

# #Dankbarkeit

*Ein multireligiöses Gebet von  
und mit Menschen muslimischen  
und christlichen Glaubens in der  
Corona-Krise*

**Samstag, 27. Juni 2020, 18:00 Uhr.  
Wo auch immer Du bist.**



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

*bi-smi llāhi r-raḥmāni r-raḥīmi*

Im Namen Allahs, des Allerbarmers,  
des Barmherzigen

Dankbarkeit (*Schukr*) gegenüber einer Gabe oder einer guten Tat äußert sich in Worten, Handlungen oder in Dankbarkeit, die man im Herzen verspürt. Sie umfasst, die Bedeutung einer Gabe zu erkennen und diese Erkenntnis zu zeigen.

Gerade diese Erkenntnis ist gar nicht so einfach. Viele Dinge, die wir in unserem Leben haben, sind für uns selbstverständlich geworden. Dass es sich dabei um eine Gabe und Wohltat unseres Schöpfers handelt, ist uns oft nicht bewusst. Vielmehr schauen wir auf die Dinge, die wir nicht haben und zeigen damit unsere Undankbarkeit gegenüber unserem Schöpfer. Im Quran sagt uns Allah:

*Und wer dankbar ist, ist nur dankbar zu seinem Besten. Und wenn einer undankbar ist – wahrlich, mein Herr ist unabhängig und großmütig.*

Sure 27:40

Der Nutzen der Dankbarkeit liegt also letztlich bei uns selbst. Wenn wir uns der Dinge bewusst werden, die wir haben, dann gibt uns das Seelenfrieden. Undankbarkeit führt schnell dazu, dass wir uns beschweren und Unzufriedenheit entwickeln. Diese ständigen negativen Gedanken können uns krank machen. Gerade in schwierigen Situationen neigen wir zu solch einem Verhalten. Wenn wir uns aber einmal in Ruhe hinsetzen würden und darü-

+ Im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes

„Gott sei Dank!“ Dieses Stoßgebet wird meistens dann ausgesprochen, wenn etwas Schlimmes, Unangenehmes oder Negatives nicht eingetroffen ist. Damit verbunden ist oft ein Gefühl der Erleichterung und auch der Freude. Dahinter steht die Vorstellung, dass Gott selbst eingegriffen und das Befürchtete abgewendet hat und wir uns bei ihm dafür bedanken. Im Alltag danken wir Menschen, die etwas für uns tun, uns helfen oder uns etwas schenken. Das Gefühl der Dankbarkeit erfahren wir, wenn wir an etwas teilhaben dürfen, was uns glücklich macht, wie z.B. die Geburt eines Kindes, eine gelungene Prüfung oder wenn jemand den erhofften Arbeitsplatz bekommt.

In den letzten Jahren hat die Psychologie die Dankbarkeit entdeckt. Studien haben nachgewiesen, dass Menschen glücklicher und ausgeglichener sind, wenn sie ihren Fokus auf die schönen Momente des Lebens richten und dafür dankbar sind. Ebenfalls haben Psycholog\*innen festgestellt, dass Dankbarkeit nichts mit dem gesundheitlichen Zustand oder der Kaufkraft zu tun haben muss, sondern mit der Perspektive, die wir auf das Leben haben. Ist sie von Dankbarkeit geprägt, so wird das Leben meistens positiver wahrgenommen, trotz bestehender widriger Umstände.

In der Bibel ist die Empfindung von Dank und Dankbarkeit sehr stark an die Gottesbeziehung gebunden. Dank ist die Reaktion auf das rettende und lebensfördernde Handeln Gottes. So beginnen z.B. einige Psalmen mit

ber nachdenken, was wir alles besitzen, dann würden wir diesen Dingen auch viel eher Wertschätzung erteilen und innerlich Zufriedenheit finden.

Unser Schöpfer hat uns so viele Dinge geschenkt. Allein wenn wir gesund sind, sollten wir dafür dankbar sein.

Wie können wir unsere Dankbarkeit zeigen? Hier seien drei Möglichkeiten genannt: Zum einen können wir sie in Worte fassen. Wir können Allah gedenken (*Zikr*), ihn lobpreisen (*Tasbîh*) oder zu ihm beten (*Duâ*).

Im Koran heißt es schließlich:

*Und was deines Herrn Wohltaten anlangt, sprich darüber!*

Sure 93:11

Die Dankbarkeit gegenüber den Gaben Gottes kann aber auch im Herzen geschehen; und zwar, indem man den Schöpfer, von dem alle Gaben kommen, von Herzen erkennt und anerkennt (*Tasdik*). Ein anderer Weg Dankbarkeit zu zeigen, geht über Handlungen. Dies umfasst alle Handlungen, die im Einklang mit dem Willen Gottes stehen.

dem Vers „Dankt Gott, denn er ist gut und ewig währt seine Gnade“. In biblischen Texten wird der Mensch immer wieder auf dasjenige hingewiesen, wofür er dankbar sein kann. Die Dankbarkeit soll dann zum Handeln führen als Hilfe für die Menschen, denen es nicht gut geht.

