



Wer dankt, denkt

Erntedank, Thanksgiving und die Kunst der Dankbarkeit

*Ein populär-wissenschaftliches Essay
von Matthias Boeddinghaus und AI Claude*

Einleitung.....	1
1. Die ersten Ernten.....	3
2. Truthahn und Mythos.....	8
3. Erntedank in Europa.....	14
4. Danke in allen Sprachen.....	19
5. Dankbarkeit heute.....	25
Schluss.....	31
Bibliographie.....	32

Einleitung

Am ersten Sonntag im Oktober verwandeln sich viele Kirchen in kleine Marktstände. Vor dem Altar türmen sich Kürbisse, Äpfel und Kartoffeln. Daneben liegt ein Brot in Form einer Garbe, und über allem hängt eine Erntekrone aus Ähren. Kinder tragen Körbe nach vorn, und hinterher duftet es nach Zwiebelkuchen. In diesem Jahr fällt der Erntedanksonntag auf den 4. Oktober.¹

¹ Erntedank wird in den evangelischen Kirchen am Sonntag nach Michaelis (29. September) gefeiert, in der Praxis meist am ersten Sonntag im Oktober. Vgl. „Erntedankfest“, <https://de.wikipedia.org/wiki/Erntedankfest>.

Für die meisten Besucher ist das eine liebenswerte Kulisse. Kaum einer von ihnen hat die Kartoffeln selbst gelegt. Das Brot stammt aus dem Backshop, die Äpfel kommen vom Bodensee oder aus Neuseeland. Die Ernte erleben wir vor allem an der Kasse, und dort zeigt sie sich als Preis. Wofür also danken wir? Und vor allem: wem?

Die Frage stellt sich nicht nur in Deutschland. Am 12. Oktober feiert Kanada sein Thanksgiving, am 26. November folgen die Vereinigten Staaten. In Korea ist die große Erntezeit schon vorbei, denn Chuseok fiel 2026 auf den 25. September. In Ghana haben die Ga im Spätsommer den Hunger ausgelacht, und in Kerala hat man zu Onam auf Bananenblättern gegessen. Rund um den Globus feiern Menschen die Ernte. Sie tun es in Hunderten Sprachen, mit Truthahn, Reiskuchen oder Yamswurzeln.

Der römische Redner Cicero hielt die Dankbarkeit für etwas ganz Großes. Sie sei nicht nur die größte Tugend, sagte er vor Gericht, sondern auch „die Mutter aller übrigen“.² Das ist ein gewaltiges Wort für eine kleine Geste. Doch die Sprachforschung bringt eine Überraschung: Im Alltag sagen Menschen erstaunlich selten Danke, in manchen Sprachen fast nie (Abschnitt 4.1). Auch die Psychologie hat die Dankbarkeit entdeckt und prüft sie mit Fragebögen und Kontrollgruppen. Die Ergebnisse sind ermutigend, aber bescheidener als die Ratgeber versprechen (Abschnitt 5.2).

Das deutsche Wort selbst verrät einen Schlüssel. „Danken“ und „denken“ sind sprachliche Geschwister (Abschnitt 4.1). Wer dankt, erinnert sich, woher etwas kommt. Wer nicht mehr nachdenkt, hält alles für selbstverständlich. Dieser Essay folgt dieser Spur in fünf Etappen.

Er beginnt bei den ältesten Erntefesten in Ägypten, Israel, England, den Anden und Afrika (Kapitel 1). Er erzählt die Geschichte von Thanksgiving, mit allen Mythen und Gegenstimmen (Kapitel 2). Er besucht Europa im Krieg, im Hunger und im Missbrauch (Kapitel 3). Er vergleicht, wie Religionen und Sprachen Dank ausdrücken (Kapitel 4). Und er fragt, was Dankbarkeit heute bewirkt, in der Psyche, im Müll und auf dem Acker (Kapitel 5).

Die **Leitfrage** lautet: Warum danken Menschen in fast allen Kulturen für die Ernte – und was bleibt von diesem Dank, wenn das Brot aus dem Supermarkt kommt?

1. Die ersten Ernten

Erntefeste sind älter als jede Schrift über sie. Dieses Kapitel reist zu fünf Ursprüngen: an den Nil und nach Rom, nach Jerusalem, in die Scheunen Englands, in die Anden und an die Küste Westafrikas. Überall zeigt sich ein ähnliches Muster. Bevor die Menschen essen, geben sie etwas zurück.

1.1 Göttinnen des Korns

Im alten Ägypten begann die Erntezeit mit einem Auftritt des Königs. Im Monat Pachons, dem ersten Monat der Erntejahreszeit, feierte man das Fest des Gottes Min. Der Pharao brachte ein Opfer dar und schnitt danach mit eigener Hand eine Garbe. Anschließend

² Cicero, Pro Plancio 80: „haec enim est una virtus non solum maxima sed etiam mater virtutum omnium reliquarum.“ – „Denn diese allein ist nicht nur die größte Tugend, sondern auch die Mutter aller übrigen“ (Übers. d. Verf.). Lateinischer Text: <https://www.thelatinlibrary.com/cicero/plancio.shtml>.

umschritt er den heiligen Bezirk. Reliefs im Totentempel Ramses' II. und in Medinet Habu halten die Szene bis heute fest.^{3,4} Der mächtigste Mann des Landes griff also zur Sichel. Das war Theater, aber Theater mit Botschaft: Auch der König lebt vom Korn.

Die Griechen feierten Demeter, die Göttin des Getreides, und ihre Tochter Persephone. Das wichtigste Fest dafür hieß Thesmophorien.⁵ Es war ausschließlich Frauen vorbehalten, und Männer durften die Riten weder sehen noch hören. In Athen dauerte es drei Tage im Herbst, zur Zeit der Aussaat. Zuvor hatte man Schweine geopfert und ihre Reste in Gruben geworfen. Später holten Frauen die verwesenen Überreste wieder herauf und legten sie auf Altäre. Gemischt mit dem Saatgut kamen sie anschließend auf die Felder. Der Religionshistoriker Walter Burkert nannte das „das deutlichste Beispiel für Agrarmagie in der griechischen Religion“. Aristophanes machte aus dem Männerverbot prompt eine Komödie, in der ein Mann sich als Frau verkleidet einschleicht.

Die Römer verehrten Ceres, von deren Namen unser Wort „Cerealien“ stammt. Ihr Fest, die Cerealia, lag in der zweiten Aprilhälfte, mit dem Haupttag am 19. April. Dazu gehörte ein seltsamer Brauch, den der Dichter Ovid überliefert. Man band lebenden Füchsen brennende Fackeln an und ließ sie laufen.⁶ Ovid erklärt das mit einer Geschichte, die er unterwegs von einem alten Gastgeber gehört haben will. In Carseoli habe ein zwölfjähriger Bauernjunge eine Füchsin gefangen, die Hühner gestohlen hatte. Er wickelte sie in Stroh und Heu und zündete sie an. Das Tier entkam und setzte die reifen Felder in Brand. Seitdem, so Ovid, müsse dieses Geschlecht an den Cerealia brennen und „auf dieselbe Weise sterben, wie es die Saaten vernichtete“.

Für Tierfreunde ist das schwer erträglich, und auch die Forschung rätselt. Mitte April wächst das Getreide noch, geerntet wird erst später. Vielleicht sollte das Feuer die Saat reinigen, vielleicht Schädlinge vertreiben. Sicher ist nur, dass es bei diesen frühen Festen weniger um Dank als um Schutz ging.

Die Logik dahinter fassten die Römer in eine Formel: *do ut des*, „ich gebe, damit du gibst“.⁷ Man opferte den Göttern, damit sie den Ertrag sicherten. Das war ein Geschäft auf Gegenseitigkeit, eine Art Versicherung mit himmlischem Vertragspartner. Der Dank war darin eher Rechnung als Geschenk. Wie aus dieser Rechnung ein freies Danken wurde, zeigt der nächste Abschnitt.

³ Min war der ägyptische Gott der Fruchtbarkeit und der Ernte. Zum Fest im Monat Pachons, dem ersten Monat der Jahreszeit Schemu („Erntezeit“), vgl. Mironova, Min Festival (2020).

⁴ Nasr, Ritual of Cutting Grain in Theban Temples (2021) – Szenen des Getreideschnitts durch den König sind in den thebanischen Tempeln nur unter Ramses II. (Ramesseum) und Ramses III. (Medinet Habu) belegt und kehren in der Ptolemäerzeit wieder.

⁵ Die Thesmophorien waren ein Fest für Demeter und Persephone, in Athen vom 11. bis 13. Pyanepsion (etwa Ende Oktober). Burkerts Urteil („the clearest example in Greek religion of agrarian magic“, Burkert 1985, S. 244) zitiert nach „Thesmophoria“, <https://en.wikipedia.org/wiki/Thesmophoria>; ausführlich Dillon, *Girls and Women in Classical Greek Religion* (2002), S. 110–118. Aristophanes' Komödie heißt *Thesmophoriazusen* („Die Frauen am Thesmophorienfest“).

⁶ Ovid, *Fasti* 4,679–712; die Begründungssage V. 681–712, das Zitat V. 711 f.: „utque luat poenas, gens haec Cerialibus ardet, / quoque modo segetes perdidit ipsa perit“ (Übers. d. Verf.). Lateinischer Text: <https://www.thelatinlibrary.com/ovid/ovid.fasti4.shtml>. Zur unsicheren Deutung Spaeth, *The Roman Goddess Ceres* (1996), S. 36 f.; vgl. „Cerealia“, <https://en.wikipedia.org/wiki/Cerealia>.

