

The background of the entire page is a repeating pattern of stylized, light gray floral motifs. These motifs consist of central circular elements surrounded by multiple layers of pointed, leaf-like shapes, creating a sunburst or mandala effect. The pattern is dense and covers the entire surface.

# 77mal Dankbarkeit

Weil das Leben kostbar ist



Rainer  
Haak



# 1. Wie damals

## Besuch von meiner Tante

Zum ersten Mal seit langer Zeit stand ich wieder vor der alten Kastanie hinter dem Gutshaus. Sofort dachte ich an Sophie, mit der ich hier vor gefühlten 100 Jahren die glänzenden, braunen Früchte gesammelt habe. Am liebsten hatte ich die grünen Stachelverpackungen, denn in ihnen blieben sie länger glänzend als die »unverpackten«.

Sophie war meine Lieblingstante, und sie war sich nie zu fein gewesen, mit mir Kastanien, Eicheln, Bucheckern und Tannenzapfen zu sammeln oder über Zäune und Hecken zu klettern. Schon lange vorher hatte ich mich auf ihre Besuche gefreut. Diese Vorfreude spürte ich hier an der alten Kastanie fast so wie damals. Es war noch alles da. Leise summt ich »unser« Herbstlied, das uns auf den Expeditionen in die Wildnis hinter unserem Dorf begleitet hatte.

## Das Haus des Freundes

Zufällig kam ich wieder einmal an dem Haus vorbei. Dort hatte er bis vor ein paar Jahren gewohnt. Ich hielt an. Es war natürlich ein wenig älter geworden, auch wenn man ihm das kaum ansah. Der Zaun war frisch gestrichen, die Pforte war neu. Wie oft hatte ich ihn



hier besucht! Und durch diese Besuche war es für mich zu einem besonderen Haus geworden. Wie ein Hund, der mich kennt, begeistert mit dem Schwanz wedelt, schien auch das Haus mich freudig zu begrüßen. Irgendwie war es auch »mein« Haus geworden.

#### Wie bei meiner Großmutter

Wir saßen um einen großen Tisch. Die Teller und Gläser standen bereit. Die Kartoffeln und das Gemüse ebenfalls. Da brachte die Frau des Hauses einen großen Topf mit Fleisch herein. Es duftete nach früher. Als die Roulade auf meinem Teller lag, strahlte ich, auch so wie früher. Ich sah meine Großmutter, wie sie mit ihrer gestreiften Schürze aus der Küche kam und mich fragte: »Na, schmeckt es dir?« Und ich nickte nur mehrmals, weil ich den Mund voll hatte.

Ich stand ergriffen auf. »Ihre Rouladen sind wunderbar. Genauso wunderbar wie damals bei meiner Großmutter.«

#### Der begeisterte Sänger

Ich war zu einem Konzert in der kleinen Kirche eingeladen. Ein junger Mann trat aus dem Chor heraus und sang ein schlichtes, schönes Lied. Ich habe es sofort wiedererkannt. Es war das Lieblingslied unseres Nachbarn. Er hat es im Haus gesungen, im Garten und auch



einmal in der Kirche. Seine Frau war dann immer ganz stolz. Einmal blickte sie zu mir und fragte strahlend: »Singt er nicht genauso schön wie Caruso?« Ich nickte, obwohl ich keine Ahnung hatte, wer oder was Caruso war.

Manchmal sehe ich plötzlich wunderbare Menschen vor mir, obwohl sie längst nicht mehr unter uns sind. Ein alter Baum, ein Haus, ein Essen, ein Lied, ich schliesse die Augen und spüre eine tiefe Dankbarkeit dafür, dass ich diesen Menschen damals begegnen durfte.



## 2. Freude am Abenteuer

**E**in bisschen mulmig war mir schon zumute, als wir im März auf dem Gelände des Abenteuerlagers in Schweden ankamen. Wir waren etwa 15 Männer und stapften schweigend durch den Schnee zu der alten, rot gestrichenen Holzhütte, mitten in der Wildnis. Der See, der im Sommer oft blau durch die Büsche leuchtete, lag erstarrt da wie unter einer weißen Decke.

Wir hatten uns vorgenommen, in der nächsten Woche den Wald zu durchforsten und – unser wichtigstes Ziel – Bäume zu fällen. Ein Fachmann stand uns zur Seite, damit wir auch alles richtig machten und nicht in Gefahr gerieten.

