

Woran denken Sie den ganzen Tag?

Von Barbara Dahlgren



Während es auf das neue Jahr zuing, überlegte ich, über welche Themen ich schreiben könnte. Niemand ist traurig, das vergangene Jahr hinter sich zu lassen. Es war ein Jahr geprägt von Krankheiten, Nöte und Enttäuschungen. Die Pandemie war schon schlimm genug, doch hatten wir auch politische Konflikte, Fake News, geschlossene Geschäfte, finanzielle Rückschläge, Schuldzuweisungen und Hass. Es sieht auch für das neue Jahr nicht gut aus. Die Welt kann sehr negativ auf uns einwirken. Es ist schwer, davon nicht vollends niedergedrückt zu werden.

Wie kann man in einer solch negativen Welt positiv bleiben?

Wenn ich die Bibel zur Hand nehme, denke ich als Erstes an Philipper 4,8, eine Schriftstelle, die ich sehr schätze: „Weiter, Brüder und Schwestern: Was wahrhaftig ist, was ehrbar, was gerecht, was rein, was liebenswert, was einen guten Ruf hat, sei es eine Tugend, sei es ein Lob – darauf seid bedacht!“ Die Worte „darauf seid bedacht“ gehen mir immer wieder durch den Sinn.

Die Bibel sagt uns auch, dass ein Mensch sich so verhält, wie er denkt (Spr 23,7). Das Denken macht einen Unterschied aus. Es ist ja richtig, sich über die Ereignisse in der Welt zu informieren, aber sich rund um die Uhr mit schlechten Nachrichten über Mord, Ungerechtigkeit, Hass und Pandemie zu beschäftigen, ist gar nicht gesund. Nachdem wir uns einen kurzen Überblick verschafft haben, sollten wir uns anderen Dingen zuwenden. Wollen wir wirklich unsere kostbare Zeit damit verbringen, hinter jedem großen Ereignis eine Verschwörung zu vermuten, gegen die wir nichts unternehmen können, falls sie denn existiert? Ist es nicht sinnvoller und produktiver, einem Anderen hilfreich zur Seite zu stehen? Womit wir uns gedanklich befassen, bestimmt, ob wir über die Dunkelheit beklagen oder ein Licht anzünden.

Es ist nicht damit getan, negative Gedanken durch eine Form von Ablenkung oder Ausflüchten zu verdrängen. Um Fortschritte zu machen, müssen wir sie durch gute Gedanken ersetzen. Ein Mensch mit guten Gedanken ist ein Schatz für die Welt. Mir fällt dazu ein Zitat aus „The Twits“ (dt. Die Zwicks stehen Kopf) von Roald Dahl ein: „Ein Mensch mit guten Gedanken kann niemals hässlich aussehen. Man kann eine krumme Nase, ein schiefes Kinn und vorstehende Zähne haben, doch wenn du gute Gedanken hast, wird dein Gesicht wie die Sonne strahlen und du wirst immer schön aussehen.“

Starten wir gemeinsam auf eine positive Reise ins neue Jahr. Seien wir bedacht auf positive Dinge, die uns dabei helfen, in dieser negativen Welt zu bestehen. Mag es für uns alle ein glückliches neues Jahr werden! □