⁷ *Do ut des* („ich gebe, damit du gibst“) bezeichnet in der Religionswissenschaft das Prinzip der Gegenseitigkeit zwischen Opfer und göttlicher Gegengabe; vgl. „Do ut des“, https://de.wikipedia.org/wiki/Do_ut_des.

1.2 Hütten unter freiem Himmel

Die Bibel macht aus dem Erntefest ein Fest der Erinnerung. Sukkot, das Laubhüttenfest, beginnt am fünfzehnten Tag des siebten Monats, „wenn ihr die Früchte des Landes einbringt“. Sieben Tage lang sollen die Israeliten in Hütten wohnen. Der Grund steht gleich dabei: Ihre Nachkommen sollen wissen, dass Gott sie nach dem Auszug aus Ägypten in Hütten wohnen ließ.⁸ Mitten im Überfluss erinnert man sich also an die Wüste. Wer satt ist, soll nicht vergessen, wie es war, hungrig zu sein.

Bemerkenswert ist ein zweiter Befehl. „Du sollst fröhlich sein an deinem Fest“, heißt es im fünften Buch Mose.⁹ Und dann folgt eine lange Gästeliste: Sohn und Tochter, Knecht und Magd, der Levit, der Fremdling, die Waise und die Witwe. Freude ist hier keine Privatsache. Wer nichts geerntet hat, sitzt trotzdem mit am Tisch. Dank wird damit sozial, denn er teilt.

Dazu kamen die Erstlingsfrüchte, auf Hebräisch *Bikkurim*.¹⁰ Die Mischna beschreibt, wie man sie nach Jerusalem brachte, und die Szene liest sich wie ein Volksfest.¹¹ Die Bewohner eines Bezirks übernachteten gemeinsam auf dem Marktplatz ihrer Stadt. Am Morgen rief ein Beamter: „Lasst uns aufbrechen und nach Zion hinaufziehen!“ Wer nahe wohnte, brachte frische Feigen und Trauben, wer weit weg wohnte, getrocknete Feigen und Rosinen. Vorneweg schritt ein Stier mit vergoldeten Hörnern und einem Olivenkranz auf dem Kopf. Die Flöte spielte, und in Jerusalem standen alle Handwerker von ihrer Arbeit auf. Sie grüßten die Bauern: „Unsere Brüder, Männer von dem und dem Ort, kommt in Frieden!“

Am Tempelberg nahm jeder seinen Korb auf die Schulter. Die Mischna betont, dass selbst König Agrippa das tat und seinen Korb eigenhändig in den Vorhof trug. Hier begegnet uns wieder der König mit der Ernte (Abschnitt 1.1). Doch diesmal schneidet er nicht feierlich die Garbe, sondern trägt wie alle anderen. Vor Gott gibt es keine Ehrenloge.

Am Altar sprach der Bauer ein kurzes Bekenntnis, das bis heute zum Kern der jüdischen Liturgie gehört. „Mein Vater war ein Aramäer, dem Umkommen nahe, und zog hinab nach Ägypten und war dort ein Fremdling mit wenig Leuten.“¹² Es folgt die Geschichte von Knechtschaft, Befreiung und Landgabe. Erst ganz am Ende steht der Satz: „Nun bringe ich die Erstlinge der Früchte des Landes, das du, HERR, mir gegeben hast.“

Diese Reihenfolge ist der eigentliche Clou. Der Bauer erzählt zuerst, dann gibt er. Er dankt nicht, damit Gott etwas tut, sondern weil Gott schon etwas getan hat. Das *do ut des* der Römer (Abschnitt 1.1) wird umgedreht: Ich gebe, weil mir gegeben wurde. Danken heißt hier Erinnern, und darin steckt bereits das Wortspiel, dem dieser Essay seinen Titel verdankt (Abschnitt 4.1).

⁸ Lev 23,39–43 (Lutherbibel 2017), <https://www.die-bibel.de/bibel/LU17/LEV.23>.

⁹ Dtn 16,13–15 (Lutherbibel 2017), <https://www.die-bibel.de/bibel/LU17/DEU.16>.

¹⁰ *Bikkurim* („Erstlinge“) sind die ersten reifen Früchte der sieben Arten des Landes Israel (Weizen, Gerste, Wein, Feige, Granatapfel, Olive, Dattel), die zum Tempel gebracht wurden; vgl. Dtn 8,8 und „Bikkurim“, <https://de.wikipedia.org/wiki/Bikkurim>.

¹¹ Mischna Bikkurim 3,2–4, https://www.sefaria.org/Mishnah_Bikkurim.3.2-4. Die Mischna ist die um 200 n. Chr. abgeschlossene erste Sammlung des jüdischen Religionsgesetzes. „Agrippa“ meint wohl Agrippa I., König von Judäa 41–44 n. Chr.

¹² Dtn 26,5–11 (Lutherbibel 2017), <https://www.die-bibel.de/bibel/LU17/DEU.26>. Ältere Übersetzungen geben V. 5 mit „ein umherirrender Aramäer“ wieder; gemeint ist der Erzvater Jakob.

1.3 Die Brotmesse

In England beginnt die Erntezeit traditionell am 1. August. Die Angelsachsen nannten diesen Tag „Hlafmesse“, wörtlich „Brotmesse“, und daraus wurde das englische Wort *Lammas*.¹³ An diesem Tag brachte man das erste Brot aus dem neuen Korn in die Kirche und ließ es segnen. Ein altenglischer Heiligenkalender aus dem 9. Jahrhundert nennt den Tag schlicht „Brotsegnung“.

Die Angelsächsische Chronik verwendet das Wort zuerst für das Jahr 913. Dort heißt es, die Fürstin Ethelfleda habe im Frühsommer die Burg Tamworth gebaut, „und vor Lammas die bei Stafford“.¹⁴ Der Erntetag diene also als Kalendermarke, so selbstverständlich wie heute die Sommerferien. Ein altenglisches Gedicht über das Jahr fasst es knapp zusammen: Überall bringe der August den Menschen den Tag der Brotmesse.

Das gesegnete Brot hatte auch einen sehr praktischen Zweck. Eine Handschrift aus Winchester enthält einen Segen gegen Mäuse.¹⁵ Man solle vier Stücke vom geweihten Lammas-Brot nehmen und sie in den vier Ecken der Scheune zerkrümeln. Vorher lege man zwei Hölzer, beschrieben mit dem Vaterunser, als Kreuz auf den Boden. Dann folgt ein Gebet, das die Stadt Jerusalem beschwört, in der keine Mäuse wohnen. Frömmigkeit und Vorratshaltung gingen hier Hand in Hand. Wer seine Ernte schützen wollte, betete und streute Krümel zugleich.

Heute erlebt Lammas eine Renaissance, vor allem in neuheidnischen Kreisen. Dort gilt der Tag oft als uraltes keltisches Fest, das die Kirche nur übermalt habe. Die englische Historikerin Eleanor Parker, eine Fachfrau für das Mittelalter, hat die altenglischen Quellen geprüft und findet darin keinen Hinweis auf heidnische Wurzeln.¹⁶ Die Brotmesse war, soweit wir wissen, ein christlicher Brauch. Das zeigt eine Dynamik, die uns noch öfter begegnet: Jede Gegenwart erfindet sich die Vergangenheit, die sie braucht (Abschnitt 2.1).

Der Brauch selbst ist schlicht und klug. Das erste Brot gehört nicht dem Bäcker, sondern wird zuerst gesegnet. Erst danach beginnt der Alltag des Essens. Diese Ordnung „erst danken, dann verbrauchen“ findet sich in vielen Kulturen, wie der Blick nach Südamerika zeigt.

1.4 Sonne über Cusco

Die prächtigste Beschreibung eines Inka-Festes stammt von einem Mann zwischen zwei Welten. Garcilaso de la Vega war der Sohn eines spanischen Eroberers und einer Inka-

¹³ Altenglisch *hlāf* („Laib“) und *mæsse* („Messe“). Das altenglische Martyrologium (9. Jh.) nennt den 1. August *hlafsenunga* („Brotsegnung“). Vgl. Parker, *A little history of Lammas* (2017).

¹⁴ Altenglisch *Æthelflæd*, Tochter Alfreds des Großen und Herrin der Mercier. Angelsächsische Chronik, Jahr 913, engl. Übers. (Project Gutenberg): „... and before Lammas that at Stafford“, <https://www.gutenberg.org/cache/epub/657/pg657.txt>. Das Menologium, ein altenglisches Kalendergedicht, sagt: „welhwær bringeð Agustus yrmenþeodum hlafmæssan dæg“ – „überall bringt der August den Völkern den Tag der Brotmesse“ (Übers. d. Verf.), zitiert nach Parker (2017).

¹⁵ Handschrift British Library, Cotton Vitellius E xviii (Psalter aus Winchester): „nim of ðam gehalgedan hlafe þe man halgie on hlafmæssedæg feower snæda 7 gecryme on þa feower hyrna þæs berenes“ – „nimm vier Stücke von dem geweihten Brot, das man am Lammas-Tag segnet, und zerkrümle sie in den vier Ecken der Scheune“ (Übers. d. Verf.). Nach Parker (2017).

¹⁶ Parker, *A little history of Lammas* (2017), <https://aclerkofoxford.blogspot.com/2017/08/a-little-history-of-lammas.html>; ausführlich Parker, *Winters in the World* (2022).

Prinzessin.¹⁷ In seinen „Königlichen Kommentaren“ schildert er vier Hauptfeste in der Hauptstadt Cusco. Das feierlichste war *Inti Raymi*, das Fest der Sonne zur Wintersonnenwende im Juni.