Die meisten von uns hatten keine Erfahrung mit Waldarbeit. Aber wir waren bereit zu lernen. Und wir freuten uns auf ein Abenteuer der besonderen Art.

Um die Sache noch etwas schwerer zu machen, hatten wir uns gegen Motorsägen entschieden. Wir hatten Werkzeug dabei, wie es auch vor hundert Jahren verwendet wurde. Mit Axt und Säge fühlten wir uns gleich wie echte Kerle. Im Haus gab es kein fließendes Wasser. Draußen entdeckten wir Elch- und Rehspuren. Ich fühlte mich wie ein Abenteurer aus einem der Bücher von Jack London.



Die nächsten Tage verbrachten wir überwiegend im Wald. Wir lernten, wie man die Axt richtig ansetzt, die Fallrichtung des Baumes erkennt und wie man mit der Säge arbeitet. Schon bald begannen unsere Hände und unsere Rücken zu schmerzen. Aber wir ließen uns nichts anmerken.

Auch das Mittagessen fand draußen statt. Da standen wir wie echte Baumfäller oder wie Ranger in Kanada lässig im Schnee und freuten uns über den heißen Eintopf.

Jeden Abend saßen wir gemeinsam in der Hütte, tauschten uns über den Tag aus und erzählten uns von den großen und kleinen Abenteuern, die wir als Kinder erlebt hatten, draußen am Fluss oder im Park. Und wir redeten über unser erwachsenes Leben als Polizist, Verkäufer oder Lehrer. Bei uns allen war der Jugendtraum vom großen Abenteuer immer noch lebendig.

Jeden Morgen zogen wir durch den Schnee hinunter an den See zur alten Fischerhütte. Das war eigentlich nur ein Unterstand, der zum See hin offen war und der sicher auch schon vor hundert Jahren genutzt wurde. Dort sangen wir ein Lied. Jemand sprach ein Gebet. Meistens schwiegen wir. Wir schauten zu, wie die Sonne langsam aufging. Unser Atem wurde zu kleinen Wolken, die sich vor die Sonne legten. Wir staunten und waren glücklich.



Wie gut, dass es in meinem Leben immer wieder die Möglichkeit gibt, zum Abenteuerer zu werden. Auch wenn ich seit den Tagen in Schweden nie wieder Bäume gefällt habe. Aber ich freue mich auf neue Herausforderungen, auf Überraschungen und glückliches Staunen. Danke für meine Abenteuerfreude.







### 3. So lebendig

Seit ein paar Monaten wohnte Waltraut in einem komfortablen Seniorenheim. Es lag sehr idyllisch weit außerhalb der Stadt. Waltraut genoss die Ruhe und den Frieden dort. Die nächste Ortschaft und die nächste größere Straße waren weit genug entfernt. Wenn Waltraut Besuch bekam, waren stets alle von ihrem neuen Zuhause begeistert und gratulierten ihr zu ihrer Wahl: »Diese Stille! Du hast es wirklich gut getroffen!« oder »Meine Liebe, wie ich dich um die Ruhe hier beneide! Das ist ja wie im Paradies!«

Zum Glück war Waltraut noch recht mobil und unternehmungslustig. Eines Tages machte sie sich auf den Weg zu einer alten Freundin, die mitten in der Stadt wohnte. Dort ganz in der Nähe hatte Waltraut früher selbst gelebt.

Die Freundin hatte den Tisch schön gedeckt und war sehr aufgeregt, Waltraut wiederzusehen. »Wie ich mich über deinen Besuch freue! Schön, dass du den Weg von deinem neuen Paradies hier zu mir in die laute Stadt gefunden hast!«

Bei einem guten Kaffee und dem Traum von einem Apfelkuchen tauschten die beiden bald alte Erinnerungen aus. Schließlich bat Waltraut die Freundin: »Jetzt erzähl mir doch, wie es dir geht und was du so machst!«



Die Miene der Freundin verfinsterte sich. »Na, wie soll es mir schon gehen? Weshalb habe ich wohl das Fenster geschlossen? Was meinst du, was für ein Lärm draußen auf der Straße herrscht? Du hättest mal heute Morgen hier sein müssen. Wenn die Kinder zur Schule gehen, ist ihr Geschrei kaum auszuhalten. Und hörst du das Klavier von nebenan?«

