

DIE FRÜCHTE DER DANKBARKEIT GENIEßEN

Predigt zum 27. Sonntag im Jahreskreis LJ A – Erntedank

Liebe Schwestern und Brüder,

„Die Dankbarkeit ist eine der heiligsten Tugenden; wer Dir Gutes getan hat, den ehre! Danke ihm nicht nur mit Worten, die ihm die Wärme Deiner Erkenntlichkeit zeigen, sondern suche auch jede Gelegenheit auf, wo Du ihm wieder dienen und nützlich werden kannst. Fehlt Dir aber dazu die Veranlassung, so entfalte ihm wenigstens durch ein unterscheidend liebe reiches äußeres Betragen Dein dankbares Herz.“

So schreibt Adolph Freiherr von Knigge in seinem Büchlein «Über den Umgang mit Menschen» im Kapitel „Über die Verhältnisse unter Wohltätern und denen, welche Wohltaten empfangen...“¹

Ist Dankbarkeit also in erster Linie eine Frage der Höflichkeit und des guten Benehmens? Das wäre deutlich zu kurz gegriffen. Schon aus psychologischer Sicht geht es um mehr. Denn Dankbarkeit wirkt sich nachweislich positiv auf die psychische Verfassung aus. Sie kann die Stimmung heben, die Lebenszufriedenheit steigern und die psychische Resilienz, also Widerstandsfähigkeit, stärken. Ein dankbarer Mensch sieht nicht nur das, was ihm fehlt, was ihm misslingt oder was ihn bedroht, sondern nimmt bewusster wahr, was bereits da ist und als gut erfahren wird. Das bedeutet nicht, Negatives zu verdrängen. Dankbarkeit ergänzt vielmehr die Wahrnehmung: Es gibt Belastendes – und zugleich gibt es Gutes.

Dankbarkeit kann sich sogar körperlich auswirken: Sie kann das Stresserleben vermindern und das allgemeine Wohlbefinden fördern. Das sind schon einige gute Gründe dafür, dankbar zu sein.

Spirituell geht Dankbarkeit jedoch noch einen entscheidenden Schritt weiter. Aus gläubiger Sicht lautet die Frage nicht nur: «Wofür bin ich dankbar?», sondern vor allem: «Wem verdanke ich mich?» Dahinter steht die Einsicht: Vieles Wesentliche in meinem Leben habe ich nicht selbst geschaffen. Ich habe es empfangen. Das gilt zunächst für das Leben selbst, das ich mir nicht selbst gegeben habe. Das gilt für Menschen, die für mich gesorgt haben und die mich auf verschiedene Weise begleiten. Es gilt für meine Begabungen und wertvolle Erfahrungen. Es gilt vor allem für die Liebe, die andere und vor allem Gott mir Tag für Tag geschenkt haben und immer wieder schenken. Dieses Bewusstsein kann mich entlasten: von Leistungsdruck, vom Zwang ständiger Selbstbehauptung und Selbstoptimierung.

Die bisherigen Gedanken können wir so zusammenfassen:

Psychologisch verändert Dankbarkeit den Blick auf das Leben:

Ich entdecke neben dem Fehlenden auch das Gute, das schon da ist.

Spirituell verändert Dankbarkeit das Verhältnis zum Leben:

Ich entdecke, dass ich mich und vieles Wesentliche nicht mir selbst verdanke – sondern meinen Mitmenschen und vor allem Gott.

Schauen wir auf diesem Hintergrund nun auf die heutigen Schriftlesungen².

Paulus bringt das bisher Gesagte auf seine Weise zum Ausdruck: *„Sorgt euch um nichts, sondern bringt in jeder Lage betend und flehend eure Bitten mit Dank vor Gott! Und der Friede Gottes, der alles Verstehen übersteigt, wird eure Herzen und eure Gedanken in Christus Jesus bewahren.“*

«Vielen Dank im Voraus» sagen oder schreiben wir gelegentlich, wenn wir andere um etwas bitten. Da schwingt manchmal auch ein leiser Druck mit: Wenn ich mich schon mal bedanke, kann mir meine Bitte nicht so leicht abgeschlagen werden. Wenn Paulus die Menschen in Philippi auffordert, ihre *Bitten mit Dank vor Gott* zu bringen, geht es um etwas anderes. In der Bergpredigt sagt Jesus: *„Euer Vater weiß, was ihr braucht, noch ehe ihr ihn bittet.“* (Mt 6,8)

¹ Adolph Freiherr von Knigge: Über den Umgang mit Menschen. Frankfurt a.M. 1977, Seite 242

² Lesung: Phil 4,6-9; Evangelium: Mt 15,32-38

Wir dürfen darauf vertrauen, dass Gott „gemäß der Macht, die in uns wirkt, unendlich viel mehr tun kann, als wir erbitten oder erdenken.“ (Eph 3,20). Darum können wir uns ihm mit all unseren Anliegen und Nöten anvertrauen – und schon im Bitten dankbar darauf vertrauen, dass wir bei ihm aufgehoben sind. Wir brauchen unsere Sorgen nicht festzuhalten. Wir können sie auf Gott werfen, denn er kümmert sich um uns – wie es uns im 1. Petrusbrief zugesagt ist (vgl. 1 Petr 5,7).

