



Photo by Milada Vigerova on Unsplash

Bohnen des Dankes

Lest Euch miteinander die Geschichte vor, [die ihr hier hinterlegt findet](#).

Und dann besorgt euch Bohnen oder kleine Kieselsteine oder Holzkugeln, steckt sie morgens in die rechte Hosentasche. Und für jeden schönen, staunenswerten Moment im Laufe des Tages nehmt ihr eine Bohne aus der rechten und steckt sie in die linke Hosentasche. Abends schaut ihr auf die Bohnen in der linken Tasche. Vielleicht macht ihr es in der Familie und zeigt euch eure Bohnen, erzählt euch von einem Bohnen-Höhepunkt des Tages. Vielleicht macht ihr es aber auch nur für euch.

Wenn ihr sowieso ein Abendgebet sprecht, dann kann dieser Dank Teil des Gebets werden.

Auf jeden Fall nehmt es als Anlass, DANKE zu sagen. Und wahrscheinlich huscht euch ein Lächeln über das Gesicht und ihr könnt ein Stück zufriedener ins Bett gehen.

Versucht es doch mal eine Woche.