Drei Tage lang fastete das Volk und aß nur etwas rohen Mais und Kräuter. In der ganzen Stadt durfte kein Feuer brennen. Die Sonnenjungfrauen kneteten ein besonderes Maisbrot, das man sonst nie aß. Am Festtag entzündete der Hohepriester ein neues Feuer, und zwar mit einem Armreif, auf dem ein polierter Hohlspiegel saß. So kam das Feuer, wie Garcilaso schreibt, unmittelbar „aus der Hand der Sonne“. Die Inka hatten also ein Brennglas zur Liturgie gemacht.

Streng genommen war Inti Raymi kein Erntefest. Garcilaso begründet es mit der Sonne als Gott und Stammvater der Inka. Doch im Andenhochland hing alles am Lauf der Sonne, vom Keimen des Maises bis zum Frost. Für das Keimen gab es sogar ein eigenes Fest, bei dem man um Schutz vor Kälte bat. Inti Raymi ist daher am besten als Sonnenfest im Jahreskreis des Ackerbaus zu verstehen.

Die Spanier hatten für solche Feste wenig übrig. Das letzte Inti Raymi in Anwesenheit eines Inka fand 1535 statt, 1572 verbot es der Vizekönig Francisco de Toledo.¹⁸ Fast vier Jahrhunderte später holte man es zurück. 1944 inszenierten der Intellektuelle Humberto Vidal Unda und der Schauspieler Faustino Espinoza Navarro das Fest neu, nach dem Vorbild Garcilasos. Seitdem wird es am 24. Juni in der Festungsanlage Sacsayhuamán oberhalb von Cusco aufgeführt. Die peruanische Nachrichtenagentur Andina betont, wie sehr das Schauspiel die Identität der Stadt prägt und Stolz stiftet. Es ist aber auch ein Magnet für Besucher aus aller Welt. Erinnerung, Glaube und Tourismus sind hier kaum noch zu trennen.

Lebendiger als jede Inszenierung ist ein Alltagsbrauch der Anden. Den ganzen August über ehren die Menschen in Bolivien, Peru, Ecuador und Nordargentinien Pachamama, die Mutter Erde.¹⁹ Sie vergraben Speisen, verbrennen Weihrauch und danken für die Ernte. Und bevor ein Gast isst, bekommt Pachamama ihren Anteil. Wieder gilt die Regel: Der erste Bissen gehört nicht uns.

1.5 Den Hunger auslachen

In Accra, der Hauptstadt Ghanas, wird jedes Jahr im Spätsommer gegen den Hunger protestiert. Das Fest der Ga heißt *Homowo*, und das bedeutet wörtlich „den Hunger verhöhnen“.²⁰ Nach der Überlieferung litten die Ga auf ihrer Wanderung an die Küste schwere Hungersnöte. Als endlich eine gute Ernte kam, lachten sie dem Hunger ins Gesicht. Daraus wurde ein Fest, bei dem man nicht demütig dankt, sondern triumphiert.

¹⁷ Garcilaso de la Vega, „El Inca“ (1539–1616), *Comentarios Reales de los Incas* (1609), Buch VI, Kap. 20–23; engl. Übers. Markham (1871), Bd. II, S. 155–163 (Fasten, Maisbrot *cancu*, Neues Feuer); zum Fest beim Keimen des Maises ebd. S. 227 f.

¹⁸ Vgl. „Inti Raymi“, https://es.wikipedia.org/wiki/Inti_Raymi; Agencia Andina, „Peru’s Inti Raymi: How this festival shapes Cusco’s identity and inspires pride“, <https://andina.pe/ingles/noticia-perus-inti-raymi-how-this-festival-shapes-cuscos-identity-and-inspires-pride-1080933.aspx>. Sacsayhuamán ist eine Festungs- und Tempelanlage der Inka oberhalb von Cusco.

¹⁹ *Pachamama* (Quechua) bedeutet etwa „Mutter Erde“ oder „Mutter Welt“. Vgl. „Pachamama“, <https://en.wikipedia.org/wiki/Pachamama>.

²⁰ Ga, von *homo* („Hunger“) und *wo* („verhöhnen, ausbuhen“). Vgl. „Homowo“, <https://en.wikipedia.org/wiki/Homowo>; zum Lärmverbot Ghanaian Times via AllAfrica, 19.08.2025, <https://allafrica.com/stories/202508190542.html>.

Vor der Freude kommt allerdings die Stille. Nach der Aussaat der Hirse gilt in Accra rund einen Monat lang ein Verbot von Trommeln und Lärm. Das Wachstum soll nicht gestört werden. Für eine Millionenstadt ist das eine bemerkenswerte Disziplin. Am Festtag ziehen der Ga-König und die Häuptlinge durch die Straßen. Sie sprengen *kpokpoi*, ein gedämpftes Gericht aus gemahlenem Mais oder Hirse mit Palmöl und Okra.²¹ Die Geste soll Hungersnöte fernhalten und die Ahnen ehren.

Im Südosten Nigerias feiern die Igbo das Fest der Neuen Yamswurzel, *Iri Ji*.²² Die Yamswurzel ist dort mehr als ein Nahrungsmittel, sie ist ein Statussymbol. Wer als erwachsener Mann neue Yams vor dem Fest isst, begeht einen Tabubruch. Der Schriftsteller Chinua Achebe hat dem Fest in seinem Roman „Things Fall Apart“ ein Denkmal gesetzt. Heute verbinden manche Gemeinden den alten Brauch mit dem christlichen Glauben. 2023 schnitt ein traditioneller Herrscher in Egede die erste Yamswurzel sogar in einer katholischen Pfarrei an. Der Priester John Amadi deutete das Fest als Feier von Hingabe und harter Arbeit, wie im Gleichnis von den anvertrauten Talenten.²³

Am anderen Ende der Welt, in Neuseeland, gehen die Maori noch einen Schritt weiter. Beim Neujahrsfest Matariki, benannt nach dem Sternbild der Plejaden, kochen sie Speisen für die Sterne.²⁴ Im Erdofen garen Süßkartoffeln für die Sterne der Erde und Fisch für die Sterne des Wassers. Der aufsteigende Dampf ist das Geschenk an den Himmel. Seit 2022 ist Matariki sogar gesetzlicher Feiertag.

Was haben ein Pharaio mit Sichel, ein Bauer mit Feigenkorb und ein Ga-König mit Maisbrei gemeinsam? In allen fünf Ursprüngen gehört der erste Anteil jemand anderem: den Göttern, den Ahnen, der Erde oder den Armen. Aus Angst wurde dabei nach und nach Dank, aus Tausch wurde Erinnerung. Ein besonders berühmtes Erntefest hat diesen Weg allerdings fast vergessen. Es kommt aus Amerika und hat Federn.

2. Truthahn und Mythos

Kein Erntefest ist so berühmt wie das amerikanische Thanksgiving. Jedes Schulkind kennt die Bilder von Pilgervätern mit Schnallenhüten und freundlichen Indianern am gedeckten Tisch. Dieses Kapitel prüft, was davon stimmt. Es lässt die Wampanoag zu Wort kommen, stellt eine vergessene Herausgeberin vor und folgt dem Fest bis nach Afrika, in die Südsee und zum Black Friday.

²¹ *Kpokpoi* (auch *kpekple*) wird aus gedämpftem Mais- oder Hirseteig mit Palmöl und Okra zubereitet; das Versprengen heißt *Nishwamo* und ehrt die Ahnen. Vgl. „Homowo“ (s. o.); zum Fest 2025 Graphic Online, <https://www.graphic.com.gh/news/general-news/ga-mashie-celebrates-homowo-2.html>.

²² *Iri Ji* (Igbo: „Yams essen“). Nonso Egbo, „Iwa Ji: The New Yam Festival in Igbo land“, The Guardian Nigeria 2021, <https://guardian.ng/life/iwa-ji-the-new-yam-festival-in-igbo-land/>; Achebe, *Things Fall Apart* (1958), Kap. 5.

²³ „The New Yam festival is a celebration of dedication and hard work as exemplified in the parable of the Talent“ (Übers. d. Verf.). Gazette Nigeria, <https://gazettengr.com/new-yam-festival-conforms-with-christian-teachings-says-catholic-priest/>. Das Gleichnis steht in Mt 25,14–30.

²⁴ Die Zeremonie heißt *whāngai i te hautapu*. Seit dem *Te Kāhui o Matariki Public Holiday Act 2022* ist Matariki in Neuseeland gesetzlicher Feiertag. Vgl. „Matariki“, <https://en.wikipedia.org/wiki/Matariki>.

2.1 Drei Tage in Plymouth

Im Herbst 1621 hatten die Siedler von Plymouth ein Jahr hinter sich, das kaum jemand überleben sollte. Von den rund hundert Passagieren der *Mayflower* war im ersten Winter etwa die Hälfte gestorben.²⁵ Nun war die erste Ernte eingebracht. Über das, was dann geschah, gibt es genau einen Augenzeugenbericht. Edward Winslow schrieb ihn am 11. Dezember 1621 in einem Brief nach England, gedruckt wurde er ein Jahr später.²⁶

Der Text ist kurz und erstaunlich nüchtern. „Nachdem unsere Ernte eingebracht war“, schreibt Winslow, „schickte unser Gouverneur vier Männer auf Vogeljagd, damit wir uns nach getaner Arbeit auf besondere Weise gemeinsam freuen könnten.“ Die vier erlegten an einem Tag so viel Geflügel, dass es fast eine Woche reichte. Man übte sich im Waffengebrauch, und viele Indianer kamen hinzu. Unter ihnen war ihr „größter König“ Massasoit mit etwa neunzig Männern. Drei Tage lang wurden sie bewirtet, und sie selbst erlegten fünf Hirsche, die sie den Siedlern schenkten.

