

Die Macht der Dankbarkeit - nicht nur für Partner / Seelenpartner



Die Dankbarkeit wird von uns allen sehr ähnlich verstanden. Warum aber die Macht und nicht die Kraft der Dankbarkeit?

Die Macht wirkt aktiver, sie deutet auf das Machen hin. Die Macht der Dankbarkeit bringt zum Ausdruck, dass es in unserer Macht steht, mit der Dankbarkeit etwas zu bewirken.

„Was sagt man da?!“ – Dankbarkeit, wie sie nicht gemeint ist

Wer von uns kennt nicht diesen Satz, den wir als Kind wohl öfter mal gehört haben? Es kann auch eine gut gemeinte Erziehungsmaßnahme gewesen sein. Kann.

Wenn wir etwas erhalten haben, was uns ganz und gar nicht gefallen hat, mussten wir uns dennoch bedanken. Besonders, wenn „Was sagt man da?!“ mit einem unmissverständlichen, drohenden Ausrufezeichen ausgesprochen wurde, anstatt mit einem liebevollen Fragezeichen.

Echte Dankbarkeit ist keine Verpflichtung. Diese Art der pflichtbedingten Dankbarkeit kennen wir vielleicht aus manchen Beziehungen, in denen ein Partner sich zur Dankbarkeit verpflichtet fühlt. Manchmal sogar aus der Angst heraus, den Partner sonst zu verärgern oder zu verlieren.

Dankbarkeit darf nicht gefordert werden. Die auf Verpflichtung oder auf Forderung beruhende Dankbarkeit hat keine Macht, die wir für uns einsetzen können. Das ist nur Macht und keine Dankbarkeit.

Die auf Machteinsatz beruhende Dankbarkeit kann einer der Gründe sein, warum sie uns nicht immer leicht fällt, warum wir manchmal die Dankbarkeit zwar in uns fühlen, uns aber nicht trauen, „Danke“ zu sagen.

Dankbarkeit fühlen

Die machtvoll Dankbarkeit entsteht ohne jegliche Verpflichtung, ohne jeglichen logischen, erklärbaren

Grund. Sie ist keine Angelegenheit des Verstandes.

Wir müssen die Dankbarkeit fühlen!

Fühlen als etwas Schönes, Warmes, Liebevolltes, Lichtes. Es muss uns regelrecht ein Herzenswunsch sein, diese Dankbarkeit in uns zu empfinden und sie auch zu zeigen. Dem Menschen zeigen, der uns etwas gegeben oder gesagt oder etwas anderes getan hat, was in uns Dankbarkeit hervorruft. Oder auch einem höheren Wesen, von dem wir zum Beispiel Hilfe empfangen haben.

Bereits dieses Gefühl der Dankbarkeit entfaltet in uns die ihr innewohnende Macht. Vergessen sind in solchen Augenblicken der Schmerz, die Sorgen, das Dunkle. Dieser kleine Augenblick kann wahre Wunder bewirken. Es kann wie der Schalter wirken, der unsere Trauer, Ängste und Sorgen auf Freude, Zuversicht und Glauben umstellt.

Dankbarkeit zulassen können und dürfen

Fühlen wir diese Macht? Erinnern wir uns an solche Situationen? Möchten wir sie öfter erleben? Hand aufs Herz: Wie oft können wir dieses wunderschöne Gefühl und diese wunderschöne Macht der Dankbarkeit in uns nicht wirken lassen, weil wir sie uns selbst verbieten?

Die Gründe für diese Verbote sind vielfältig; das ist jedoch nicht relevant. Entscheidend ist, dass wir uns bewusst machen, dass wir uns selbst diese wundervolle Macht hin und wieder verbieten.

Das Zulassen des Gefühls der Dankbarkeit in uns selbst ist aus einem weiteren sehr wichtigen Grund erforderlich. Wenn wir dieses Gefühl der Dankbarkeit in uns nicht zulassen, können wir dieses Gefühl nicht aussenden und unser Gegenüber wird es nicht empfangen können. Dieses Mitteilen findet auf einer nonverbalen Ebene statt. Es werden die Augen, das Lächeln, der gesamte Körper sein. Es wird unsere Aura sein. Worte alleine können das nicht.

Wenn wir nun dieses machtvolle Gefühl der Dankbarkeit in uns nicht zulassen, rauben wir es auch dem anderen. Wir zerstören die Macht der Dankbarkeit doppelt. Nicht nur die Dankbarkeit kann etwas bewirken. Auch das Nichtzulassen, das Unterdrücken von Dankbarkeit wirkt – aber sicher nicht in einem Sinne, den wir als positiv bezeichnen würden.

Lassen wir manchmal die Dankbarkeit nicht zu, weil wir glauben, dass wir etwas nicht empfangen dürfen, dass wir etwas nicht verdient haben, dass wir nicht würdig sind?

Auch hier gibt es sehr viele Gründe, die uns selbst plausibel erscheinen. Machen wir es jedoch ganz pragmatisch und stellen uns vor, dass wir einem Menschen etwas geben oder sagen, weil es uns ehrlich danach ist und uns eine Freude macht. Und dieser Mensch nimmt es nicht an ...

Lotse ins Licht, in glückliche Partnerschaften, in die Fülle

Das zugelassene, mit allen Sinnen empfangene Gefühl der Dankbarkeit hellt unser Inneres auf und kann den Schalter von Dunkel auf Licht umstellen. So kann es uns ein Lotse sein, der uns aus unserem Lebensdunkel herausführt. Es kann der entscheidende Impuls sein, der uns die Kraft und die Macht dazu gibt, unseren gesenkten Kopf wieder aufzurichten, das Ruder in die Hand zu nehmen und einen neuen Kurs zu setzen.

Dankbarkeit ist der erste Schritt auf dem Weg zu mehr Glück, zum Erfolg, zur Fülle. Und da Dankbarkeit keine Einbahnstraße ist, wirkt sie besonders stark in Partnerschaften. Hier kann sie sogar aus dem

verflixten siebten Jahr ein Jahr der Dankbarkeit und Festigung der Partnerschaft machen.

Ehrliche Dankbarkeit ist unsere eigene Macht zur Wunscherfüllung. Wie laden wir sie aber als die gute und machtvolle Fee in unser Leben ein? Dieses Wie ist wahrlich keine Zauberei und jedem von uns zugänglich.

Das **verflixte siebte Jahr und Dankbarkeit [1]** sind die Themen des nächsten Dankbarkeits-Beitrags.

[1] [Dankbarkeit und Partnerschaft - Das verflixte siebte Jahr](#)



Herzlichst, Ihr / Dein Jan Norman

A handwritten signature in blue ink that reads "Jan". The signature is written in a cursive, flowing style.

Neue Beiträge und mehr im [Samstags-Newsletter ...](#)