Kirche im hr

30.01.2019 um 07:30 Uhr
hr2 ZUSPRUCH

Ein Beitrag von
Uwe Groß,
Katholischer Diakon, Pfarrei St. Peter und Paul, Wiesbaden

Wer dankbar ist, wird auch glücklich

„Nicht die Glücklichen sind dankbar. Es sind die Dankbaren, die glücklich sind." Diesen Spruch von Francis Bacon hat mir neulich ein Freund mit der Weihnachtspost geschickt. Francis Bacon war ein englischer Philosoph des 17. Jahrhunderts. „Nicht die Glücklichen sind dankbar. Es sind die Dankbaren die glücklich sind". Ja das stimmt, finde ich: Dankbarkeit macht glücklich. Als Kind habe ich von meinen Eltern beigebracht bekommen, dass ich mich immer bedanken sollte, wenn ich etwas geschenkt bekomme. Auch wenn es noch so wenig oder unbedeutend war, haben mich meine Eltern genervt: Hast du dich dafür bedankt? Und ich muss gestehen, ich mache das heute bei meinem Sohn genauso. Ganz oft frage ich ihn: Hast du dich dafür bedankt? Das Einüben von Dankbarkeit hat mir nicht geschadet, und ich glaube, es schadet auch meinem Sohn nicht, denn ich bin der festen Überzeugung: Dankbarkeit macht glücklich. Ich merke das besonders stark in schwierigen Zeiten: Vor vielen Jahren war ich für acht Wochen in einem Krankenhaus, aber ich hatte so ein Glück mit den Ärzten und mit meinen Mitpatienten, die ich dort kennengelernt habe. Es war eine Zeit, in der ich viel über mein Leben nachgedacht habe und auch Entscheidungen gefällt habe. Schon während dieser Zeit ist mir klar geworden, dass ich, wie man so schön sagt: Glück im Unglück hatte. Und ich bin gestärkt aus meiner Krankheit hervorgegangen. Ich war dankbar. Und mein Adressat für Dankbarkeit heißt vor allem Gott. Wie oft habe ich gebetet: danke Gott, dass du mir diese Zeit geschenkt hast. „Nicht die Glücklichen sind dankbar, sondern die

Dankbaren sind glücklich.“ Ich denke bei dem Spruch nicht nur an meine Zeit im Krankenhaus, sondern auch an ganz andere, kleine Dinge in meinem Leben.

Neulich habe ich meinen Schlüsselbund verloren. Ich habe Blut und Wasser geschwitzt und ihn überall gesucht… Eine alte katholische Regel heißt: wenn du etwas verloren hast, bete zum heiligen Antonius. Das habe ich getan – übrigens nicht nur in diesem Fall -, und ein Schüler hat mir den Schlüssel wieder gebracht, er hatte ihn auf dem Schulhof gefunden. Ja, zum Schmunzeln ist das schon mit dem heiligen Antonius, aber mir hat er bisher immer geholfen und dann sag ich schon mal: danke heiliger Antonius.

Dankbarkeit: wenn ich abends im Bett liege, frage ich mich manchmal: Was war heute in meinem Leben schön? Manchmal war es meine Arbeit, die mir gut gelungen ist, oder ich hatte einen schönen Tag mit meiner Familie, manchmal habe ich in einem guten Buch gelesen oder einen tollen Film gesehen. Selbst, wenn ein Tag traurig war und mir wenig gelungen ist, finde ich fast immer auch etwas, was gut war an diesem Tag, jemand der mir gutgetan hat, der mich getröstet und aufgebaut hat.

Dafür danke ich dann. Auch in meinem Beruf als Seelsorger spüre ich, wie wichtig Dankbarkeit gerade für diejenigen ist, die einen geliebten Menschen durch den Tod verloren haben. Das stärkste Gefühl, dass sie bei dem Abschied von dem Toten empfinden ist nicht die Traurigkeit, sondern die Dankbarkeit, diesen Menschen gehabt zu haben. Dies habe ich bei vielen Trauergesprächen so erfahren.

Die Dankbaren sind glücklich. Ich glaube nicht daran, dass die Dankbaren immer glücklich sind. Aber ich glaube daran, dass Dankbarkeit unser Leben schöner und heller macht.