

28.10.2022 um 05:20 Uhr

hr1 ZUSPRUCH



Ein Beitrag von

Dr. Elisabeth Krause-Vilmar,

Evangelische Pfarrerin, Bad Vilbel

Count your blessings

„Ich hätte noch mehr schaffen können. Ich hätte noch schneller laufen können“.

Solche Klagen höre ich oft und kenne sie auch von mir selbst.

Die Klagen darüber, dass es mehr hätte sein können und noch optimiert werden könnte.

Das Gefühl, dass es noch nicht reicht, was wir können und sind und tun.

Für Viele ist das Streben nach Mehr eine selbstverständliche Haltung.

Eine Alternative zum Streben nach mehr

Alte Worte aus der Bibel sehen das anders.

In Psalm 103 steht: „Lobe den Herrn meine Seele und vergiss nicht, was Gott Dir Gutes getan hat.“

Im Englischen sagt man: Count your blessings. Also, zähle bei allem, was du zählst, die Meter, die Du am Tag gehst und vieles mehr, zähle vor allem auch, wie oft Du gesegnet und bewahrt wurdest.

Es tut gut, dankbar zurückzublicken

Es tut gut, dankbar zurückzublicken. Nicht gleich den Rotstift zücken und alles Verkorkste dick anstreichen, lieber uns an das Gute erinnern und uns daran freuen.

Es tut gut, dankbar zurückzublicken. Manchmal stellen sich dabei auch die großen Fragen ein:

Wo stehe ich gerade im Leben? Ist mein Glück selbstverständlich? Habe ich es mir verdient, oder verdanke ich mich? Mein Leben und alles, was ich habe: Die Luft zum Atmen, die lieben Menschen an meiner Seite, die sternenklaren Nächte...

Was dankbar sein verändert

Diese Perspektive der Dankbarkeit verändert mich selbst und das Miteinander.

Von Herzen „Danke“ zu sagen und zu wissen: Das, was ich bin und habe, verdanke ich nicht in erster Linie mir selbst – das tut gut. Ich kann mal durchatmen, muss nicht in allem besser werden und mich am Segen freuen.

Count your blessings

Auch wenn nicht alles gut ist, weder hier noch in der weiten Welt, sprechen mich die uralten Worte aus der Bibel an:

„Lobe den Herrn meine Seele und vergiss nicht, was Gott Dir Gutes getan hat.“

Dankbar zu sein mit allen Fragen und Zweifeln, das ist eine Lebenshaltung.

Count your blessings – Diese Haltung lenkt den Blick auf das, was gut ist, auch wenn es noch so klein ist.

Und oft fällt mir dann auf, wie sehr ich beschenkt bin.