Ein Truthahn kommt in diesem Bericht nicht vor, nur „Geflügel“. Immerhin erwähnt der Gouverneur William Bradford für jenen Herbst einen „großen Vorrat an wilden Truthühnern“.²⁷ Ob einer davon auf dem Tisch landete, weiß niemand. Von Kürbiskuchen, Preiselbeersosse und Kartoffelbrei schreibt Winslow ebenfalls kein Wort. Das klassische Menü ist eine spätere Zutat.

Wichtiger noch: Die Siedler selbst nannten dieses Treffen nicht „Thanksgiving“. Für die strengen Puritaner war ein Danktag eine ernste religiöse Angelegenheit mit Gebet und Gottesdienst, kein Fest mit Wildbret und Schießübungen. Das Pilgrim Hall Museum in Plymouth spricht daher von einem weltlichen Erntefest.²⁸ Den ersten belegten religiösen Danktag hielten die Siedler 1623. Nach einer langen Dürre hatten sie einen Tag lang gefastet und gebetet. Am Abend kam Regen, und Bradford berichtet, man habe daraufhin „einen Tag des Dankes“ festgesetzt.

Die Geschichte vom „ersten Thanksgiving“ ist also eine Kombination aus zwei Ereignissen. Das eine war ein fröhliches Festmahl ohne Gebet, das andere ein Gebetstag ohne Festmahl. Erst das 19. Jahrhundert verschmolz beides zu einem Bild, das eine junge Nation gut gebrauchen konnte (Abschnitt 2.3). Wer an diesem Bild malte, ließ allerdings eine Hälfte der Gäste im Schatten.

2.2 Die andere Seite der Tafel

Warum kam Massasoit mit neunzig Männern nach Plymouth? Winslow sagt es nicht. Das Magazin des Smithsonian-Museums für indianische Kultur nennt eine verbreitete Deutung. Die Wampanoag hätten die Schüsse der feiernden Engländer gehört und wollten

²⁵ Die *Mayflower* brachte 1620 rund hundert Passagiere nach Neuengland; etwa die Hälfte starb im ersten Winter. Vgl. „Mayflower“, <https://en.wikipedia.org/wiki/Mayflower>.

²⁶ Edward Winslow, Brief vom 11.12.1621, gedruckt in *Mourt's Relation* (1622): „our harvest being gotten in, our governour sent foure men on fowling, that so we might after a speciall manner rejoyce together, after we had gathered the fruits of our labours ... their greatest king Massasoyt, with some ninetie men, whom for three dayes we entertained and feasted, and they went out and killed five Deere“ (Übers. d. Verf.). Pilgrim Hall Museum, <https://www.pilgrimhall.org/primary-sources-for-the-first-thanksgiving-at-plymouth/>.

²⁷ Bradford, *Of Plimoth Plantation*: „And besids water foule, ther was great store of wild Turkeys, of which they tooke many“ (Übers. d. Verf.), zitiert nach Pilgrim Hall Museum (s. o.).

²⁸ Pilgrim Hall Museum, „Religious Roots“: das Treffen von 1621 „was actually a secular harvest feast“; zum Danktag 1623 nach der Dürre ebd., <https://www.pilgrimhall.org/religious-roots/>.

nachsehen, was los war.²⁹ Dann wären sie nicht als geladene Gäste gekommen, sondern als bewaffnete Delegation. Die Museumspädagogin Nichelle Garcia urteilt knapp: Das Treffen sei mehr Diplomatie als Festmahl gewesen. Es kamen übrigens nur Männer.

Zu dieser Diplomatie gehörte ein Mann mit einem unglaublichen Lebenslauf. Tisquantum, bekannt als Squanto, war 1614 von dem englischen Kapitän Thomas Hunt entführt und im spanischen Málaga als Sklave verkauft worden.³⁰ Er gelangte nach London, lebte dort bei einem Kaufmann und lernte Englisch. 1619 kehrte er in seine Heimat zurück und fand sein Dorf Patuxet leer. Eine Seuche hatte alle Bewohner getötet. Ausgerechnet auf diesem verlassenem Land bauten die Pilger ihre Siedlung. Squanto zeigte ihnen, wie man Mais anbaut und mit Fisch düngt. Bradford nannte ihn später ein „besonderes Werkzeug, von Gott gesandt“.

Dreihundertfünfzig Jahre später wollte Massachusetts das Jubiläum feierlich begehen. Man lud Wamsutta Frank James ein, einen Wampanoag, eine Rede zu halten. Die Behörden lasen den Text vorab und untersagten ihn. Ein Vertreter erklärte, das Thema sei „Brüderlichkeit“, und alles Aufrührerische wäre fehl am Platz gewesen.³¹ Seitdem versammeln sich jedes Jahr an Thanksgiving indigene Amerikaner auf dem Cole's Hill in Plymouth zum „Nationalen Trauertag“.

Die unterdrückte Rede ist bis heute nachzulesen.³² „Ich spreche zu euch als Mann – als Wampanoag“, beginnt sie. Die Pilger hätten kaum vier Tage die Küste von Cape Cod erkundet. Da hätten sie schon die Gräber seiner Vorfahren geplündert und ihren Mais und ihre Bohnen gestohlen. Massasoits Gastfreundschaft sei „vielleicht unser größter Fehler“ gewesen, denn sie sei „der Anfang vom Ende“ gewesen. Und doch endet die Rede nicht in Bitterkeit, sondern mit einem Satz voller Trotz: „Unser Geist weigert sich zu sterben.“

Wer genauer hinsieht, entdeckt bei den Ureinwohnern eine eigene, viel ältere Kultur des Dankes. Die Haudenosaunee, auch Irokesen genannt, beginnen wichtige Versammlungen mit einer Danksagung.³³ Ihr Name in der Sprache der Mohawk bedeutet „Worte vor allem anderen“. Der Älteste Tom Porter übersetzt ihn als „das, was wir sagen, bevor wir irgendetwas Wichtiges tun“. Der Sprecher grüßt und dankt der Reihe nach den Menschen, der Mutter Erde, den Gewässern, den Fischen und Pflanzen. Er dankt den Tieren, Bäumen und Vögeln, den Winden und dem Donner, Sonne, Mond und Sternen und zuletzt dem Schöpfer. Nach jedem Abschnitt folgt derselbe Satz: „Nun sind unsere Gedanken eins.“ Hier

²⁹ Aaron Levin, „A Closer Look at the Thanksgiving Tale“, *American Indian Magazine* (Smithsonian NMAI), Herbst 2025: „The event was more about diplomacy than a feast“ (Übers. d. Verf.), <https://www.americanindianmagazine.org/story/a-closer-look-at-the-thanksgiving-tale>.

³⁰ Vgl. „Squanto“, <https://en.wikipedia.org/wiki/Squanto>; Bradfords Urteil („a special instrument sent of God for their good“) nach Pilgrim Hall Museum, „Tisquantum / Squanto“, <https://www.pilgrimhall.org/tisquantum-squanto/>.

³¹ Organisiert von den United American Indians of New England (UAINE), erstmals am 26.11.1970. Vgl. „National Day of Mourning (United States protest)“, [https://en.wikipedia.org/wiki/National_Day_of_Mourning_\(United_States_protest\)](https://en.wikipedia.org/wiki/National_Day_of_Mourning_(United_States_protest)).

³² Wamsutta Frank James, unterdrückte Rede von 1970: „I speak to you as a man – a Wampanoag Man.“ – „This action by Massasoit was perhaps our biggest mistake. ... little knowing that it was the beginning of the end“ – „Our spirit refuses to die.“ (Übers. d. Verf.), http://www.uaine.org/suppressed_speech.htm.

³³ Mohawk *Ohèn:ton Karihwatéhkwén*, englisch „Words Before All Else“. Six Nations Indian Museum / The Tracking Project (1993), veröffentlicht über das Smithsonian NMAI, Refrain: „Now our minds are one“, https://americanindian.si.edu/environment/pdf/01_02_Thanksgiving_Address.pdf; zu Tom Porter vgl. <https://mbq-tmt.org/ohenton-karihwatehkwen/>.

ist Dank kein Feiertag im Kalender, sondern die Grundlage jedes Gesprächs. Man einigt sich zuerst darüber, was man empfangen hat, und streitet erst danach.

2.3 Die Frau hinter dem Feiertag

Dass Thanksgiving heute ein nationaler Feiertag ist, verdankt Amerika vor allem einer Frau. Sarah Josepha Hale war von 1837 bis 1877 Herausgeberin von *Godey's Lady's Book*, der einflussreichsten Frauenzeitschrift ihrer Zeit.³⁴ Ihr wird auch das Kinderlied „Mary Had a Little Lamb“ zugeschrieben. Ab 1846 warb sie unermüdlich für einen gemeinsamen Danktag aller Staaten. Bis dahin legte jeder Gouverneur seinen eigenen Termin fest, und manche Staaten feierten gar nicht.

Hale arbeitete wie eine moderne Lobbyistin. Sie schrieb an jeden Gouverneur, an amerikanische Gesandte im Ausland, an Missionare und an Kommandanten der Marine. Präsidenten ließen sie freundlich abblitzen. Dann kam der Bürgerkrieg, und mit ihm ein Präsident, der für die zerrissene Nation dringend ein gemeinsames Fest brauchte.

Am 28. September 1863 schrieb Hale an Abraham Lincoln.³⁵ Sie bat darum, Thanksgiving zu einem „nationalen und festen Fest der Union“ zu machen. Nebenbei erwähnte sie, sie habe auch an ihren „Freund“, Außenminister William Seward, geschrieben. Fünf Tage später, am 3. Oktober, unterzeichnete Lincoln eine Proklamation, die Seward entworfen hatte.³⁶ Sie bestimmte den letzten Donnerstag im November zum Tag „des Dankes und des Lobes“.

