

Vom Geheimnis der Dankbarkeit

Ich bedanke mich sehr herzlich für die Einladung zu diesem Beitrag und freue mich über die gewachsene Verbundenheit im Laufe der vergangenen Jahre.

Da ist vieles, was mich an der Vinzenzgemeinschaft begeistert ... dieser klare Auftrag im Namen der Nächstenliebe und Solidarität, Menschen in Not zu helfen, ungeachtet ihrer Herkunft und Religion. Die unterschiedlichen, sehr praktischen Ideen, die Hilfe an den Mann und an die Frau zu bringen. Und nicht zuletzt die vielen ehrenamtlichen Mitarbeiter, ohne die all dies gar nicht denkbar wäre. Die Zusammenarbeit und die Begegnungen mit den verschiedenen Vertretern, allen voran Herr Haspinger, erlebe ich als ausgesprochen angenehm. Und dementsprechend gerne suchen wir als VIVIT immer wieder nach Möglichkeiten der Kooperation.

VIVIT ist ein christliches Forum für Bildung und Begegnung mit Sitz in Meran. Forum, weil es uns darum geht, über kulturelle und kirchliche Grenzen hinweg zu vernetzen und Impulse zu setzen. Christlich, aber kirchlich unabhängig, allerdings stets darum bemüht, der Kirche zuzuarbeiten. Unsere Tätigkeit ist so vielfältig wie die Menschen, mit denen wir es zu tun haben – von Integrationsbegleitung über Sommercamps für die junge Generation bis hin zu Bildungsangeboten für Erwachsene. Im Herbst planen wir ein neues Projekt mit außerschulischen Angeboten für junge Menschen – in Kooperation mit den lokalen Schulen - in den Räumen des Liebeswerks Meran, wo wir als Verein auch unseren Sitz haben. Uns wird es ebenso wenig langweilig wie Ihnen bei der Südtiroler Vinzenzgemeinschaft – weil die Nöte und Bedürfnisse nicht abnehmen, sondern ganz im Gegenteil immer drängender werden.

Und dahinein darf ich uns heute Morgen einige Impulse zusprechen rund um dieses **Thema: Vom Geheimnis der Dankbarkeit!**

Das deutsche Wort „Danken“ hat sprachlich zu tun mit „Denken“.

Denn, wer denkt, muss eigentlich danken...

Bzw. denkt man sich etwas dabei, wofür und wem man dankbar ist.

Ich lade uns mit diesen Impulsen ein, unser Denken übers Danken ein wenig zu nähren...

Wahrscheinlich sage ich Ihnen heute nicht viel Neues – aber ich habe entdeckt, dass wir davon leben, altvertrautes immer wieder neu zu hören! ☺

Apropos Begrifflichkeiten, danken, denken...

GRAZIE sagt man auf Italienisch.

Da klingt die Grazie mit, die Anmut, die würdevolle Schönheit.... Grazie...

Und tatsächlich – Dankbarkeit steht uns Menschen gut. Sie macht schön!

Sie macht schön – aber noch mehr als das: sie tut uns sehr gut!

Psychologen bestätigen, dass Dankbarkeit mit die gesündeste aller menschlichen Empfindungen ist.

Ein renommierter Stressforscher namens Hans Selye aus Kanada kam zu dem Ergebnis, dass

Dankbarkeit mehr positive Energie produziert als irgendeine andere Emotion im Leben!

Positiv deshalb, weil Dankbarkeit sich für eine besondere Sicht auf die Dinge entscheidet – sie

konzentriert sich mehr auf das, was ich habe und nicht auf das, was mir fehlt. Sie entdeckt sogar in

den schwierigen Umständen des Lebens noch Chancen und Möglichkeiten. Dankbarkeit ist die

Perspektive aufs Leben, die sich über das halbvolle Glas freut und sich gegen die Unzufriedenheit

entscheidet über das halbleere Glas.

Ja, Dankbarkeit bewirkt positive Energien, sie motiviert uns, sie macht glücklich – allem zum Trotz was mir fehlt und das Leben schwermachen will!
GRAZIE also. Es macht schön und gesund, danke zu sagen!

Aber der Italiener sagt mit „Grazie“ noch mehr – da steckt nämlich auch die Bedeutung des französischen MERCI drin oder das englische GRACE!

Gnade, Barmherzigkeit!

Ist doch interessant. Dankbarkeit ist ein Ausdruck davon, dass ich mich unverdient beschenkt weiß, begnadet! Überhaupt bedeutet Dankbarkeit, dass ich mir selbst nicht genug bin – ich lebe davon, zu empfangen, mich beschenken zu lassen!

