

## Neujahrsvorsatz gefällig?

Brauchen Sie noch eine Idee für einen guten Neujahrsvorsatz? Ich hätte da einen Vorschlag. Nehmen Sie sich doch vor, mindestens einmal am Tag dankbar zu sein. Zugegebenermaßen klingt das ziemlich banal, dennoch ist es nicht ganz leicht umzusetzen. Denn Dankbarkeit lässt sich nicht wie eine Deckenleuchte ein- und ausschalten. Dankbarkeit kann ich nicht auf Kommando empfinden und manchmal ist es schon eine echte Herausforderung, überhaupt einen Grund zu finden, aus dem heraus Dankbarkeit erwachsen könnte.

Wenn wir in diese Welt schauen, dann ist vieles nicht in Ordnung. Krieg Gewalt und Terror an so vielen Orten, Raubbau an der Natur, Mauerpläne, Handelskriege, und, und, und. Und auch auf unseren individuellen Lebenswegen gibt es Situationen, Ereignisse und Erlebnisse, die es uns schwer machen, Dankbarkeit zu empfinden. In keinem Leben herrscht immer nur eitel Sonnenschein. Nicht umsonst heißt es im 23. Psalm, dass wir auch in finsternen Tälern wandeln werden.

„Lobe den Herrn meine Seele und vergiss nicht, was er Dir Gutes getan hat“ setzt der Beter des 103. Psalms dagegen. Er erinnert, ja er ermahnt uns geradezu, nicht aus dem Blick zu verlieren, dass wir dennoch allen Grund haben, dankbar zu sein. Wie würden Sie reagieren, wenn der Psalmist an Ihrer Tür klingelte, um Ihnen seine auffordernden Worte als guten Rat mit auf den Weg zu geben? Wären Sie irritiert und würden fragen: „Loben, wofür denn?“ Oder würden Sie ihn freundlich hereinbitten, um ihm zu sagen: „Erzähl uns doch mal was Neues!“? Wie gesagt, Dankbarkeit kann man nicht ein- und ausschalten, Dankbarkeit ist eine Haltung und für mich persönlich ist es einfach auch ein Geschenk, wenn ich Dankbarkeit empfinden kann. Dankbarkeit ist der sicherste Weg zum glücklich sein, hat mal jemand gesagt, und in diesem Satz steckt ganz viel Wahrheit. Eine Voraussetzung für das Gelingen ist, dass ich mit wachen Sinnen durch mein Leben gehe, dass ich keinen Panzer mit mir herum trage, der mich abschirmt gegen alles Gute und Schöne und Wunderbare, dass uns unser Leben immer wieder präsentiert.

Ja, manchmal ist es dunkel auf unseren Lebenswegen und das Tal, durch das wir gehen, ist finster. Doch wenn wir uns in diesen Situationen daran erinnern, dass Jesus Christus uns versprochen hat, immer und überall bei uns zu sein – bis an der Welt Ende – gelingt es besser, mit seiner Hilfe die Finsternisse unseres Lebens zu überstehen. Leben verändert sich, Leben verändert uns und was in der Zukunft sein wird, weiß Gott allein. Doch dass wir immer und allezeit in seiner Hand geborgen sein werden, dessen dürfen wir sicher sein und das ist ein ganz großer und unumstößlicher Grund für Dankbarkeit.

Lobe den Herrn meine Seele und vergiss nicht, was er Dir Gutes getan hat! Einmal am Tag einen Augenblick der Dankbarkeit – es wird Ihnen gut tun, versprochen!