Ein Beispiel dafür gibt uns Jesus im heutigen Evangelium. Er sorgt sich um die Menschen, die ihm schon tagelang zuhören. Vor lauter Hunger könnten sie auf dem Heimweg zusammenbrechen. Die Jünger sehen nur ihre Grenzen. Wo sollen sie in dieser Wüste Brot für so viele Menschen hernehmen? Jesus sieht und nimmt das Wenige, das immerhin da ist – und er bringt es vertrauensvoll mit Dank vor Gott. Dann bricht er die Brote und gibt sie den Jüngern zum Austeilen.

Hier entsteht – so beschreibt es Matthäus – eine interessante Bewegung:
Empfangen → danken → teilen → Fülle erfahren.

Dankbarkeit ermutigt zum Teilen. Das Empfangene wird als Gabe wahrgenommen. Das schenkt innere Freiheit und die Bereitschaft, davon weiterzugegeben. Vor genau 50 Jahren hat Wilhelm Wilms gedichtet: „*Wir teilen, was wir haben, wir bringen unsre Gaben. Wenn jeder gibt was er hat, dann werden alle satt...*“ Vielleicht erinnern sich einige noch an dieses Lied, das die Erzählung von der Brotvermehrung aufgreift und in unsere Zeit übersetzt. So kann aus Dankbarkeit Fülle entstehen – eine Fülle, die zum Leben für viele wird.

Ein eindrucksvolles Bild dafür sind die vielen Erntegaben, die hier aus Ihren Spenden vor unserem Altar zusammengetragen sind. Ich werde sie nachher segnen mit der Bitte, dass vor allem die *Menschen* gesegnet seien, die diese Lebensmittel ab morgen über den Binger Brotkorb erhalten werden.

Schwestern und Brüder, wir feiern Erntedank, und wir tun es im Rahmen der Eucharistie. Das Wort kommt aus der griechischen Sprache. *Eu* heißt ‚gut‘, *charis* ‚Geschenk‘. Das dazugehörige Verb bedeutet: sich dankend verhalten, weil man reich beschenkt wurde. Jede heilige Messe erinnert uns daran, dass wir von Gott reich beschenkt sind, dass wir uns ganz und gar ihm verdanken. Daraus folgt nicht zuerst irgendeine Dankespflicht. Im Gegenteil: Es ist die Einladung, unnötige Anspannungen und Leistungsdruck loszulassen. Wir können und sollen im Rahmen unserer Möglichkeiten *für* unser Leben, unseren Lebensunterhalt sorgen, wir brauchen uns aber nicht ständig *um* unser Leben sorgen. Das ist ein großer Unterschied, der sich entscheidend auf unser Lebensgefühl auswirken kann. Wer sich in der Liebe Gottes angenommen und geborgen weiß, kann sich ihm dankbar gerade in großen Sorgen und Herausforderungen überlassen. Dann müssen wir die Last unserer Sorgen nicht mehr allein auf unseren Schultern tragen. Kurz und knapp auf den Punkt gebracht: Sorge dich nicht – lebe!

Daraus erwächst auch die innere Freiheit, die anderen nicht aus dem Blick zu verlieren. Wer nicht ständig um seine eigenen Sorgen kreist, kann ohne Angst um sich selbst für andere sorgen – kann Güter, Zeit und vor allem Liebe mit anderen teilen. So können wir geschwisterlich füreinander eintreten. Auch das ist eine wertvolle Frucht der Dankbarkeit.

Damit sind wir am Ende wieder bei Knigge angekommen – und zugleich weit über ihn hinausgegangen: Dankbarkeit erschöpft sich schon bei ihm nicht nur in Worten. Wer sich selbst als beschenkt erfährt, gewinnt gerade im Vertrauen auf Gott die Freiheit, auch für andere zum Geschenk zu werden.

Ich lade Sie ein, sich heute oder in den kommenden Tagen einmal bewusst zu machen, wofür Sie im Blick auf Ihr Leben gerade besonders dankbar sind – und welche aktuelle Sorge um sich oder andere Sie gut auf Gott hin loslassen können.