Waltraut lauschte. »O ja, jetzt höre ich es auch. Wie wunderbar!«

»Wunderbar? So geht es manchmal eine halbe Stunde oder länger. Immer wieder dieselbe Stelle und derselbe falsche Ton. Das ist nicht auszuhalten!«

In diesem Moment klingelte es an der Wohnungstür. Die Freundin entschuldigte sich, ging in den Flur und öffnete die Tür. »Herzlichen Dank, dass Sie das Paket für mich angenommen haben. Ich muss gleich wieder rüber zu meiner Kleinen.«

Die Freundin kam entnervt zurück. »Jetzt hast du es selbst erlebt. So geht das den ganzen Tag. Immer ist hier irgendetwas los. Du hast bestimmt schon wieder Sehnsucht nach deinem Paradies.« Plötzlich stutzte sie. »Ist etwas mit dir? Waltraut, was hast du?«

Waltraut hatte Tränen in den Augen. Sie musste mehrmals kräftig schlucken, bevor sie etwas sagen konnte. »Oh, wie ich das vermisst habe, das Leben! Das wunderbare, lebendige und völlig verrückte Leben!«



## 4. Ein dankbares Herz

*Wenn du das bekommst,  
was du brauchst –  
nimm es mit dankbarem Herzen.*

*Wenn du das erreichst,  
wonach du strebst –  
tu es mit dankbarem Herzen.*

*Wenn du das findest,  
wonach du suchst –  
freu dich mit dankbarem Herzen.*



*Wenn du mehr bekommst,  
als du brauchst –  
nimm es mit dankbarem Herzen.*

*Wenn du mehr erreichst,  
als du erreichen wolltest –  
tu es mit dankbarem Herzen.*

*Wenn du mehr findest,  
als du erhofft hast –  
freu dich mit dankbarem Herzen.*

*Wenn du teilst,  
was du hast –  
warum tust du das?  
Frag dein Herz.*



## 5. Gute Laune

Marion stand fröhlich summend an der Käsetheke des Supermarktes und wartete darauf, bedient zu werden. Plötzlich entdeckte sie hinter sich in der Schlange ein bekanntes Gesicht. Sie hatte Sabine vor Jahren im Sportstudio kennengelernt und sie seitdem immer wieder einmal irgendwo in der Stadt getroffen.

Augenblicke später standen sie nebeneinander vor dem Kaffeeregale und erzählten. »Wie geht es dir?«, fragte Marion und blickte Sabine gespannt an. »Du siehst gestresst aus.«

Sabine schüttelte kurz den Kopf, als würde ihr die Frage nicht gefallen. »Na ja, was soll ich sagen? Ich bin seit Monaten immer wieder erkältet. Irgendein langwieriger Infekt. Wenn ich meine, ich habe es überwunden, geht es schon wieder von vorne los. Aber ich habe ja selber Schuld!«

Marion fragte nicht weiter nach, um welche Schuld es da ging. Wahrscheinlich meinte Sabine den täglichen Stress. Und sicher nahm sie sich nicht die Zeit, die Krankheit auszukurieren und mal etwas kürzerzutreten.

Sabine sah blass aus. Sie versuchte zu lächeln. »Und du, wie geht es dir? Erzähl doch mal!«

Marion erzählte begeistert von ihren Plänen, von der Lust auf Neues, von der Freude an ihrem Beruf



und von ihrer Familie. Ihre Fröhlichkeit wirkte ansteckend. Sabine lächelte jetzt auch ein wenig. »Das hört sich ja toll an. Wie machst du das nur?«

Bevor sich beide wieder ihren Einkäufen widmeten, sagte Sabine noch: »Lass uns nächste Woche zusammen Kaffee trinken. Am Samstagnachmittag um vier, einverstanden?«

Marion nickte zustimmend und wünschte Sabine gute Besserung. Sie summt wieder, als sie am Gemüsestand eine Paprika in die Hand nahm. Sie dachte immer noch an die Einladung. Ihr war wieder einmal deutlich geworden, dass gute Laune meistens anziehend wirkt.