Schon die Bibel weiß das:

1Kor 4,7: *„Was habt ihr, was ihr nicht empfangen habt? Und warum tut ihr so, als hättet ihr es euch selbst zu verdanken?“*

Dankbarkeit hat viel mit einer gesunden Demut zu tun – es fängt nicht alles mit uns an und hört nicht alles mit uns auf. Wir leben aus dem Empfangen und sind dazu bestimmt, weiterzugeben, was wir empfangen haben.

Und dann fällt mir das russische Wort für „Danke“ ein – ich war selbst mehrere Male in Russland unterwegs, habe Land und Leute lieben gelernt – und bedauere umso mehr die aktuellen Entwicklungen dort... und weiß auch, dass viele Russen ebenso drunter leiden, dies nur nicht öffentlich zeigen dürfen...

Dankbarkeit drückt sich auf Russisch aus mit dem Wort SPASSIBO.

Was wörtlich übersetzt bedeutet: Gnade mir bzw. Gnade dir Gott!

SPASSIBO!

Ja, das Geheimnis der Dankbarkeit liegt darin, dass ich mir selbst nicht genug bin. Ich lebe davon, dass ich empfangen und mich beschenkt weiß – von anderen Menschen und nicht zuletzt von Gott! Kein Wunder also, dass uns die Bibel reichlich zur Dankbarkeit auffordert.

Denn unser Glaube ist zutiefst mit dem Geheimnis der Dankbarkeit verbunden.

Drei Aussagen dazu aus dem NT – jeweils aus der Feder des Apostel Paulus:

- (Epheser 5,20) Dankt Gott, dem Vater, zu jeder Zeit für alles im Namen unseres Herrn Jesus Christus.
- (1Thessalonicher 5,18) Was immer auch geschieht, seid dankbar, denn das ist Gottes Wille für euch, die ihr Christus Jesus gehört.
- (Philipper 4,6) Sorgt euch um nichts, sondern in allen Dingen lasst eure Bitten mit Danksagung vor Gott kundwerden.

So eine Grundhaltung der Dankbarkeit tut gut, steht uns gut und hat überraschend positive Auswirkungen – sie motiviert uns und stiftet die Bereitschaft, sich entsprechend weiterzuschenken.

Das spannende ist ja die Wechselwirkung zwischen Dankbarkeit und Wohltätigkeit. Einerseits motiviert mich meine Dankbarkeit, anderen Gutes zu tun. Andererseits stiftet meine aktive Wohltätigkeit wiederum Dankbarkeit, weil ich an den Menschen, denen ich helfe, erkenne, wie gut es mir selbst gehen darf.

- Ich begegne den heimatlosen und obdachlosen Menschen – und ich werde neu dankbar für meine eigene Wohnung, meine Heimat...
- Ich begegne kranken Menschen – sei es psychisch oder körperlich – und werde dankbar für meine eigene Gesundheit.
- Ich begleite Menschen aus zerbrochenen Familienverhältnissen und Ehen – und werde so unendlich dankbar für meine eigenen Beziehungen, in denen es mir besser gehen darf...

Im Vergleich mit Menschen, denen es schlechter geht, muss sich uns Dankbarkeit förmlich aufdrängen!

Ich fand vor einiger Zeit diesen Text, der nachdenklich macht:

Wenn du heute Morgen mehr gesund als krank aufgewacht bist, dann geht es dir besser als den Millionen von Menschen, die diese Woche nicht überleben werden.

Wenn du noch nie die Gefahr des Krieges, die Einsamkeit einer Gefangenschaft oder die Qual des Hungers erlebt hast, geht es dir besser als heute weltweit 500 Millionen Menschen.

Wenn du Essen im Kühlschrank, Kleider im Kleiderschrank, ein Dach über dem Kopf und einen Platz zum Schlafen hast, bist du viel reicher als 75% der Weltbevölkerung.

Wenn du Geld auf der Bank, Kleingeld im Geldtascherl und vielleicht sogar eine Spardose irgendwo stehen hast, gehörst du zu den 8% der Reichsten dieser Welt.

Wenn du lesen kannst, geht es dir besser als weltweit über 2 Milliarden Menschen, die überhaupt nicht lesen können!

Der Vergleich mit Menschen in Not muss uns eigentlich zur Dankbarkeit drängen!

Dabei sollten wir einen derartigen Vergleich gar nicht nötig haben!!!

So oder so bieten sich uns unendlich viele gute Gründe zur Dankbarkeit.

Sie sollte eigentlich das selbstverständlichste und natürlichste der Welt sein.

