

Kolumne Danke



Liebe Leser/innen,

nicht nur in der aktuellen Corona-Zeit ist es oft gar nicht so einfach, sich und andere positiv zu beeinflussen. Die Zeit geht uns allen mehr oder weniger auf das Gemüt und wir wissen vieles nicht richtig zu schätzen.

Man glaubt sogar manchmal, dass uns die Dankbarkeit ziemlich abhandengekommen ist. Aber gäbe es die Dankbarkeit nicht, dann wären wir alle sehr arm dran.

Dabei kann es so heilsam sein, sich zu bedanken und wir haben genügend Möglichkeiten, uns bewusst zu machen, wofür wir dankbar sein können. Denn ohne Dankbarkeit, das können wir sicher alle nachempfinden, gäbe es auch kein gesundes Miteinander.

Dankbarkeit entsteht zum Beispiel aus dem guten Gefühl, dass jemand etwas für uns getan hat. Andersherum können wir das Gefühl genießen, wenn uns jemand für etwas dankt, das wir getan haben.

Danke sagen ist (fast) immer angebracht. Es hat Auswirkungen auf uns und andere, denn mit einem Danke drücken wir auch dem Menschen gegenüber Anerkennung und Wertschätzung aus. Und wir werden spüren, dass ein Dankeschön nicht nur ein kleines Wort ist, sondern ein ganz besonderes Wort mit einer großen Wirkung.

Claudia Becker fordert in einem Zeitungsbeitrag: „Rettet die Dankbarkeit! Sie ist es, die das große Glück verleiht, sich einfach nur leben zu spüren. Wir müssen nur ein bisschen achtsamer zu sein für das, was wir geschenkt bekommen.“

Machen wir uns doch einmal so unsere eigenen Gedanken darüber, wofür wir und wem wir alles dankbar sind. Denn: Dankbarkeit ist nicht nur der Schlüssel zu unserem Glück.

Aber ganz egal, warum und für wen es ist; die Hauptsache ist doch, es kommt von und geht zu Herzen. Denn Dankbarkeit ist auch das Gedächtnis des Herzens.