Kirche im hr

09.05.2022 um 17:45 Uhr
hr4 ÜBRIGENS

Ein Beitrag von
Claudia Rudolff,
Rundfunkpfarrerin der Evangelischen Kirche von Kurhessen-Waldeck, Kassel

Gedächtnistraining der anderen Art

Mein Blick fällt auf eine unbekannte Mail mit dem Kennwort: "Hitliste der Dankbarkeiten". Absender: Psalmbeter@Jerusalem.at. Er schreibt:
Schalom, ich schreibe Dir aus einer längst vergangenen Zeit.

Gedächtnislücken

Sicherlich passiert es Dir manchmal, dass Du Menschen triffst und denkst: "Ich weiß ganz genau, dass ich diese Person kenne. Aber jetzt, fällt mir ihr Name nicht ein." Alle, die schleichende Senilität bei sich befürchten, werden von einem eurer Gehirnforscher, Dr. Barry Gordon, beruhigt: "Das ist nicht ein erster Alzheimerschub."

Kein Grund zur Beunruhigung

"Jeder hat mal einen Aussetzer im Gedächtnis! Denn 83 % vergessen Namen, 60 % wo sie etwas hingelegt haben, 42 % vergessen Gesichter, und immerhin 41 % vergessen, was sie selber eben erst gesagt haben.“

Merkwürdig ist allerdings, dass man manches nicht vergisst, selbst wenn man es gerne wollte. Jede kleine Stichelei, jedes unbedacht daher gesagte Wort

unserer Mitmenschen wird oft gespeichert.

"Selbstverständlichkeiten" vergessen wir auch oft

Anderes hingegen vergessen wir fast ständig. So vieles nehme ich gar nicht zur Kenntnis, weil ich es für "selbstverständlich halte".

Ist es selbstverständlich, dass mein Herz an jedem Tag etwa 103390 Mal schlägt? Oder dass ich täglich sieben Millionen Gehirnzellen in Tätigkeit setze und deshalb abends einfach müde bin? Ist es selbstverständlich, dass es Menschen gibt, die mich brauchen und die ich brauche?

Woran mich der unbekannte Psalmbeter erinnert

Daran erinnert mich der unbekannte Psalmbeter, der in seiner Mail schreibt:

"Lobe den Herrn, meine Seele, und vergiss nicht, was er dir Gutes getan hat!"(Ps 103,2) Das habe ich schon vor 3000 Jahren meinen Zeitgenossen ins Stammbuch geschrieben. Damals wie heute ist es eine Einladung zum Denken, Staunen und zum Danken. Dankbare Menschen sind eine Wohltat, sich selbst und anderen gegenüber. Schreib einmal eine Hitliste deiner Dankbarkeiten auf. Das ist Gedächtnistraining der anderen Art.