Der Text ist bemerkenswert, weil er mitten im Krieg vom Segen spricht. „Das Jahr, das sich seinem Ende zuneigt, war erfüllt von den Segnungen fruchtbarer Felder und gesunder Himmel“, beginnt er. Doch er bleibt nicht beim Jubel. Die Amerikaner sollen Gott auch „in demütiger Reue für unsere nationale Verderbtheit und unseren Ungehorsam“ um Heilung der Wunden bitten. Ein Staat verordnete sich also Dank und Buße zugleich. Wenige Monate nach der Schlacht von Gettysburg war beides angebracht.

Ganz zur Ruhe kam der Feiertag damit nicht. 1939 fiel der letzte Novemberdonnerstag auf den 30. November, und die Händler fürchteten um ihr Weihnachtsgeschäft. Präsident Franklin D. Roosevelt verlegte Thanksgiving deshalb um eine Woche nach vorn.³⁷ Der Bürgermeister von Atlantic City spottete über „Franksgiving“, und einige Staaten feierten in diesem Jahr einfach zweimal. Erst 1941 legte der Kongress den vierten Donnerstag im

³⁴ Vgl. „Sarah Josepha Hale“, https://en.wikipedia.org/wiki/Sarah_Josepha_Hale. Die Urheberschaft von „Mary's Lamb“ (1830) wird ihr zugeschrieben, ist aber nicht unbestritten.

³⁵ Hale an Lincoln, Philadelphia, 28.09.1863: „made a National and fixed Union Festival“ (Übers. d. Verf.); im Brief spricht sie selbst von fünfzehn Jahren Werbung im *Lady's Book*. Transkript: https://www.whatsoproudlywehail.org/wp-content/uploads/2012/11/Hale_Letter-to-President-Abraham-Lincoln.pdf.

³⁶ Proklamation 106 vom 03.10.1863: „The year that is drawing toward its close has been filled with the blessings of fruitful fields and healthful skies“; „with humble penitence for our national perverseness and disobedience“; „to heal the wounds of the nation“ (Übers. d. Verf.), <https://www.presidency.ucsb.edu/documents/proclamation-106-thanksgiving-day-1863>; zur Entstehung National Park Service, <https://www.nps.gov/liho/learn/historyculture/lincoln-and-thanksgiving.htm>.

³⁷ National Archives, „Congress Establishes Thanksgiving“, <https://www.archives.gov/legislative/features/thanksgiving>; vgl. „Franksgiving“, <https://en.wikipedia.org/wiki/Franksgiving>. Wie viele Staaten 1939 dem neuen Termin folgten, geben die Quellen unterschiedlich an.

November gesetzlich fest. Der Dank an Gott hatte damit endgültig einen Partner bekommen: den Einzelhandel (Abschnitt 2.5).

2.4 Thanksgiving anderswo

Kanada beansprucht, das erste Thanksgiving Nordamerikas gefeiert zu haben, und zwar vor den Pilgern. 1578 hielt der englische Seefahrer Martin Frobisher in der östlichen Arktis, im heutigen Nunavut, einen Dankgottesdienst ab.³⁸ Gegessen wurden gesalzenes Rindfleisch, Schiffszwieback und Erbsenbrei. Ob das als „echtes“ Thanksgiving zählt, ist allerdings umstritten. Seit 1957 feiert Kanada jedenfalls am zweiten Montag im Oktober. Das Parlament proklamierte damals einen Tag des Dankes „an den allmächtigen Gott für die reiche Ernte, mit der Kanada gesegnet worden ist“.

In Westafrika gibt es ein Thanksgiving mit ganz eigener Geschichte. Liberia wurde im 19. Jahrhundert von freigelassenen Sklaven aus den Vereinigten Staaten mitgegründet. Sie brachten den Danktag mit, und ein Gesetz von 1883 machte ihn zum Nationalfeiertag am ersten Donnerstag im November.³⁹ Jedes Jahr ruft der Präsident ihn erneut per Proklamation aus.

Auf der Karibikinsel Grenada hat Thanksgiving eine politische Note. Dort erinnert der 25. Oktober an die von den USA geführte Invasion von 1983, die einen Militärputsch beendete.⁴⁰ Was die einen als Befreiung feiern, sehen andere bis heute kritisch. Ein Danktag kann eben auch Geschichtsdeutung sein.

Die skurrilste Variante liegt in der Südsee. Auf der australischen Norfolkinsel führte in den 1890er-Jahren der amerikanische Händler Isaac Robinson Thanksgiving ein.⁴¹ Er war der erste und bislang einzige Konsul der Vereinigten Staaten auf der Insel. Robinson starb schon im folgenden Jahr und wurde auf See bestattet. Sein Fest aber überlebte ihn. Bis heute binden die Inselbewohner Maisstängel an die Kirchenbänke und häufen Blumen auf den Altar. Die Erntegaben werden anschließend zugunsten der Kirche verkauft.

Und dann ist da Leiden in den Niederlanden. Hier lebten die Pilger von 1609 bis 1620, bevor sie nach Amerika aufbrachen.⁴² Jedes Jahr an Thanksgiving findet in der Pieterskerk ein ökumenischer Gottesdienst statt, 2024 mit Hunderten Besuchern. Manche vermuten, die Pilger hätten ihr Erntefest vom Leidener Festtag am 3. Oktober abgeschaut, der an das Ende der spanischen Belagerung von 1574 erinnert. Das städtische Erbe-Archiv nennt das

³⁸ The Canadian Encyclopedia, „Thanksgiving Day in Canada“, <https://www.thecanadianencyclopedia.ca/en/article/thanksgiving-day>. Proklamation 1957: „a day of General Thanksgiving to Almighty God for the bountiful harvest with which Canada has been blessed“ (Übers. d. Verf.).

³⁹ Proklamation des Präsidenten 2025 mit Verweis auf „an Act of National Legislation enacted in 1883“, Ministry of Information (MICAT), <https://micat.gov.lr/node/4330>.

⁴⁰ Vgl. „Thanksgiving“, <https://en.wikipedia.org/wiki/Thanksgiving>; „United States invasion of Grenada“, https://en.wikipedia.org/wiki/United_States_invasion_of_Grenada.

⁴¹ Church of England Norfolk Island, „How did the most American of holidays end up on a remote island ...“, 23.11.2016, <https://norfolkislandchurchofengland.com/2016/11/23/how-did-the-most-american-of-holidays-end-up-on-a-remote-island-in-the-middle-of-the-south-pacific/>.

⁴² Erfgoed Leiden, „The Pilgrims in Leiden“, <https://www.erfgoedleiden.nl/leiden-400-heritage-leiden-program-meet-your-pilgrim-ancestor/pilgrims-in-leiden/the-pilgrims-in-leiden>; DutchNews, „Hundreds gather at Leiden’s Pieterskerk for Thanksgiving“, 2024, <https://dutchnews.nl/2024/11/hundreds-gather-at-leidens-pieterskerk-for-thanksgiving>.

ausdrücklich „eine Theorie“. Sicher ist nur: Das amerikanischste aller Feste hat auch europäische und pazifische Wurzeln.

2.5 Danken als Ware

Jedes Jahr im November begnadigt der amerikanische Präsident einen Truthahn. Das Ritual wirkt uralte, ist aber jünger, als viele glauben.⁴³ Für eine Begnadigung durch Abraham Lincoln fehlen zeitgenössische Belege. Auch die Truman-Bibliothek fand keine Dokumente, die einen „begnadigten“ Truthahn unter Truman belegen. John F. Kennedy verschonte 1963 tatsächlich einen Vogel, mit einem launigen Satz, den die Quellen unterschiedlich überliefern. Ronald Reagan sprach 1987 im Scherz von „Begnadigung“, um Fragen zur Iran-Contra-Affäre auszuweichen. Erst George H. W. Bush machte 1989 daraus eine förmliche Zeremonie.

Der Truthahn selbst ist ein Wirtschaftsfaktor. 2016 schätzte der amerikanische Truthahnverband, dass zu Thanksgiving rund 46 Millionen Tiere verzehrt werden.⁴⁴ Der amerikanische Bauernverband berechnet jedes Jahr die Kosten eines klassischen Thanksgiving-Essens. 2025 kostete das Menü für zehn Personen 55,18 Dollar, rund fünf Prozent weniger als im Vorjahr.⁴⁵ Dank lässt sich offenbar beziffern.

Eine Geschichte zeigt, wie das Fest sogar die Esskultur veränderte. 1953 hatte der Lebensmittelkonzern Swanson nach Thanksgiving rund 260 Tonnen Truthahn übrig. Das Fleisch rollte in zehn Kühlwaggons hin und her, weil niemand wusste, wohin damit.⁴⁶ Die Lösung war ein Aluminiumtablett mit Truthahn, Füllung und Beilagen, das man nur aufwärmen musste. Das „TV Dinner“ war geboren, und 1954 verkaufte Swanson zehn Millionen Stück. Aus dem Überfluss eines Danktags wurde so das Fertiggericht vor dem Fernseher.

Am Tag nach Thanksgiving beginnt der „Black Friday“. Der Name stammt nicht, wie oft behauptet, von Bilanzen, die endlich schwarze Zahlen schreiben. Polizisten in Philadelphia nannten Ende der Fünfzigerjahre so die Tage nach Thanksgiving, an denen Einkaufsmassen die Innenstadt verstopften.⁴⁷ Ein Briefmarkenhändler schrieb 1966 trocken, das sei bei der Polizei „kein Kosenamen“. Heute ist der Black Friday ein weltweites Rabattereignis, auch in Deutschland. Auf den Dank folgt der Kaufrausch, und zwar pünktlich am nächsten Morgen.

