



Liebe Leser/innen!

„Na, hast du heute wieder mal die Welt gerettet?“, fragte mich kürzlich ein guter Freund und lachte. Die Welt gerettet habe ich sicher nicht - wie könnte ich das auch - aber vielleicht kann jeder von uns sie ab und an ein kleines bisschen besser machen. Gutes tun ist nicht schwer und dazu braucht es häufig auch nicht viel. Sie kennen vielleicht den Spruch: „Jeden Tag eine gute Tat.“

Was also hindert uns daran, dies zu tun?

Ein Dankeschön der Verkäuferin im Geschäft, ein Lob für die fleißigen Mitarbeiter im Bauhof, die wieder einmal bei Wind und Wetter für eine saubere Stadt arbeiten, ein Lächeln für den Büronachbarn oder einfach einen freundlichen Gruß für denjenigen, der uns auf der Straße entgegenkommt.

Kleine Taten, die Gutes bewirken und dies löst nicht nur beim Gegenüber Freude aus, sondern tut nachweislich auch uns selbst gut.

Studien haben ergeben, dass anderen zu helfen eine Möglichkeit ist, langfristig glücklicher zu werden. Menschen, die sich sozial oder ehrenamtlich engagieren, sind insgesamt zufriedener und seltener depressiv als solche, die dies nicht tun. Insbesondere auch dann, wenn sie der gemeinnützigen Arbeit regelmäßig und über einen längeren Zeitraum nachgehen.

Ich bin sehr froh, dass es in Lahnstein eine Vielzahl derart engagierter Menschen gibt. Die Welt kann niemand allein retten, aber Jeder kann sie ein kleines Stück besser machen und sich selbst damit auch.

In diesem Sinne wünsche ich mir weiterhin viele guten Taten und allen ein frohes neues Jahr!