

Drei Sachen zum Loben?

Wenn wir unsere Kinder abends ins Bett bringen, fragen wir sie seit Jahren immer das Gleiche: «Wofür möchtest du heute Danke sagen , findest du wohl drei Dinge?» Und jeden Abend geht ein Suchen los oder auch ein Abwehren: «Nein, ich weiss nichts. Heute war ein ganz blöder Tag! Es war doof in der Schule, der Andi hat mich gehauen, in der Klavierstunde konnte ich das Stück nicht gut spielen» usw. usf. Aber wir gehen nicht weg, bis wenigstens ein kleines Lob oder ein kleiner Dank über die Lippen der Kinder gekommen sind: das gute Essen, das tolle Wetter, das Spielen mit einer Kameradin, die spannende Stelle im Buch, das kleine Mitbringsel vom Grosi, das weiche Fell unseres Katers ...

Danken oder Loben sind gar nicht so einfach

Ich habe diese «Übung» damals für mich und für die Kinder begonnen, weil ich realisiert habe, dass Kritik, manchmal auch Jammern und Nörgeln so ungemein schnell über die Lippen kommen. Mir kommt es manchmal so vor, als ob wir die Kultur des ewigen Kritisierens überaus stark pflegen. Das Sensorium für das, was nicht klappt, ist riesengross. Das Gespür für die Schwachstellen der Strukturen und der Mitmenschen ist hochgradig ausgebildet – wie ein Seismograph werden die Unglücksquellen und die Schmerzpunkte geortet, aufgezeichnet und weitergesagt.

Für eine Kultur des Lobes

Das heisst natürlich nicht, dass berechtigte Kritik nicht sein darf, sogar sein muss und wir naiv und blauäugig lächelnd und lobend durch die Welt gehen müssten!

Das hat auch die deutsche Theologin Dorothee Sölle nicht gemeint, wenn sie in einem Gedicht schreibt:

«Jetzt habe ich mir vorgenommen
jeden tag drei sachen zum loben zu finden
Dies ist eine geistlich-politische übung
von hohem gebrauchswert
Sie verbindet mich
mit den müttern und vätern des glaubens
desselben kontraktes
sie lehren mich sehen
auszumachen was alles sehr gut ist ...»

Neben alldem, was im Leben schmerzt, neben all den Verletzungen und Wunden, soll auch die Waagschale des Lobes und des Danks gefüllt werden – jeden Tag neu! Der Dank für das Geschenk des Lebens, die Menschen, die mich gern haben, an mich denken oder mich besuchen, die Gabe des Träumens und überhaupt die vielen Gaben, die man hat ...

Im Buch der Psalmen

Im grossen Gebetbuch der Menschheit, dem Buch der Psalmen, heisst das so:

«Lobe Gott, meine Seele, und alles in mir seinen heiligen Namen! Lobe Gott, meine Seele, und vergiss nicht, was er dir Gutes getan hat ...» (aus dem Psalm 103)

Monika Hungerbühler