

## **Erntedank 2019 AD in Bargum/Högel**

Neulich habe ich einen Bericht gelesen von jemanden, der unter Burnout oder einer Art Überlastungs-Syndrom gelitten hat. Und was ihn mit aus dieser Überlastung oder diesem Burnout herausgeführt hat, ist die Dankbarkeit. Während seiner Zwangspause ist er dem Danken auf die Spur gekommen und hat sich immer mehr mit den Dingen in seinem Leben befasst, für die er reichlich Grund zum Danken hat. Und je mehr von diesem Dank und dieser Dankbarkeit in sein Leben hineingeströmt ist, umso mehr hat sich seine Verzweiflung, seine Überlastung, sein Burnout zurückgezogen. Was wir hier heute gemeinsam machen, Erntedank feiern, Gott für die Ernte, für alle seine guten Gaben, für all unser Essen und Trinken zu danken, das festigt also unsere Beziehung zu Gott und baut unsere Seele auf, hält uns innerlich gesund auf vielerlei Weise.

Mystiker sind seit einigen Jahren ja ein großer Mode, und so hat vielleicht der eine oder andere von Ihnen schon einmal den Namen Meister Eckhart gehört. Er lebte um das Jahr 1300, war einer der größten Gelehrten seiner Zeit und gilt als einer der größten christlichen Mystiker aller Zeiten. Er schrieb einmal: „Wenn das einzige Gebet, das Du in Deinem ganzen Leben sagst ‚Danke‘ ist, wäre dieses genug.“ Und Gelehrte aus unserer Zeit, so genannte Glücksforscher – denn die Glücksforschung ist interessanterweise sogar ein Teil der Wissenschaft geworden – haben in Versuchsreihen herausgefunden, dass bestimmte Versuchsteilnehmer nach drei Wochen erhöhte Glückswerte und verminderte Symptome von Depressionen und Traurigkeit hatten. Was hatten diese Versuchsteilnehmer anders gemacht als die anderen? Sie hatten über einen Zeitraum von drei Wochen drei Dankesbriefe geschrieben. Und dieses Dankesbriefschreiben hatte ihre Wahrnehmung auf

all die guten Dinge, all den Segen, all das Frohe und Helle in ihrem Leben gelenkt und sie auf diese Weise innerlich gestärkt und aufgebaut.

Warum nur ist die Dankbarkeit so stark und so mächtig? Ich glaube, dass Danken hilft und wirkt in zwei Richtungen. Zum einen bekämpft sie eben Trauer und Verzweiflung, zum anderen Hochmut und Arroganz. Und beides, Trauer und Verzweiflung sowie Hochmut und Arroganz, sind Gift für die Seele. Dem reiche Kornbauer, von dem wir im Evangelium gehört haben, ist all sein Erfolg zu Kopf gestiegen. Vor lauter Korn, vor lauter sprichwörtlichen Dollarzeichen in den Augen läuft er in die Falle von Hochmut und Arroganz, indem er alles nur noch größer und gewaltiger haben will. Was ihm aber abgeht, ist das Danken. In all seinem großen Erfolg, kein einziges Wort, noch nicht einmal ein Gedanke des Dankes an seinen Schöpfer, aus dessen Hand ihm das alles zugeflossen ist. Und darum ist sein Leben trotz prall gefüllter Scheunen, trotz allen Erfolges, letztlich arm und einsam, und auf eine Weise hat er seine Seele schon verloren, bevor sie in dieser Nacht von ihm gefordert wird, als er stirbt.

Ein Wort des Dankes, ein Dankgebet hätte ihn aus seinem Hochmut und seiner Arroganz heruntergerissen, hätte ihm wieder vor Augen geführt, dass all seine großartige Ernte ein Geschenk ist, ein Geschenk aus Gottes großzügiger Hand an ihn. Das von Meister Eckhart angeratene Gebet „Danke, lieber himmlischer Vater“ hätte ihn auf heilsame Weise von seinem hohen Ross heruntergeholt.

