

Liebe Leser/Innen!

Neulich im Auto hab ich mich versehentlich auf Bayern 1 verirrt und dabei einen deutschen Schlager gehört, indem ein fröhlicher Mann sich bei allem bedankt was sein Leben ihm so beschert. Am Anfang fand ich den Text ziemlich blöd, aber irgendwann sprang der Funke doch über und ich fühlte mich inspiriert. „Dankbarkeit ist die schönste Form des Gebets“ hat jemand einmal gesagt und ich möchte gerne diesem weisen Gedanken ein wenig Raum gewähren. Gewiss, heute morgen ist es einfach. Die Sonne scheint, der Frühling kommt, ich fühle mich wohl und der Blick in die Zukunft, stimmt mich zuversichtlich. Es gab auch andere Tage und es wird sie wohl wieder geben. Eine Sicherheit, dass alles so bleibt wie es ist, die gibt es nicht. Dankbarkeit angesichts von Unsicherheit? Wir Menschen haben allzu gerne unseren Fokus auf allen Dingen die „nicht so sind wie sie sein sollten“ oder „nicht gut genug“ sind. Wir lieben Beschwerden und machen allzu gerne äußere Umstände, das Schicksal oder andere Menschen für unser Unglück verantwortlich. Dabei ist es so einfach immer wieder mal für einen Moment innezuhalten und sich all der kleinen, unscheinbaren Reichtümer unseres Alltags bewusst zu werden und Dankbarkeit-für-das-was-ist zu empfinden. Über einen gesunden Körper beispielsweise, eine warme Dusche oder eine schöne Begegnung. Oder vielleicht einfach nur über diesen Moment des Wahrnehmens, des Atmens, des Lebendig-Fühlens. Oftmals sind wir uns des wahren Wertes vieler Dinge erst bewusst, wenn sie vorüber sind. Dankbarkeit also angesichts von Unwissenheit und Vergänglichkeit? Warum denn nicht? Und wir brauchen uns dabei tatsächlich keine Gedanken über Gott, über Religion oder irgendeine richtige Heilslehre zu machen. Es ist ganz einfach und schlicht. Die Tatsache unseres Lebens genügt. Einfach mal zwischendurch ein leises Danke für das was ist.

Einen schönen Frühling und ein fröhliches Aufblühen wünscht

Vismay G. Huber

- 4** **Wellness**
Wer sich wohl fühlt liegt richtig
- 6** **Die Kunst aus**
Beziehungen zu lernen
- 8** **Kunterbunt ins**
Hier & Jetzt
- 10** **Veranstaltungskalender**
- 15** **Adressverzeichnis**
- 17** **Bücher und CDs**
- 18** **Kleinanzeigen**
- 19** **Impressum**

Titelphoto:
Heidi Schmidinger