Ich bin dankbar für die gute Laune meiner Mitmenschen und lasse mich gern von ihr anstecken.







## 6. Ein positives Lebensmotto

Oft erzählen mir Menschen, dass sie ein persönliches Lebensmotto haben, welches sie schon lange begleitet. »Egal, was kommt, gib niemals auf!« könnte so ein Motto sein, oder: »Wertvoll bin ich, wie ich bin.« Es kann sich dabei um einen Bibelvers handeln, um ein bekanntes Zitat, ein kurzes Gedicht oder sogar ein selbst formuliertes Motto. In jedem Fall sind sie davon überzeugt, dass ihnen dieser Spruch guttut und dass er ihr Leben bereichert.

Manche haben so ein Lebensmotto oder einen Lieblingsspruch schon seit vielen Jahren, andere erst seit dem vergangenen Jahreswechsel, als sie wieder einmal nach einem guten Vorsatz suchten. Bei einigen hängt der Spruch eingerahmt im Wohnzimmer, andere rufen ihn sich jeden Morgen neu ins Gedächtnis.

Der populäre amerikanische Präsident Abraham Lincoln (1809 bis 1865) hat seinen Lieblingsspruch schon im Alter von zwölf Jahren entdeckt. Er begleitete ihn durch seine Jugend, sein Erwachsenenleben und seine Präsidentschaft. Der Spruch lautet:

*Die Menschen murren,  
weil keine Rose ohne Dornen wächst.  
Warum danken sie eigentlich nicht dafür,*



*dass Gott auf dornigen Stängeln  
so schöne Rosen wachsen lässt?*

Als er bereits Präsident war, erzählte er in einem Interview: Dieser Satz habe ihm geholfen, durch Dankbarkeit ein glücklicher, innerlich reicher Mensch zu werden.



## 7. Fünfmal danke

Vor ein paar Jahren trat das Thema »Dankbarkeit« mit großen Schritten in mein Leben. Warum? Ich hörte damals immer wieder, auf welche positive Weise Dankbarkeit ein Leben verändern kann. Viele erzählten mir von dieser Veränderung und davon, dass sie früher vor allem das Negative gesehen hatten. Sie erzählten, wie sie ständig geklagt und gejammert hatten, bis – ja, bis sie die Dankbarkeit entdeckt hatten. Jemand sagte mir: »Da wurde mir ein neuer Blickwinkel geschenkt. Und stell dir vor, alles wurde anders.«

Ich war von diesen Berichten fasziniert, blieb aber zugleich skeptisch. Deshalb entschied ich mich, es einmal selbst auszuprobieren. Aber wie sollte mein Selbstversuch aussehen? Ich entschied mich für »fünfmal danke«. An jedem Abend vor dem Schlafengehen, so nahm ich mir vor, wollte ich für fünf Dinge, fünf Ereignisse oder Erfahrungen danken. Und das wollte ich sechs Wochen lang tun.

Mein Selbstversuch begann. An den ersten Abenden war mir das Ganze noch sehr fremd. Immer wieder kamen mir Erlebnisse in den Sinn, mit denen ich unzufrieden war oder über die ich mich ärgerte. Dann schüttelte ich den Kopf und sagte leise zu mir: »Ich wollte nicht klagen, ich wollte doch danken.«



Aber es ging voran. Von Tag zu Tag gelang es mir besser, mich auf die positiven Dinge zu konzentrieren. Bald staunte ich, wie viele Gründe ich an jedem Abend fand, dankbar zu sein. Kein einziges Mal war ich bereits bei drei oder vier am Ende.

Ich merkte deutlich, wie sich mein Blickwinkel veränderte. Nicht mehr die negativen Seiten und Eigenschaften meiner Mitmenschen standen im Fokus, sondern all die positiven, die ich früher so oft übersehen hatte. Diese neue Sichtweise nahm ich dann mit in den Alltag. Und bald hatte ich den Eindruck, die anderen hätten sich sehr zu ihrem Vorteil verändert, obwohl es sicherlich so war, dass ich und meine Einstellung zum Leben sich verändert hatten.

Mein neuer Blickwinkel ließ mich wunderbare Dinge entdecken, die ich vorher übersehen haben muss. Ich sah mehr von der Schönheit des Lebens, ich fand mehr Möglichkeiten als Hindernisse, mehr Geschenke als Probleme.