Eine jüngere Entwicklung ist versöhnlicher. Seit etwa 2007 feiern junge Leute „Friendsgiving“, ein Thanksgiving unter Freunden statt mit der Familie.⁴⁸ Seit 2020 steht

⁴³ History.com, „A Brief History of the Presidential Turkey Pardon“, <https://www.history.com/articles/a-brief-history-of-the-presidential-turkey-pardon>. Kennedys Satz lautet dort „We’ll just let this one grow“, andernorts „Let’s keep him going“.

⁴⁴ National Turkey Federation, Schätzung für Thanksgiving 2016, nach The Poultry Site, <https://thepoultrysite.com/news/2016/11/americans-ready-to-celebrate-thanksgiving-with-46-million-respectable-birds>.

⁴⁵ American Farm Bureau Federation, 40. Thanksgiving-Umfrage 2025: 55,18 US-Dollar für zehn Personen, <https://www.fb.org/news-release/cost-of-thanksgiving-dinner-declines>.

⁴⁶ Smithsonian Magazine, „A Brief History of the TV Dinner“, <https://www.smithsonianmag.com/arts-culture/brief-history-tv-dinner-180976039/>. Wer die Idee hatte, ist umstritten.

⁴⁷ The Philadelphia Inquirer, „Black Friday started in Philly“, https://www.inquirer.com/philly/hp/news_update/Black_Friday_started_in_Philly.html; Briefmarkenhändler 1966: „It is not a term of endearment to them“ (Übers. d. Verf.).

⁴⁸ Rachel Treisman (NPR), „Friendsgiving 101“, 19.11.2025, <https://www.michiganpublic.org/arts-life/2025-11-19/friendsgiving-101-a-history-of-the-made-up-holiday-and-how-to-celebrate-it>.

das Wort im Wörterbuch Merriam-Webster. Wer fern der Heimat lebt oder mit der Verwandtschaft über Politik streitet, findet hier einen Tisch. Die Gästeliste aus dem fünften Buch Mose (Abschnitt 1.2) hätte daran vermutlich ihre Freude. Thanksgiving zeigt beides: wie leicht Dank zur Ware wird und wie hartnäckig er sich gegen die Vermarktung wehrt.

3. Erntedank in Europa

Das europäische Erntedankfest hat keine Pilgerväter, aber eine bewegte Geschichte. Dieses Kapitel erzählt von einem Lied aus dem Dreißigjährigen Krieg und von einem Vulkan, der Europa hungern ließ. Es besucht einen exzentrischen Pfarrer in Cornwall, einen Hügel bei Hameln und die Kirchen von heute.

3.1 Nun danket alle Gott

Das bekannteste deutsche Danklied entstand nicht im Überfluss, sondern im Krieg. Sein Dichter Martin Rinckart war Pfarrer im sächsischen Eilenburg, einer kleinen Stadt mit festen Mauern.⁴⁹ Im Dreißigjährigen Krieg flohen viele Menschen aus der Umgebung hinter diese Mauern. Die Stadt war überfüllt, und es folgten Hunger und Pest.

Das Jahr 1637 wurde zur Katastrophe. Der Überlieferung nach starben in Eilenburg rund 8.000 Menschen.⁵⁰ Der Superintendent war geflohen, und Rinckart blieb als einziger Geistlicher zurück. An manchen Tagen beerdigte er 40 bis 50 Menschen, im ganzen Jahr über 4.000. Am 8. Mai 1637 starb auch seine Frau. Zuletzt mussten die Toten ohne Gottesdienst in Gräben beigesetzt werden. Die Übersetzerin Catherine Winkworth berichtet, auf den Straßen hätten sich Menschen um eine tote Katze oder Krähe geprügelt.⁵¹

Lange glaubte man, Rinckart habe „Nun danket alle Gott“ nach diesem Grauen geschrieben, vielleicht sogar zum Westfälischen Frieden 1648. Das klingt heroisch, stimmt aber nicht. Das Lied erschien bereits 1636 in seinem Andachtsbuch „Jesu Hertz-Büchlein“, unter der Überschrift „Tisch-Gebetlein“.⁵² Das berühmteste Danklied der Deutschen war also ursprünglich ein Tischgebet. Die erste Strophe lautete im alten Druck: „Nun dancket alle Gott / Mit Hertzen Mund vnd Händen / Der grosse Dinge thut / An vns vnd aller Enden.“

Die Vorlage stammt aus der Bibel, aus dem Buch Jesus Sirach, das Luther zu den Apokryphen zählte.⁵³ Dort heißt es: „Nun danket alle Gott, der große Dinge tut an allen Enden.“ Die Melodie erschien 1647 im Gesangbuch des Berliner Kantors Johann Crüger. Später kam eine Legende hinzu, die sich hartnäckig hält. 1757 sollen nach der Schlacht von

⁴⁹ Vgl. „Martin Rinckart“, https://de.wikipedia.org/wiki/Martin_Rinckart; „Nun danket alle Gott“, https://en.wikipedia.org/wiki/Nun_danket_alle_Gott.

⁵⁰ Nach Julian, *A Dictionary of Hymnology*, über hymnary.org: „over some 40 to 50 persons a day, and in all over about 4,480“, https://hymnary.org/person/Rinckart_Martin. Die Zahlen beruhen auf Überlieferungen des 19. Jahrhunderts.

⁵¹ Winkworth, *Christian Singers of Germany* (1869): „thirty or forty persons might be seen fighting in the streets for a dead cat or crow“, <https://ccel.org/ccel/winkworth/singers.rinkart.html>.

⁵² Vgl. „Nun danket alle Gott“, https://de.wikipedia.org/wiki/Nun_danket_alle_Gott, nach Herbst, *Wer ist wer im Gesangbuch?* (2001), S. 255 f.; Wortlaut 1636 nach dem Liederlexikon des Deutschen Volksliedarchivs, https://www.liederlexikon.de/lieder/nun_danket_alle_gott/editiona/. Heute EG 321 / GL 405.

⁵³ Sir 50,24 (Lutherbibel 2017), <https://www.die-bibel.de/bibel/LU17/SIR.50>. Apokryphen sind Schriften, die Luther nicht zur Heiligen Schrift zählte, aber als „nützlich und gut zu lesen“ in seine Bibel aufnahm. Zum „Choral von Leuthen“ als späterer Legende vgl. „Nun danket alle Gott“, https://en.wikipedia.org/wiki/Nun_danket_alle_Gott.

Leuthen 25.000 preußische Soldaten spontan das Lied angestimmt haben. Historiker halten diesen „Choral von Leuthen“ für eine Erfindung der preußischen Propaganda. 1858 übersetzte Catherine Winkworth das Lied als „Now Thank We All Our God“ ins Englische.

Die Wahrheit ist schlichter und tröstlicher als die Legende. Ein Pfarrer schrieb ein Gebet für den Mittagstisch, in einer Zeit, in der jede Mahlzeit ungewiss war. Er dankte nicht für einen Sieg, sondern für das tägliche Brot. Ein Jahr später musste er Tausende begraben. Doch das Lied blieb, weil es dem Alltag entstammte. Fast zwei Jahrhunderte später sollte es noch einmal aus tiefster Seele erklingen.

3.2 Das Jahr ohne Sommer

Im April 1815 explodierte auf der indonesischen Insel Sumbawa der Vulkan Tambora. Es war einer der gewaltigsten Ausbrüche der überlieferten Geschichte.⁵⁴ Mindestens 71.000 Menschen starben auf Sumbawa und der Nachbarinsel Lombok. Asche und Schwefel stiegen hoch in die Atmosphäre und verteilten sich um den Globus. Sie dämpften das Sonnenlicht, und das Wetter geriet weltweit aus dem Takt.

In Europa wurde 1816 zum „Jahr ohne Sommer“.⁵⁵ Es regnete monatelang, es blieb ungewöhnlich kalt, und das Getreide reifte kaum oder verfaulte auf den Feldern. Besonders hart traf es den Südwesten Deutschlands und die Schweiz. Bis Juni 1817 stiegen die Getreidepreise im Gebiet nördlich der Alpen auf das Zweieinhalb- bis Dreifache, örtlich noch höher. Eine bemalte Preistafel aus Heilbronn verzeichnet für 1817 acht Pfund Brot zu einem Gulden und 40 Kreuzern.

Die Forschung hat dabei eine wichtige Einsicht gewonnen. In Württemberg lag die Ernte 1816 nur rund 16 Prozent unter dem langjährigen Durchschnitt. Der Hunger entstand erst, als eine Missernte auf eine Wirtschaftskrise traf.⁵⁶ Nach den Napoleonischen Kriegen lag die Wirtschaft ohnehin danieder, und viele Familien hatten keine Rücklagen. Hunger ist eben selten nur eine Frage des Wetters. Er ist auch eine Frage der Verteilung (Abschnitt 5.3).

Die Not hat sich in kleinen Kunstwerken erhalten, den sogenannten Hungertalern.⁵⁷ Ein Nürnberger Graveur prägte Gedenkmünzen, die in Württemberg und Bayern verbreitet waren. Auf einer steht die Bitte „O gieb mir Brod mich hungert“, auf einer anderen der Trost „Verzaget nicht Gott lebet noch“. In manchen dieser Medaillen steckt ein eingeklebter Zettel. Er berichtet, dass die Bewohner der Städte und Dörfer die Einfuhr des ersten Erntewagens 1817 „mit namenloser Wonne“ feierten. Und weiter: „Überall erscholl aus bewegter Seele: Nun danket alle Gott!“ Rinckarts Tischgebet (Abschnitt 3.1) war zum Lied der Erlösung geworden. In Ravensburg zog der erste Erntewagen am 4. August 1817 feierlich in die Stadt ein, ein Gemälde hält die Szene fest.

