

12. Oktober 2025

## 28. Sonntag im Jahreskreis

1. L 2 Kön 5,14–17; 2. L 2 Tim 2,8–13; Ev Lk 17,11–19 (Lekt. III/C, 374)

---

### Sonntagsgedanken

*Wir haben viele Gründe zu danken und dankbar zu sein. Eine Dankbare Haltung verändert unsere Einstellung zum Leben. Dankbarkeit ist ein Lebenselixier, lässt Traurigkeit überwinden, bringt Sonne und Wärme in unser Gemüt.*

Dankbar zurückschauen

Wenn wir auf das Leben zurückschauen, merken wir, dass wir mehr Grund zu danken als zu bitten haben. Mein verstorbener Vater hat in seinem Testament geschrieben: „Gott ist der Geber aller guten Gaben. Wir haben nichts, was wir nicht empfangen haben.“ Aus diesem Grund ist „Dankbarkeit die Mutter aller Tugenden“ (Cicero).

Einsicht macht dankbar. Wer denkt, der dankt. Nicht das Glück, sondern die Dankbarkeit ist die Quelle wahrer Lebensfreude. Dank ist ein Lebenselixier. Wissenschaftliche Untersuchungen haben nachgewiesen, dass unser Hormonsystem positiv auf die Haltung der Dankbarkeit reagiert. Eine Frau hat mir erzählt, dass für sie die Dankbarkeit ein Anker ist, der ihr hilft über schlechte Zeiten hinwegzukommen. Positives Denken und Dankbarkeit verändern unser Leben. Ich kann mich noch sehr gut an eine Stunde in der Volksschule erinnern. Der Lehrer fragte uns: „Wie viele Personen haben für uns gearbeitet, damit die Mama das Frühstück auf den Tisch stellen konnte?“ Da mussten der Bäcker, der Bauer, der Fleischer, der Händler und viele andere am Werk sein. Da kommt Dankbarkeit auf.

Damit Dankbarkeit wächst, müssen wir unseren Blick für die Realität öffnen: Kein Mensch kann alles und hat alles. „Jeder ist für den anderen geboren“, sagt ein afrikanisches Sprichwort. Es ist auch so, dass kein Mensch für sich stirbt (Röm 14,7). Der dänische Philosoph

Kierkegaard sagt daher: „Es lohnt sich erst dann zu leben, wenn man eine Idee hat, für die es sich lohnt zu sterben“. Ich bin reich, wenn ich all die Dinge zähle, die ich für Geld nicht kaufen kann. Zum Beispiel Liebe und Wohlwollen, Hingabe und Eifer, Ausdauer und Fleiß, Gelassenheit und Geduld.

Dank und Liebe hören niemals auf

Das irdische und das ewige Leben kann der Mensch sich nicht selbst geben. Das Wichtigste gibt es nicht um Geld. Wenn wir jeden Tag in unser Tagebuch das Gute aufschreiben, das wir erlebt haben, haben wir immer Grund zum Danken. Dann wird die Geschichte unseres Lebens eine Sammlung schöner Erlebnisse, Eindrücke und Freundschaften sein.

Wenn es einmal im Leben kriselt, Undankbarkeit aufkommt, dann denken wir daran: die besten Ärzte der Welt sind Dr. Ruhe, Dr. Humor und Dr. Fröhlich oder Frau Dr. Musica. Aber der Arzt aller Ärzte ist Gott selbst. Er ist der Geber alles Guten. Er schenkt uns so viele Feste: Weihnachten, Ostern, Pfingsten und viele andere. Der Benediktinermönch David Steidl-Rast sagt. „Wäre das Wort „Danke“, das einzige Gebet, das du je sprichst, so würde es genügen“. Für mich ist Dankbarkeit ein Lebenselixier, lässt Traurigkeit überwinden, bringt Sonne und Wärme in unser Gemüt.