Die Deutschen gelten als Nation der Nörgler und Meckerer. Nie, so scheint es, ist etwas gut, immer wird ein Haar in der Suppe gefunden. Mit dieser Einstellung macht man sich und anderen das Leben schwer. Im Endeffekt steckt der Drang nach Perfektion und einer perfekten Welt dahinter, die es nicht gibt. Wer aber Perfektion will, wird nie zufrieden sein.

Dankbarkeit befreit uns von dem Druck, perfekt sein zu wollen. Dankbarkeit führt unseren Blick auf das, was gut und schön in unserem Leben, das Gott uns geschenkt hat. Dankbarkeit führt auch dazu, uns anderen zuzuwenden. Geteiltes Leid ist halbes Leid, geteilte Freude ist doppelte Freude.

## **Gebet Gebet**

*Sprich: »Ich suche Zuflucht zum Herrn der Menschen, Dem Herrscher der Menschen, Dem Gott der Menschen, Vor dem Übel des sich ein- und ausschleichenden Einflüsterers, der in die Herzen der Menschen einflüstert -(Sei er) von den Dschinn oder den Menschen.«*

Sure 114

Ya Allah, Du bist der Wohltäter der großen und der kleinen Wohltaten, schenke uns Gutes im Diesseits und im Jenseits und mache uns dann zufrieden damit.

Ya Allah, Du bist der Allwissende und der Allsehende, Du kennst unsere Schwächen, vergib uns diese und hilf uns, über diese hinweg zu kommen.

Ya Allah, Du bist der Allmächtige, der Allvergebende Vergib uns unsere Schuld, schenke unserem Herzen Ruhe und Frieden mit dem, was Du uns geschenkt hast.

Ya Allah alles Lob gebührt Dir, Du bist der Bewahrer der Schöpfung. Gib uns Vertrauen in Dich, auf das wir nicht fehlgehen mögen. Öffne unsere Augen und unsere Herzen auf dass wir erkennen mögen, wie Du uns alltäglich versorgst.

Ya Allah, wir lobreisen dich und danken Dir für alles, was wir haben, was Du uns gegeben hast.  
Amin!

Verbunden mit allen Menschen wenden wir uns an Gott und tragen unsere Bitten vor:

Guter Gott, Du bist der Vater aller Menschen. Darum bitten wir Dich:  
Guter Gott, erhöre unser Gebet!

Für alle Menschen, die verzweifelt sind: Sende Menschen zu ihnen, die ihnen helfen können.

Guter Gott, erhöre unser Gebet!

Für alle Menschen, die durch die Coronakrise arbeitslos geworden sind: Gib ihnen die Kraft, sich neuen Aufgaben zuzuwenden.

Guter Gott, erhöre unser Gebet!

Für die Regierenden: Schenke ihnen die Einsicht und Mut, die notwendigen Maßnahmen durchzuführen, die das Leben der Menschen schützen.

Guter Gott, erhöre unser Gebet!

Für unsere Verstorbenen: Lass sie in deiner Gegenwart leben.

Guter Gott, erhöre unser Gebet!

Für uns alle: Lass uns in diesen Zeiten der Krise das Zusammengehörigkeitsgefühl stärken und gemeinsam in die Zukunft gehen.

Guter Gott, erhöre unser Gebet!

Guter und barmherziger Gott, Du hast uns das Leben geschenkt. Dafür und für alles Gute danken wir dir.  
Amen.

... ..

***Al Fatiha***    ***Vaterunser***

Sure 1

*Im Namen Allahs, des  
Allerbarmers, des Barmherzigen.  
(Alles) Lob gehört Allah, dem  
Herrn der Welten,  
dem Allerbarmer, dem  
Barmherzigen,  
dem Herrscher am Tag des  
Gerichts  
Dir allein dienen wir, und zu Dir  
allein flehen wir um Hilfe.  
Leite uns den geraden Weg,  
den Weg derjenigen, denen Du  
Gunst erwiesen hast, nicht  
derjenigen, die (Deinen) Zorn  
erregt haben, und nicht der  
Irregehenden!  
Amin!*

Vater unser im Himmel,  
geheiligt werde dein Name.  
Dein Reich komme.  
Dein Wille geschehe,  
wie im Himmel so auf Erden.  
Unser tägliches Brot gib uns heute.  
Und vergib uns unsere Schuld,  
wie auch wir vergeben unsern  
Schuldigern.  
Und führe uns nicht in  
Versuchung,  
sondern erlöse uns von dem  
Bösen.  
Denn dein ist das Reich und die  
Kraft und die Herrlichkeit in  
Ewigkeit.  
Amen.



Dieses multireligiöse Gebet wurde von Mitgliedern der Christlich-Islamischen Gesellschaft und des Christlich-Islamischen Forums verfaßt.

Es steht zum Download bereit unter [www.christenundmuslime.de](http://www.christenundmuslime.de)

Wir wünschen Ihnen eine schöne Sommerzeit und erholsame Ferien. Bleiben Sie gesund!

Christlich-Islamische Gesellschaft e.V.  
Alte Wipperfürther Straße 53  
51065 Köln (Buchheim)

Tel.: 0221 1683 4624  
[info@chrislages.de](mailto:info@chrislages.de)  
[www.christenundmuslime.de](http://www.christenundmuslime.de)  
[www.chrislages.de](http://www.chrislages.de)