⁵⁴ Vgl. „Tambora“, <https://de.wikipedia.org/wiki/Tambora>; zur Opferzahl Oppenheimer (2003). Auf der Vulkanexplosivitätsskala (VEI), die von 0 bis 8 reicht, erreichte der Ausbruch den Wert 7.

⁵⁵ Vgl. „Jahr ohne Sommer“, https://de.wikipedia.org/wiki/Jahr_ohne_Sommer, nach Post (1974); dort auch die Heilbronner Preistafel und das Bild vom Einzug der ersten Erntewagen in Ravensburg am 04.08.1817.

⁵⁶ Medick (1985), nach „Jahr ohne Sommer“ (s. o.).

⁵⁷ Vgl. „Hungertaler“, <https://de.wikipedia.org/wiki/Hungertaler>; Aversano-Schreiber, *Das Jahr ohne Sommer*, Institut für Geschichtliche Landeskunde, <https://www.regionalgeschichte.net/fileadmin/Superportal/Bibliothek/Autoren/Aversano-Schreiber/DasJahrohneSommer.pdf>.

Ein Königspaar zog aus der Krise praktische Konsequenzen. Wilhelm I. von Württemberg und seine Frau Katharina gründeten 1817 einen landwirtschaftlichen Verein, der Bauern beraten sollte.⁵⁸ Am 28. September 1818 fand in Cannstatt das erste Landwirtschaftliche Fest statt, mit weit mehr als 30.000 Gästen und Mitwirkenden. Im November desselben Jahres eröffnete in Hohenheim eine landwirtschaftliche Lehranstalt, die heutige Universität Hohenheim. Aus dem Fest wurde das Cannstatter Volksfest, heute eher für Bierzelte und Achterbahnen bekannt als für Saatgutberatung. In seiner Mitte aber steht bis heute die Fruchtsäule, 26 Meter hoch und mit Früchten gekrönt. Sie erinnert daran, dass dieser Rummel als Dankfest nach einer Hungersnot begann.

3.3 Ein Pfarrer in Cornwall

Robert Stephen Hawker war ein Mann, über den man in Cornwall heute noch Geschichten erzählt. Er war Pfarrer im abgelegenen Küstendorf Morwenstow, schrieb Gedichte und begrub ertrunkene Seeleute auf seinem Friedhof.⁵⁹ Im Herbst 1843 hatte er eine Idee, die England verändern sollte.

Am 13. September 1843 lud er seine Gemeinde mit einer Bekanntmachung ein. „Lasst uns am ersten Sonntag des nächsten Monats im Chorraum unserer Kirche zusammenkommen“, schrieb er, „und dort im Brot aus dem neuen Korn jenes gesegnete Sakrament empfangen.“⁶⁰ Am 1. Oktober 1843 feierte Morwenstow seinen Erntedankgottesdienst. Sein Biograf nennt Hawker vorsichtig „einen der ersten“ Geistlichen, die das Fest wiederbelebten. Was mit einem Brot in einer Dorfkirche begann, wurde zum *Harvest Festival*, das heute in ganz England verbreitet ist. Der Gedanke der alten Brotmesse (Abschnitt 1.3) war zurückgekehrt.

Hawker kannte auch die derberen Bräuche seiner Bauern. Er beschreibt das „Crying the Neck“, das „Ausrufen des Halses“ in Devon und Cornwall.⁶¹ Wer die letzte Garbe geschnitten hatte, schwenkte sie und rief dreimal: „Wir haben ihn!“ Die anderen fragten zurück: „Was habt ihr?“ Die Antwort lautete: „Einen Hals, einen Hals, einen Hals!“ Mit der letzten Garbe war die Ernte besiegt. Der Brauch wird in Cornwall bis heute gepflegt.

Zum englischen Erntedank gehören zwei Lieder, die jedes Schulkind kennt. Das eine schrieb Henry Alford 1844: „Come, ye thankful people, come“. Das andere hat einen deutschen Vater. Matthias Claudius schrieb sein „Bauernlied“ 1782/83 für eine Erzählung über ein erfundenes Erntefest in einem Dorf, „Paul Erdmanns Fest“.⁶² Das Original hatte 16 Strophen und begann mit „Im Anfang war's auf Erden“. Bekannt wurde es mit der Zeile

⁵⁸ Vgl. „Cannstatter Volksfest“, https://de.wikipedia.org/wiki/Cannstatter_Volksfest; „Landwirtschaftliches Hauptfest“, https://de.wikipedia.org/wiki/Landwirtschaftliches_Hauptfest. Die Fruchtsäule wurde 1818 nach einem Entwurf des Hofbaumeisters Nikolaus Friedrich von Thouret errichtet.

⁵⁹ Vgl. „Robert Stephen Hawker“, https://en.wikipedia.org/wiki/Robert_Stephen_Hawker.

⁶⁰ Byles, *The Life and Letters of R. S. Hawker* (1906), S. 171: „Let us gather together in the chancel of our church on the first Sunday of the next month, and there receive, in the bread of the new corn, that blessed sacrament“ (Übers. d. Verf.).

⁶¹ Byles (1906), S. 112: „We have un!“ – „What have ye?“ – „A Neck, A Neck, A Neck!“ (Übers. d. Verf.); vgl. „Crying the Neck“, https://en.wikipedia.org/wiki/Crying_the_Neck.

⁶² Vgl. „Wir pflügen und wir streuen“, https://de.wikipedia.org/wiki/Wir_pflügen_und_wir_streuen; „We Plough the Fields, and Scatter“, https://en.wikipedia.org/wiki/We_Plough_the_Fields_and_Scatter; zu Alford vgl. https://en.wikipedia.org/wiki/Come,_Ye_Thankful_People,_Come. Die Angaben zum Erstdruck schwanken zwischen 1782 und 1783.

„Wir pflügen und wir streuen“. Die Engländerin Jane Montgomery Campbell übersetzte es 1861 als „We plough the fields, and scatter“.

So wanderte der Dank hin und her. Rinckarts Tischgebet ging als „Now Thank We All Our God“ nach England (Abschnitt 3.1). Claudius' Bauernlied wurde dort zum Erntelied schlechthin. Und Hawkers Gottesdienst gab beiden Liedern einen Ort. Die Theologie des Festes aber bringt eine Strophe von Claudius auf den Punkt. Gott, heißt es dort, „wickelt seinen Segen gar zart und künstlich ein und bringt ihn dann behende in unser Feld und Brot“.⁶³ Dann folgen die beiden Zeilen, die das ganze Erntedankfest zusammenfassen: „es geht durch unsre Hände, kommt aber her von Gott“.

3.4 Missbrauchter Dank

Kein Fest ist davor sicher, missbraucht zu werden. Das Erntedankfest erlebte das in Deutschland zwischen 1933 und 1937. Neben dem Reichsparteitag und dem 1. Mai wurde es zur größten Massenveranstaltung der NSDAP.⁶⁴ Schauplatz war der Bückeberg bei Hameln im Weserbergland.

Die Zahlen klingen gewaltig. Zum ersten Reichserntedankfest am 1. Oktober 1933 kamen nach offiziellen Angaben rund 500.000 Menschen, im Jahr darauf 700.000. 1937 sprach das Propagandaministerium von 1,2 bis 1,3 Millionen Besuchern. Diese Zahlen stammen allerdings von den Veranstaltern selbst und sind sicher großzügig aufgerundet.⁶⁵ Die Inszenierung folgte einem festen Ablauf. Hitler schritt über einen 800 Meter langen „Führerweg“ mitten durch die Menge den Hang hinauf. 1933 brauchte er dafür 45 Minuten, so oft schüttelte er Hände. Oben nahm er die Erntekrone entgegen. Obwohl das Fest den Bauern gelten sollte, waren vor allem Beamte und Parteimitglieder zur Teilnahme verpflichtet. Ungewöhnlich viele Frauen und Kinder standen im Publikum, denn auch sie waren ausdrücklich eingeladen.

Ab 1935 kam das Militär dazu. Die Wehrmacht führte auf dem Festgelände Gefechtsübungen vor und setzte dafür ein eigens errichtetes Scheindorf in Brand. Ein Erntefest endete in einer Kriegsübung. Das Fest für 1938 sagte man zwei Tage vorher ab, weil die Eisenbahn für den Aufmarsch gegen die Tschechoslowakei gebraucht wurde. Zuvor hatte das Regime den Erntedanktag 1934 per Gesetz zum staatlichen Feiertag erklärt.

Die Ideologie dahinter hieß „Blut und Boden“.⁶⁶ Der Bauer galt als Quelle der „Rasse“ und als „Nährstand“ des Volkes. Gedankt wurde nun nicht mehr Gott, sondern dem Volk und seinem Führer. Man vergleiche das mit dem Pharao, der selbst zur Sichel griff (Abschnitt 1.1). Oder mit König Agrippa, der seinen Korb trug wie jeder Bauer (Abschnitt 1.2). Hier nahm der Herrscher die Erntekrone entgegen, als hätte er die Ernte selbst geschenkt. Der Dank wurde auf den Kopf gestellt.

⁶³ Claudius, „Wir pflügen und wir streuen“, 2. Strophe, Evangelisches Gesangbuch Nr. 508.

⁶⁴ Vgl. „Reichserntedankfest“, <https://de.wikipedia.org/wiki/Reichserntedankfest>; dort auch zur Teilnahmepflicht für Beamte und Parteimitglieder sowie zum hohen Anteil von Frauen und Kindern.

