut, was wir für andere tun, aber wissen wir auch, was Menschen für uns tun und getan haben, damit unser Leben gelingen konnte? Können wir das zum Ausdruck bringen und nicht nur zu besonderen Anlässen?

#### 5. Öfter danken statt entschuldigen

Ein „Danke für deine Geduld“ bringt mehr Wertschätzung zum Ausdruck als ein rasch dahin gesagtes „Entschuldige die Verspätung“ und kann Wunder bewirken.

#### 6. „Danket dem Herrn, denn er ist freundlich und seine Güte währet ewiglich“

Schon ein kurzes Dankgebet vor dem Essen oder Einschlafen vergewissert uns, dass wir nicht allein für uns sorgen müssen. Gott ist auch noch da!