Nach sechs Wochen wollte ich meinen Selbstversuch eigentlich abbrechen. Doch ich hatte längst gespürt, wie sehr diese abendliche Übung mein Leben bereicherte. Es war bunter und fröhlicher, positiver und zuversichtlicher geworden.

Also habe ich einfach weitergemacht. Bis heute geht für mich kein Tag zu Ende, ohne dass ich für fünf Dinge Danke gesagt habe.



## 8. Dankbar für den Winter

Mögen Sie den Winter? Ich kenne etliche Menschen, die auf diese Frage mit Nein antworten und in der kalten Jahreszeit lieber in den Süden fliehen, dorthin, wo es wärmer ist als bei uns. Am liebsten würden sie erst wieder zurückkommen, wenn der Winter vorbei ist und die Temperaturen auch bei uns wieder steigen.

Andere dagegen lieben den Winter. Sie freuen sich über Frost und Schnee und sitzen abends gemütlich am Kamin, wenn es draußen friert. Sie mummeln sich in ihren wärmsten Mantel ein, setzen sich freiwillig der Kälte aus, unternehmen einen langen Spaziergang, bei dem ihnen fast die Nase einfriert, und freuen sich bei ihrer Rückkehr auf ein heißes Getränk. Sie nehmen sich Zeit für intensive Gespräche, lesen in aller Ruhe ein Buch und sortieren die Dinge, die im Sommer liegen geblieben sind. Sie sind dankbar für die Winterzeit. Ich kann sie gut verstehen.

*Jedes Jahr meldet sich der Winter bei mir.*

*Die Kraft der hellen Jahreszeit hat mich verlassen.*

*Es ist nicht die Zeit zum Aufbrechen der Knospen,  
zum Blühen und Reifen.*

*Auch die Zeit der Ernte ist vergangen.*

*Ich atme aus.*



*Ich lebe leise.  
Ich horche genau hin.  
Ich ziehe Bilanz  
und bin erfüllt von Dankbarkeit.  
Ich lerne vom Winterschlaf der Tiere.  
Ich räume auf, um mich herum und in mir.  
Ich lasse los.  
Ich bin frei davon,  
wachsen zu müssen um jeden Preis;  
frei davon,  
mich nach meinen Leistungen zu beurteilen  
und beurteilen zu lassen.  
Und noch etwas verdanke ich dem Winter:  
die Vorfreude auf den Frühling!*

*Alles hat seine Zeit. Dafür bin ich dankbar.*



## 9. Freundlich – einfach so!

In manchen großen Geschäften habe ich das Gefühl, mit »Freundlichkeit« überschüttet zu werden. Eine Verkäuferin schaut mich an und lächelt hinreißend. Ein Verkäufer kommt auf mich zu und fragt, was ich wünsche. Und ich muss gestehen: Meine Lust, hier etwas zu kaufen, steigt.

Nun wissen wir alle, dass es zu einer guten Verkaufsschulung gehört, gewisse Dinge zu trainieren: Seien Sie freundlich! Geben Sie jedem Kunden das Gefühl, etwas Besonderes zu sein! Halten Sie Blickkontakt! Machen Sie Komplimente! Seien Sie zuvorkommend! Bedanken Sie sich, auch wenn der Kunde nichts kauft!

Es tut mir gut, wenn mich jemand freundlich anspricht und mir zulächelt. Ich schätze es, auch wenn ich eigentlich weiß, dass es dabei vor allem um Verkaufspsychologie geht.

Vor einiger Zeit las ich den Bericht eines Pilgers, der auf dem Jakobsweg in Spanien unterwegs war. Ein besonders anstrengender Wegabschnitt führte parallel zur Autobahn bergauf. Die Lastwagenfahrer konnten den müden, ein wenig wankenden Pilger im Vorbeifahren beobachten.

Sie hupten. Und wieder. Und noch einmal. Die



Lastwagenfahrer wollten ihn aufmuntern und ihm Mut machen. Sie hupten und winkten ihm zu, als wollten sie rufen: »Du schaffst es! Du kommst ans Ziel!«

Was für ein kostbarer Moment! Da sind fremde Menschen, die anderen mit berührender Freundlichkeit begegnen. Einfach so!