Gerade für uns in Südtirol – wie dankbar können wir sein für unsere Bergwelt, das Wasser, die Schönheit der Natur, die gute Luft...

GOTT SEI DANK!

Was für ein Geschenk zu wissen, bei wem wir uns für alles Gute bedanken dürfen, das wir erleben und genießen. *Alle gute Gabe, alles was ich habe, kommt o Gott von dir, ich danke dir dafür!*

Und trotzdem sind wir oft so chronisch undankbar.

Der Menschenkenner und Dichter Dostojewskij schrieb: „Die beste Definition für den Menschen lautet wohl „undankbarer Zweibeiner“!“

Ja, unsere Herzen sind mitunter so verdreht, dass sie das Nächstliegende nicht sehen und das Selbstverständliche vergessen.

Wir haben uns daran gewöhnt, auf hohem Niveau zu jammern. Wahrscheinlich sind wir verwöhnt.

Denn bezeichnenderweise sind die dankbarsten Menschen nicht die, die am meisten haben und denen es am besten geht – die dankbarsten Menschen sind die, die das, was sie haben, am meisten zu schätzen wissen!

Ja, wirklicher Reichtum lässt sich nicht in Euros messen sondern in der Währung der Dankbarkeit!

Darin liegt tatsächlich eine wesentliche Eigenart der Dankbarkeit. Sie kommt erst im drohenden oder echten Mangel zum Tragen. Wer ständig genug Wasser hat, weiß es kaum zu schätzen. Erst wenn die Gletscher schmelzen und lange kein Regen kommt, wird man umso dankbarer für das Wasser, das man hat und hatte...

Wahrscheinlich sind deshalb die dankbarsten Menschen diejenigen, die in ihrem Leben schon mal echten Mangel erlebt haben und dadurch wertschätzen gelernt haben, was sie haben!

Glücklich die Menschen, die in ihrer Dankbarkeit sogar gelernt haben, ein wenig um die Ecke zu denken, sich trotz der Dankbarkeit zu verschreiben, auch wenn augenscheinlich manches dagegensprechen möchte.

Wie bei folgendem Text, den ich irgendwo fand:

Ich bin dankbar für meinen Schatz, der sich gerade über das Abendessen beschwert hat, weil er den Abend mit mir verbringt und nicht mit jemand anderem.

Ich bin dankbar für die Steuern, die ich bezahlen muss, weil das bedeutet, dass ich einen Arbeitsplatz habe.

Ich bin dankbar für das Aufräumen nach einer Party, weil das bedeutet, dass ich einen Abend mit Freunden verbringen durfte.

Ich bin dankbar für meine Kleider, die ein bisschen eng geworden sind, weil das bedeutet, dass ich genug zu essen habe.

Ich bin dankbar, dass ich den Rasen mähen, die Fenster putzen und die Wasserleitung reparieren durfte, weil mir dadurch bewusst wird, dass ich ein Haus habe.

Ich bin dankbar für den Parkplatz an der am weitest entfernten Stelle vom Kaufhaus, weil ich dadurch erinnert werde, dass ich gehen kann und noch dazu ein Auto habe.

Ich bin dankbar für die hohe Heizrechnung, weil das bedeutet, dass ich den ganzen Winter im Warmen sein konnte.

Ich bin dankbar, dass die im Gottesdienst hinter mir sitzende Frau falsch sang, weil das bedeutet, dass ich hören kann.

Ich bin dankbar für all meine Schmutz- und Bügelwäsche, weil das bedeutet, dass ich Kleider habe.

Ich bin dankbar, wenn ich am Abend müde bin und Muskelkater habe, weil ich dann den ganzen Tag hart arbeiten konnte.

Ich bin dankbar, wenn ich im Morgengrauen den Wecker klingeln höre, denn das heißt, ich lebe.

Ja, es gibt die naheliegende Dankbarkeit und die, die um die Ecke denkt.

Man kann auch sagen eine natürliche und eine unnatürliche Dankbarkeit.

Für die natürliche bzw. naheliegende Dankbarkeit sollte ich eigentlich keine Aufforderung benötigen – weil sie sich an dem Guten festmacht, das ich habe.

Die unnatürliche Dankbarkeit aber ist die trotzigste Dankbarkeit, die um die Ecke denkt und auch in den Herausforderungen das Gute entdeckt.

Die natürliche Dankbarkeit betet mit Psalm 23: „Du lagerst mich auf einer grünen Aue, du führst mich zum frischen Wasser und auf rechter Straße! Mein Becher fließt über.“

Die unnatürliche Dankbarkeit betet ebenfalls mit Psalm 23: „Und wenn ich auch wanderte durchs finstere Tal des Todesschattens, so fürchte ich mich nicht, denn DU bist bei mir! Dein Stecken und Stab trösten mich.“ Die unnatürliche Dankbarkeit betet außerdem: „Du bereitest vor mir einen Tisch im Angesicht meiner Feinde!“

Ja, das Geheimnis der Dankbarkeit...