Das Erstaunliche ist: Danken kann herunterholen, aber auch heraufholen, kann uns heraufholen und hochziehen, wenn wir traurig und niedergeschlagen sind. Wenn wir niedergeschlagen und traurig sind, und meinen, alles ist gegen uns und nichts glückt, nichts gelingt, nichts ist so, wie es sein sollte, wenn wir dann unsere Augen über unser Leben wandern lassen und nach

Dingen Ausschau halten, für die wir danken können, dann baut uns das wieder auf. Dann sehen wir auf einmal nicht nur die Düsternis, sondern auch das Licht. Nicht umsonst hatten die Dankesbriefschreiber höhere Level von Glück und niedrigere Level von Traurigkeit als die, die nicht gedankt haben. Oder, wie jemand mir einmal nach dem Gottesdienst an der Kirchentür sagte nach einem Gottesdienst, in dem es auch um Danken und Loben gegangen war: „Loben zieht nach oben.“

Wie viel Lebensweisheit steckt also in unseren Versen aus dem 1. Timotheusbrief, die wir vorhin gehört haben: *„Alle Speisen sollen sie verzehren und dafür Dank sagen. Denn alles, was Gott geschaffen hat, ist gut, und nichts hat er verworfen. Wir müssen es nur mit Dankbarkeit von ihm entgegennehmen. Durch Gottes Wort und durch unsere Fürbitte wird es nämlich zu etwas Heiligem.“* (1. Tim 4: 4-5)

Durch das Danken für jede Mahlzeit verändern wir sie und machen sie zu etwas Heiligem, wie der Timotheusbrief sagt. Denn dann verwandelt sich jede Mahlzeit, jedes Brot, jede Milch aus etwas, auf das wir ein Anrecht haben und das uns zusteht, in ein wundervolles Geschenk aus Gottes Hand, in einen Fingerzeig auf seine Liebe an uns. Das Danken füllt unser Herz mit Staunen und festigt unsere Beziehung zu unserem Schöpfer.

Was Meister Eckhart sagt, hört sich so einfach an, dass wir letztlich nur ein einziges Gebet brauchen, nämlich „Danke, himmlischer Vater“, aber es tatsächlich zu leben und in die Tat umzusetzen fällt den meisten von uns viel schwerer. Aber wie schön ist und voller Segen ist es, tatsächlich jede Mahlzeit mit einem Dankgebet anzufangen. Und leider machen das immer weniger, weil es irgendwie peinlich ist. Aber eigentlich ist es viel peinlicher, es nicht zu tun, ist es viel peinlicher, alles wie der reiche Kornbauer undankbar

anzunehmen und einfach loszuschaukeln, ohne vorher ein Dankgebet loszuschicken. Und egal ob wir Bauern sind oder nicht, wie angemessen wär es, wenn wir uns immer wieder die Zeit nehmen, vor den Koppeln, egal, ob abgeerntet im Herbst oder mit den ersten Ähren im Frühjahr, einen kurzen Moment anzuhalten und ein Dankgebet dafür zu sprechen; wenn wir einen Tankwagen der Meierei voller Milch sehen, anzuhalten und ein Dankgebet für die Milch sagen; wenn wir zum Bäcker gehen, auf den Metern zwischen Autotür und der Tür zur Bäckerei ein Dankgebet für das tägliche Brot und die 15 Brötchensorten zu sprechen.

Ich weiß nicht, ob da etwas gegen spricht, aber es spricht in meinen Augen viel dafür. Denn Loben zieht nach oben, Danken reißt uns heraus aus Arroganz und Hochmut, holt uns herauf aus Trauer und Niedergeschlagenheit, verzaubert unseren Alltag und öffnet uns die Augen und Herzen für die vielen Wunder und Geschenke, die uns aus Gottes Hand zufließen – und das an so alltäglichen Plätzen wie dem Kuhstall oder Fleischtheke, dem Gartenbeet und dem Kühlschrank, dem Esstisch und der Backstube.

Und wie heilsam für unsere Seele am Ende des Tages, wenn unser Kopf aufs Kopfkissen sackt und wir zur Ruhe kommen, ein letztes Dankgebet des Tages zu sprechen, in dem wir die guten Dinge des Tages Revue passieren lassen und Gott dafür danken und auf dieser positiven Note mit unserem Schöpfer und Erlöser den Tag beschließen. Dann fällt auch in die düstere Nacht etwas vom göttlichen Licht und wir legen uns besser schlafen als der reiche Kornbauer.

Wenn wir noch mehr Gebete kennen als das einfache „Danke“, dann ist es gut, sogar ausgezeichnet. Aber ein Tag ohne Dankgebet ist letztlich ein verlorenener – und das nicht nur zu Erntedank. AMEN