Ich bin froh, dass es so eine »absichtslose Freundlichkeit« in unserer Gesellschaft immer noch und immer wieder gibt.

Jeden Tag erlebe ich Menschen, die anderen Gutes tun, ohne etwas verkaufen zu wollen oder dafür eine Gegenleistung zu erwarten. Ich beobachte Freundlichkeit, Respekt und große Hilfsbereitschaft. Ich sehe, wie Menschen anderen den Vortritt lassen, einfach so! Ich erfreue mich daran, dass Menschen anderen zulächeln, obwohl sie ihnen völlig fremd sind. Ich erlebe, wie für kurze Zeit ein kostbares Gemeinschaftsgefühl entsteht, ohne dass jemand so etwas geplant hat. Ich erlebe Freundlichkeit, einfach so!





## 10. Rennfahrer

Kürzlich kam ich im Café mit einer Frau ins Gespräch, die einen sehr selbstbewussten Eindruck machte und deren natürliches Lächeln mir sofort aufgefallen war. Schnell wechselten wir vom Wetter auf persönliche Themen. Ich fragte mich insgeheim, ob sie wohl in einer der Versicherungen oder Anwaltskanzleien hier im Viertel arbeitete. Doch nein, das erschien mir unwahrscheinlich. Sie machte eher den Eindruck, dass sie mehr an Menschen als an Zahlen oder Gesetzen interessiert war.

Irgendwann kamen wir darauf zu sprechen, wie schwer es für viele Jugendliche ist, sich schon früh in ihrem Leben für einen Beruf zu entscheiden. »Wie gut«, schwärmte sie, »wenn der Beruf zugleich Berufung ist.«

Jetzt konnte ich meine Neugier nicht mehr zügeln und fragte sie nach ihrem Beruf.

»Ich bin Hebamme hier im Krankenhaus. Und mein Beruf ist tatsächlich mein Traum und meine Berufung«, antwortete sie.

Darauf wäre ich nicht gekommen. Hebamme also! Bald entwickelte sich ein interessantes Gespräch über die Verantwortung und die Freude, Kindern auf die Welt zu helfen.



»Da muss es wohl ganz viele Kinder geben, die Sie in ihren ersten Stunden und Tagen kennengelernt haben«, warf ich ein. »Ist das auf Dauer nicht frustrierend, Neugeborene so intensiv zu erleben und dann aus den Augen zu verlieren? Sie wissen doch meistens gar nicht, was später aus ihnen wird.«

Sie lächelte und nickte mehrmals. »Ja, das habe ich mich auch irgendwann gefragt. Damals habe ich mich entschieden, mir die Kleinen schon jetzt als Erwachsene vorzustellen. In meiner Fantasie helfe ich seitdem mal einem Maler auf die Welt, mal einer Sängerin, einem Feinschmecker oder einer Seelsorgerin.«

Was für ein schöner Gedanke, kam es mir in den Sinn. Und wer weiß, ob sie in ihrer Fantasie nicht tatsächlich schon etwas von der Berufung ahnt, die das Kind erst viel, viel später entdeckt.

Zum Abschied fragte ich, ob sie denn in dieser Woche schon einem Kind auf die Welt geholfen habe. Ihr Lächeln wurde jetzt zu einem breiten, liebevollen Grinsen: »Ja, sogar zweien. Einem Rennfahrer und einer Gärtnerin.«



## 11. Die Augen öffnen

Es war wieder einmal nicht ihr Tag. Alles ging heute irgendwie schief. Lisa wurde in letzter Zeit immer unzufriedener mit ihrem Leben. »Was ist eigentlich mein Problem?«, fragte sie sich manchmal selbst. Sie war verheiratet, seit über dreißig Jahren. Eigentlich ganz glücklich verheiratet. Ihre beiden Kinder waren gesund. Die Tochter hatte ebenfalls geheiratet und war bereits selbst Mutter eines kleinen Jungen.

»Was fehlt mir denn?« Lisa dachte an ihre Arbeit. Sie war halbtags in einem Drogeriemarkt beschäftigt. Früher hatte sie davon geträumt, Künstlerin zu werden und Bilder zu malen. Aber daraus war nichts geworden. Der Job in der Drogerie war leider nicht besonders kreativ.