Bleiben mir einige Gedanken zum Abschluss:

Es gibt die *ausgesprochene und die stille Dankbarkeit*. Beides ist berechtigt und hat ihren Platz. Nur möchte ich uns dazu ermutigen, unserer Dankbarkeit tatsächlich auch Ausdruck zu verleihen. Das hat einen doppelten Nutzen: für uns selbst und auch für das Gegenüber, dem ich meinen Dank ausdrücke.

Uns selbst tut es gut, unseren Dank hörbar auszudrücken. Denn was wir selbst ausgesprochen haben, setzt sich in unseren Herzen besser fest.

Aber dann sind da ja auch die Menschen, mit denen wir leben. Wann haben wir zuletzt unseren Partnern oder Kindern für etwas Danke gesagt? Wann unseren Kollegen und Mitarbeitern?

Wir würden uns wundern, wieviel lieber Menschen mit uns zusammenleben und zusammenarbeiten würden, wenn wir unsere Dankbarkeit öfters ausdrücken würden – mit Worten oder auch mit Blumen...

Und dann gibt es die *aktive und passive Dankbarkeit*. Will sagen – ich kann sie selbst empfinden und ausdrücken – oder aber ich kann erleben, wie man mir gegenüber Dankbarkeit ausdrückt!

Und natürlich wissen wir selbst, wie sehr wir das brauchen – ein schlichtes DANKE würde oft schon reichen. Wenn wir schon ehrenamtlich arbeiten und uns einsetzen...

Die leise Frage lautet hier allerdings: *dürfen wir Dankbarkeit erwarten?*

Meine Empfehlung lautet: man darf darauf hoffen, sich diese wünschen – aber sie nicht erwarten.

Und vor allem sollte ich meinen Einsatz und mein Engagement nicht von der Dankbarkeit abhängig machen, die ich dafür erhalten – sondern von der Dankbarkeit, die ich selbst empfinde!

Nicht das, was wir von Menschen erwarten, sollte uns motivieren, sondern das, womit wir uns bereits beschenkt wissen!!!

Ich schenke Zeit, weil sie mir geschenkt wurde...

Ich höre zu, weil mir zugehört wurde...

Ich helfe, weil mir geholfen wurde...

Ich vergebe anderen, weil mir selbst so unendlich viel vergeben wird und wurde...

Ich schenke Zuwendung und Wertschätzung, weil sie mir geschenkt wurden.

Ich investiere Geld und Kraft, weil sie in mich investiert wurden!

Und zu guter Letzt ein Gedanke, der sich mit der Geografie des Heiligen Landes verbindet. Nach dem Motto: Geben ist seliger als Nehmen!

Es gibt zwei größere Gewässer, die sich beide aus demselben Fluss nähren, dem Jordan. Der See Genezareth ist voller Leben, das Tote Meer macht seinem Namen alle Ehre. Woran liegt dieser Unterschied? Beide empfangen dasselbe Wasser, aber nur der See Genezareth gibt ab, was er empfängt – darin liegt das Geheimnis seiner Gesundheit und Vitalität...

Wir sind dazu berufen weiterzugeben, was wir selbst empfangen – und dürfen darin Freude erleben.

In diesem Sinne möchte ich mich an dieser Stelle einfach mal im Namen all der Bedürftigen dieses Landes bei Ihnen bedanken für allen Einsatz, alle Zeit, alle Nächstenliebe! Auch wenn es ihnen vielleicht nicht immer so so scheint – es kommt an, es macht Sinn, es macht Menschen glücklich! Und auch wenn sie von Menschen oftmals nicht den Dank erfahren, der ihnen eigentlich gebühren würde – darf ich Ihnen von Herzen zusprechen: „Vergelts Gott!“

GOTT SEI DANK, dass es sie gibt, dass es die Vinzenzgemeinschaft gibt!

Mögen sie im neuen Tätigkeitsjahr umso mehr aus dem Geheimnis der Dankbarkeit schöpfen und darin ihre Freude und ihre Motivation finden!

© Daniel Schulte, Meran, 4/2022

Dieser Vortrag kann als Audio nachgehört/heruntergeladen werden unter www.forum-vivit.com.

Hier finden sich auch nähere Informationen über VIVIT, das christliche Forum für Bildung und Begegnung mit Sitz im Liebeswerk Meran (Goethestr. 15).