

Wann war ich eigentlich zuletzt dankbar?

S

Sind wir doch mal ehrlich: So ein richtiges Dankeschön mit Geschenk und altem Drum und Dran zu bekommen, darüber freut sich jeder! Mit Dankbarkeit drücken Menschen schon immer ihre Anerkennung für die verschiedensten Dinge aus: Dank für die Hilfe beim Umzug, Dank für die Vertretung im Job oder einfach nur ein Danke für das Dasein einer geliebten Person, die man nicht missen möchte. Dankbar kann man jedoch nicht nur anderen Menschen gegenüber, sondern auch für Zustände sein: Man kann Dankbarkeit für seine Gesundheit, für eine bestandene Prüfung oder für das Leben an sich empfinden. Es ist dabei psychologisch bewiesen, dass das Gefühl von Dank-

barkeit sich positiv auf den Selbstwert und die Lebensqualität auswirken. So gesehen also eine Win-win-Situation für alle Beteiligten!

Es verwundert daher nicht, dass auch Religionen das Phänomen des Dankes für sich aufgegriffen haben. Bereits in biblischen Erzählungen drücken Menschen Dankbarkeit gegenüber Jesus aus, weil sie etwas Positives mit ihm erfahren haben oder etwas von ihm erhofften. Dankbarkeit gegenüber Gott und dem Nächsten ist eine Grundhaltung, die sich durch die gesamte christliche wie auch jüdische Spiritualität und liturgischen Feste zieht. Somit begeht die Schweiz am 20. September den eidgenössischen Dank- Buss- und Betttag. Denn: Nebst der Anerkennung verweist die Dankbarkeit im religiösen Kontext auf eine gewisse Unverfügbarkeit von bestimmten Dingen. Nicht alles, was der Mensch zum Leben hat, ist selbstverständlich. Warum

nicht also den Dank-, Buss- und Betttag nutzen, um konkret in der Schweiz für das dankbar zu sein, wovon die Menschen profitieren? Lebensmittel, Stromversorgung, Sicherheit, medizinische Grundversorgung, Bildung, Demokratie und Menschenrechte. Dabei kann

«

Aber wenn es dann doch fehlt, dann fällt es auf.

»

man auch ruhig mal gezielt auf das achten, was sonst schlicht einfach hingenommen wird.

Für uns mag vieles selbstverständlich sein. Wer empfindet schon Dank, wenn Wasser aus dem Wasserhahn kommt, die Lampe angeht oder man



zur Schule oder Uni gehen kann? Aber wenn es dann doch fehlt, dann fällt es auf. Und immerhin gibt es in der Schweiz Menschen denen nicht nur der Wasserhahn klemmt, sondern die mit ihren Nöten völlig alleingelassen sind. Also: Nicht bei Dankbarkeit stehen bleiben, sondern sie auch als Kraft und Motivation nutzen, denen Hilfe anzubieten, die sie benötigen.

So gesehen hat jeder und jede die Möglichkeit, selbst zum Dankbarkeitsgrund für sein Umfeld zu werden. Und wer weiss: Vielleicht gibt es nebst der Anerkennung nächste Mal auch kleine Aufmerksamkeit?

NIKLAS REYPKA studierte an der Theologischen Hochschule Chur Katholische Theologie. Seit August 2025 arbeitet er als Assistenz am Lehrstuhl für Pastoraltheologie und Homiletik, an dem er auch gleichzeitig das Lizenziat/Doktorat absolviert.