Zu Hause lief jeder Tag gleich ab. Sie frühstückte mit ihrem Mann, dann ging jeder seiner Wege. Er kam abends oft spät zurück. Manchmal tranken sie dann noch ein Glas Wein und sahen fern. Und an den Wochenenden waren sie meistens viel zu müde, um noch etwas Interessantes zu unternehmen.

Einmal in der Woche ging Lisa mit ihrer Nachbarin spazieren. Anke konnte schon damals, als sie sich kennengelernt hatten, nicht mehr gut sehen. Inzwischen hatte sie ihr Augenlicht fast völlig verloren. Sie konnte



nur noch Hell und Dunkel unterscheiden. So war Lisa mehr und mehr die Aufgabe zugewachsen, ihrer Nachbarin bei den gemeinsamen Spaziergängen zu erzählen, was unterwegs zu sehen war.

Wie gesagt, es war wieder einmal nicht ihr Tag. Am liebsten wäre Lisa heute zu Hause geblieben, statt sich mit Anke zu treffen. Aber sie war pflichtbewusst – und außerdem würde ihr die frische Luft jetzt bestimmt guttun.

Anke merkte sofort, dass es Lisa nicht gut ging. »Danke, dass du trotzdem mitkommst. Der Spaziergang mit dir ist immer ein Höhepunkt in meiner Woche.«

Es war ein angenehm warmer Frühlingstag. »Schön, dass die Sonne scheint«, sagte Anke fröhlich, »ich liebe die Sonne.«

Vor dem Haus des HNO-Arztes blieben sie stehen. Der Vorgarten war stets eine Pracht, auch heute. Lisa beschrieb, was sie sah: »Der Mohn hat wunderschöne, weit geöffnete Blüten. Was für ein Rot! Ein paar Maiglöckchen sehe ich. Und ganz unterschiedliche Farben haben die Pfingstrosen. Das ist ein wahrer Farbrausch!«

Anke nahm die Schilderungen lächelnd auf. »Ich kann es mir bildhaft vorstellen. Das ist so schön!«

Augenblicke später grüßte Lisa eine Person, die an ihnen vorbeiging. »Wer war das? Die Schritte hörten sich nach einer jungen Frau an«, fragte Anke.



Lisa staunte. »Du hast recht. Es war die Tochter der neuen Nachbarn, oben an der Ecke. Sie trägt einen dunklen Pferdeschwanz und scheint ziemlich selbstbewusst zu sein.«

Nach ein paar Minuten hielten die beiden wieder an. »Kannst du dich erinnern, dass vor zwei oder drei Jahren die alte Kastanie an der Straße gefällt werden musste? Die neu gepflanzte kleine Nachfolgerin blüht dieses Jahr schon sehr schön. Sie hat rote Blüten, keine weißen wie die alte.«

Anke genoss die bildhaften Schilderungen ihrer Begleiterin. Als sie wieder vor ihrem Haus ankamen, bedankte sie sich – lachend und mit einer Träne im Auge. »Ein bisschen beneide ich dich ja, dass du all das Schöne sehen kannst. Etwas davon konnte ich dank deiner Hilfe in meiner inneren Galerie speichern.«

Als Lisas Mann nach Hause kam, fragte er sie: »Na, geht es dir besser als heute Morgen? Du lächelst so befreit.«

Lisa umarmte ihn. »Mir geht es gut, sehr gut sogar. Stell dir vor, unsere Nachbarin hat mir gezeigt, wie schön das Leben ist.«







## 12. Kostbare Schätze

Der alte Pfarrer lebte schon seit mehreren Jahren im Ruhestand. Trotzdem führte er immer noch regelmäßig Besuchergruppen durch »seine« Kirche. Stolz erklärte er an einem Samstag im Juni wieder einmal einigen Besuchern die unterschiedlichen Motive an der alten, geschnitzten Kanzel. Zu jeder Einzelheit wusste er etwas Wissenswertes und Interessantes zu berichten.

Dann lenkte er die Aufmerksamkeit auf den Altar. Besonders die ungewöhnliche Darstellung der Gottesmutter Maria wurde von allen bestaunt. Anschließend ging er ein paar Schritte hinüber zum Taufstein, der noch aus dem Mittelalter stammt.

