

## **86 400 Sekunden Dankbar-Sein**

Gott hat dir heute 86.400 Sekunden geschenkt. Wie viele davon hast du verwendet, um Danke zu sagen? – So ähnlich hat William Ward gefragt, ein Historiker aus dem 19. Jahrhundert.

Auf den Satz bin ich an einem Tag mit vollem Kalender gestoßen. Ständig klingelt das Telefon. Für das Danken war keine Zeit. So kam mir das vor.

Die Frage hat meinen Alltag unterbrochen: Wie viele Sekunden habe ich gedankt heute? Ich habe nachgedacht: Wofür bin ich eigentlich dankbar – jetzt in diesem Moment? – Für die Tasse Milchkaffee, die mir Kraft gibt. Für meine Frau, die am Schreibtisch gegenüber sitzt und mir ein unglaubliches Lächeln schenkt. Für die Sonne, die gerade zwischen den Wolken hervorbricht und helle Strahlen in mein Büro schickt.

Vielleicht kann man das so sagen: Wenn ich danke, dann *denke* ich – An Menschen. Wem ich begegne. Was ich erlebe. Wenn ich denke und danke, unterbreche ich meinen Alltag.

Es tut mir gut, wenn ich dem nachspüre, wofür ich dankbar bin. Dann danke ich zugleich auch Gott. Denn Gott hat mich in alle diese Momente hineingeführt.

In der Bibel sagt einer: „Dankt Gott, dem Vater, immer und für alles im Namen von Jesus Christus, unserem Herrn.“ (Eph. 5,20)

Dankbar-Sein bedeutet den Alltag zu unterbrechen. Das kann die Sekunde sein, in der ich einen Satz aus der Bibel lese. Das kann der Moment sein, in dem ich ein „Danke“ sage oder höre. Das kann die Sekunde sein, in der ich „Gott sei Dank!“ seufze. Jeden Tag habe ich 86.400 Sekunden Zeit, um dankbar zu sein.

*Pfarrer Guido Hepke, Evangelische Kirchengemeinde Weilburg*