

Der Anfang ist gemacht!

Vielen Dank, alles Gute, wir hoffen, dass Sie Ihre Fähigkeiten anderswo gewinnbringend einsetzen können. Auf Deutsch: Wir brauchen Sie nicht mehr. Mein Freund Matthias ist im Sommer arbeitslos geworden. "Morgens ist es am schlimmsten", sagt er.

Der erste Blick in den Spiegel, der erste Gedanke: Du wirst nicht mehr gebraucht. "Jeden Morgen denke ich das. Komisch – früher habe ich nie in den Spiegel geschaut und gedacht: Prima, du wirst gebraucht. Warum fällt uns das so selten auf, wenn es uns gut geht?"

Nachdem Matthias mir von seinem morgendlichen Tief erzählt hatte, haben wir uns ein paar Mal zu einem Streifzug durch die Felder verabredet. Und zwar morgens, gleich nach dem Aufstehen. Wir waren uns einig, dass gutes Zureden wenig hilft, so nach dem Motto: Kopf hoch, Leben geht weiter – oder so ähnlich. Wir haben miteinander darüber nachgedacht, warum die Entlassung ihn so besetzt und gefangen nimmt.



Vielleicht, weil Matthias ganz häufig bei seinen Defiziten anfängt. Da geht es ihm wie vielen anderen Menschen auch. Wir schauen zuerst auf das, was nicht stimmt, was wir nicht schaffen, was weh tut, wo es an etwas fehlt. Und dann konzentrieren wir uns darauf und verlieren alles andere aus dem Blick. Vielleicht müsste man genau anders herum anfangen.

Wie die Bauern in Israel vor 3000 Jahren. Das ist vielleicht zeitlich weit weg, aber ich finde es auch heute noch beherzigenswert. Wenn sie ihre Ernte eingebracht haben, sind sie mit den ersten Früchten zum Altar Gottes gezogen und haben Danke gesagt. Nicht erst, wenn sie alles unter Dach und Fach hatten, am Ende: Danke, Gott, für die Ernte. Nein, gleich am Anfang. Und sie haben den Rest der Erntearbeit weniger als Mühe und Schufferei empfunden und mehr als Geschenk Gottes. Naja, Schufferei wird's auch gewesen sein, aber für ein schönes Geschenk legt man sich anders ins Zeug.

Ich finde, darin könnte etwas Heilsames stecken gegen unseren Zwang, immer zuerst auf das Negative zu schauen. Wenn ich mit einem bewussten "Danke" anfangen, bekommt das Folgende eine andere Qualität. Was negativ ist, verschwindet nicht einfach, aber es beherrscht mich nicht. Was mich runterziehen will, verliert an Macht. Das Danke am Anfang kann eine gute Selbstverteidigung werden gegen negative Einreden von außen.

Matthias will's mit dem Danken versuchen. Nach wie vor laufen wir ab und zu durch die Felder. Morgens, für einen guten Start in den Tag. Und für den ersten Blick in den Spiegel habe ich ihm eine Karte mit einem Psalmvers geschenkt: "Ich danke dir, Gott, dass ich wunderbar gemacht bin." Die erste Botschaft des Tages. Der Anfang ist gemacht. Von hier aus kann's weitergehen.