Schließlich sprach der Pfarrer noch sehr geheimnisvoll von besonderen Schätzen, die er jetzt leider nicht zeigen könne. Etliche aus der Gruppe baten ihn, mehr davon zu erzählen: »Gibt es eine geheime Schatzkammer? Oder eine Krypta mit wertvollen Reliquien?«, waren nur einige der Fragen. Alle versuchten, so dicht wie möglich bei ihm zu stehen, um auch ja kein Wort zu verpassen.

Der alte Pfarrer lächelte vielsagend, dann sprach er mit fester Stimme: »Ich will Ihnen gern etwas verraten.« Er holte tief Luft. »Der größte Schatz der Kirche





sind all die müden, hoffnungsvollen, gebeugten, fröhlichen und treuen Christen, die sich regelmäßig hier zum Gottesdienst oder zur Andacht versammeln.«

Wie gut, wenn es die Menschen sind, die den Reichtum einer Kirche ausmachen, den Reichtum einer Familie, einer Firma oder einer Gesellschaft! Wie gut, wenn nicht der Kontostand oder die Immobilien oder die Kunstwerke am meisten zählen, sondern liebevolle, engagierte Menschen! Wie gut, wenn es Organisationen und Gemeinschaften gibt, in denen der Mensch im Mittelpunkt steht und wichtiger ist als sämtliche Paragraphen und Vorschriften!



## 13. Auf den Punkt gebracht

Ich liebe gute Gedichte. Ich freue mich, wenn ich berührt werde durch einige wenige Worte, die besonders sorgsam gewählt wurden. Gute Gedichte sind keine Plappergedichte, sondern wahre Kunstwerke.

Eine jüngere Frau, vielleicht Anfang dreißig, öffnete einmal für mich ihr privates Gedichtbuch. Nein, sie hatte die Gedichte nicht selbst verfasst, sie hatte sie ausgewählt und sorgsam in ihr Buch geschrieben. Es war schön zu sehen, mit wie viel Liebe, Respekt und Sachverstand sie die Gedichte zu Papier gebracht hatte. »Ab und zu kommt ein neues Gedicht hinzu«, sagte sie augenzwinkernd. »Es sind alte Gedichte und neue. Und jedes lerne ich auswendig.« Inzwischen konnte sie das ganze Buch auswendig, »by heart«, wie es die englische Sprache so schön ausdrückt. Gute Gedichte gehen eben nicht nur in den Kopf, sondern oft direkt ins Herz.



Eines der Gedichte war das folgende:

*Aufsteigt der Strahl und fallend gießt  
er voll der Marmorschale Rund,  
die, sich verschleiernd, überfließt  
in einer zweiten Schale Grund;  
die zweite gibt, sie wird zu reich,  
der dritten wallend ihre Flut,  
und jede nimmt und gibt zugleich  
und strömt und ruht.*

Dieses Gedicht mit dem Titel »Der römische Brunnen« hat der Schweizer Dichter Conrad Ferdinand Meyer (1825 bis 1898) geschrieben. Es verrät beim ersten Lesen längst nicht alles. Ich sehe vor mir einen Brunnen mit drei übereinander angeordneten Schalen, die jeweils untere ist größer als die obere. Das Wasser fließt von einer Schale in die darunter gelegene.

Die letzten beiden Zeilen geben mir eine Interpretationshilfe. Das Leben ist ein Nehmen und Geben, ist Bewegung und Ruhe. Und schon fühle ich mich angesprochen: Woher nehme ich? Wem gebe ich?

Ein gutes Gedicht schließt sich erst mit der Zeit weiter auf. Es öffnet Bilder tief in mir – wenn ich bereit bin zu suchen und auszuhalten, dass ich nicht gleich alles verstehe. Und manchmal fasziniert mich ein Gedicht, obwohl ich den Eindruck habe, gar nichts zu verstehen.



Conrad Ferdinand Meyer verfasste von seinem Gedicht im Laufe der Jahre sieben verschiedene Versionen. Alles Überflüssige sollte verschwinden, bis es schließlich die obige Form erhielt. Er hat es auf den Punkt gebracht.

Die junge Frau machte ihr privates Gedichtbuch wieder zu. Sie strahlte mich an: »Was für ein Reichtum, meine kleine Sammlung von Gedichten, die mir allesamt ans Herz gewachsen sind!«