⁶⁵ Gelderblom, *Die NS-Reichserntedankfeste auf dem Bückeberg 1933–1937* (2018), nach „Reichserntedankfest“ (s. o.); zum Feiertagsgesetz vom 27.02.1934 vgl. „Erntedankfest“ (s. o.).

⁶⁶ „Blut und Boden“ war ein Schlagwort der NS-Ideologie: Ein „rassisch reines“ Bauerntum sollte die Grundlage des Volkes bilden. Der 1933 gegründete „Reichsnährstand“ organisierte die gesamte Landwirtschaft zwangsweise. Vgl. „Blut-und-Boden-Ideologie“, <https://de.wikipedia.org/wiki/Blut-und-Boden-Ideologie>.

Lange wusste kaum jemand von diesem Ort. Erst 2011 wurde das Gelände zum Kulturdenkmal erklärt, und seit November 2021 erschließt ein Dokumentations- und Lernort mit Informationstafeln einen anderthalb Kilometer langen Rundweg.⁶⁷ Wer sehen will, wie leicht sich Dankbarkeit politisch kapern lässt, findet hier ein Lehrstück. Echter Dank richtet sich nach oben und nach außen, nicht auf einen Mann auf einer Tribüne.

3.5 Kürbis statt Garbe

Nach dem Krieg kehrte das Erntedankfest in die Kirchen zurück. Wann man es feiert, war lange Ansichtssache. Bereits 1773 hatte Friedrich II. von Preußen es auf den Sonntag nach Michaelis gelegt, dem Tag des Erzengels Michael am 29. September.⁶⁸ Die Deutsche Bischofskonferenz empfahl 1972 den ersten Sonntag im Oktober, allerdings ohne Pflicht. Im katholischen Kirchenjahr ist Erntedank bis heute kein offizielles Hochfest. In den evangelischen Kirchen gilt der Sonntag nach Michaelis, in der Praxis meist der erste Oktobersonntag.

Das Herzstück vieler Feiern ist die Erntekrone. Ursprünglich überbrachten die Schnitter sie mit der letzten Fuhre dem Gutsherrn, begleitet von Segen, Lied, Tanz und Essen.⁶⁹ Erste Nachweise finden sich in den Antworten auf einen volkskundlichen Fragebogen von Wilhelm Mannhardt aus dem Jahr 1865. Heute binden sie vielerorts Landfrauen und Landjugend. Auf vielen Altären liegen heute neben dem Getreide auch Kürbisse, Südfrüchte und Konserven. Die Gaben spiegeln, was die Gemeinde tatsächlich isst, und das ist längst nicht mehr nur Selbstangebautes.

Ein Blick zu den Nachbarn zeigt, wie lebendig die Bräuche sind. In Polen heißt das Erntefest *Dożynki*, gesprochen etwa „Doschinki“. ⁷⁰ Aus der letzten Garbe flicht man einen großen Kranz, trägt ihn in einer Prozession und lässt ihn segnen. Vielerorts drischt man sein Korn zuerst und bewahrt es als Saatgut für das nächste Jahr. Seit 1927 gibt es zudem, mit Unterbrechungen, ein Erntefest des Staatspräsidenten. Nach 1945 nutzten es die Kommunisten zu Propagandazwecken, nach 1990 kehrte der kirchliche Sinn zurück. Auch Polen kennt also den Missbrauch des Dankes (Abschnitt 3.4) und seine Heilung.

Aus der slawischen Vorzeit stammt eine Geschichte, die der dänische Chronist Saxo Grammaticus überliefert. Auf der Insel Rügen, in der Tempelburg Arkona, opferten die Ranen am Ende der Ernte einen gewaltigen Kuchen aus neuem Getreide. Er war so groß wie ein Mensch. Konnte sich der Priester dahinter verstecken, galt das als Zeichen für eine gute Ernte im nächsten Jahr. Man hoffte also, den Priester möglichst wenig zu sehen.

Heute gehen die Erntegaben vieler Gemeinden an diakonische Einrichtungen und an die Tafeln. Die Tafel Deutschland zählt mehr als 970 örtliche Tafeln mit 77.000 Helferinnen und Helfern, die meisten davon ehrenamtlich.⁷¹ Sie versorgen rund 1,5 Millionen Menschen

⁶⁷ Amt für regionale Landesentwicklung Leine-Weser, Pressemitteilung vom 25.11.2024, https://www.arl-lw.niedersachsen.de/download/212581/PM_14_Jubilaeumstour_Dokumentations-und_Lernort_Bueckeberg_PDF.pdf.

⁶⁸ Vgl. „Erntedankfest“ (s. o.), auch zur Empfehlung der Deutschen Bischofskonferenz 1972 und zur Stellung im katholischen Kirchenjahr.

⁶⁹ Vgl. „Erntekrone“, <https://de.wikipedia.org/wiki/Erntekrone>.

⁷⁰ Vgl. „Dożynki“, <https://en.wikipedia.org/wiki/Dozynki>; dort auch der Brauch auf Arkona nach Saxo Grammaticus, *Gesta Danorum*, Buch XIV. Die Ranen waren ein westslawischer Stamm auf Rügen.

⁷¹ Tafel Deutschland, Faktenblatt (Tafel-Umfrage 2025), https://www.tafel.de/fileadmin/media/Presse/Zahlen_und_Fakten/TD_Faktenblatt.pdf.

und retten jedes Jahr etwa 265.000 Tonnen Lebensmittel. Rund 30 Prozent der Kundinnen und Kunden sind Kinder, und ein Drittel der Tafeln führt Wartelisten oder nimmt niemanden mehr auf.⁷² Der Kürbis vor dem Altar ist also mehr als Dekoration. Er erinnert daran, dass Überfluss und Mangel auch in einem reichen Land nebeneinander wohnen.

4. Danke in allen Sprachen

Jede Sprache hat ihre eigene Art zu danken, und manche danken kaum mit Worten. Dieses Kapitel beginnt bei der Herkunft der Wörter und einer überraschenden Studie. Dann reist es durch Islam und Judentum, nach Indien, Japan und Korea. Überall zeigt sich: Dank ist weniger eine Formel als eine Haltung.

4.1 Danken und Denken

Das deutsche Wort „danken“ ist mit „denken“ verwandt. Das Etymologische Wörterbuch des Deutschen leitet „Dank“ direkt aus dem Verb „denken“ ab.⁷³ Im Althochdeutschen bedeutete „Dank“ auch „Gedanke“ oder „Absicht“. Die heutige Bedeutung entstand aus dem „Denken an eine empfangene Wohltat“. Im Englischen ist es nicht anders. Ein etymologisches Wörterbuch vermerkt, *thank* verhalte sich zu *think* wie *song* zu *sing*.⁷⁴ Wer dankt, hat also nachgedacht und sich an etwas erinnert.

Andere Sprachen erzählen andere Geschichten. Das französische *merci* kommt vom lateinischen *merces*, und das bedeutete „Lohn“ oder „Preis“. Im Kirchenlatein wurde daraus der himmlische Lohn für Barmherzigkeit, im Altfranzösischen die „Gnade“. Das spanische *gracias* und das italienische *grazie* stammen dagegen von *gratia*, der Gunst und Gnade. Das Suaheli-Wort *asante* ist aus dem Arabischen entlehnt und hieß ursprünglich „gut gemacht!“.⁷⁵ Das hawaiianische *mahalo* bedeutet neben „Danke“ auch „Bewunderung“ und „Lob“. Je nach Sprache ist Dank also ein Lohn, ein Geschenk, ein Lob oder eine Erinnerung.

Besonders tief reicht das hebräische *toda*. Die Wurzel bedeutet „anerkennen“ und „danken“, aber auch „bekennen“.⁷⁶ Wer dankt, gibt zu, dass er etwas nicht aus eigener Kraft hat. Die Bibel spielt mit dieser Wurzel schon bei der Geburt eines Patriarchensohns. Als Lea ihren vierten Sohn bekommt, sagt sie: „Nun will ich dem HERRN danken.“ Darum nennt sie ihn Juda. Ein ganzer Volksname, „Juden“, trägt so das Danken in sich.

Wie oft danken Menschen eigentlich im Alltag? Ein internationales Team um den Sprachwissenschaftler Simeon Floyd hat das 2018 untersucht.⁷⁷ Die Forscher werteten

⁷² ZDFheute, 23.12.2025, <https://www.zdfheute.de/panorama/tafel-kind-armut-deutschland-100.html>.

⁷³ DWDS, Etymologisches Wörterbuch (nach Pfeifer), „danken“, <https://www.dwds.de/wb/etymwb/danken>, und „denken“, <https://www.dwds.de/wb/etymwb/denken>. Beide Wörter gehen auf germanisch *þank* zurück und stehen im Ablaut, also in einem regelmäßigen Vokalwechsel wie bei „singen – Gesang“.

⁷⁴ Online Etymology Dictionary, „thank“: „related phonetically to think as song is to sing“, <https://www.etymonline.com/word/thank>; zu *merci* vgl. <https://www.etymonline.com/word/mercy>, zu *gratia* <https://www.etymonline.com/word/grace>.

⁷⁵ Vgl. Wiktionary, „asante“ (aus omanisch-arabisch *aḥsant*, „gut gemacht“), <https://en.wiktionary.org/wiki/asante>; „mahalo“, <https://en.wiktionary.org/wiki/mahalo>.

⁷⁶ Hebräisch *toda* von der Wurzel *j-d-h*; in Jos 7,19 bedeutet sie „Bekennnis“. Gen 29,35 (Lutherbibel 2017): „Nun will ich dem HERRN danken. Darum nannte sie ihn Juda“, <https://www.die-bibel.de/bibel/LU17/GEN.29>.

⁷⁷ Floyd u. a., Universals and cultural diversity in the expression of gratitude (2018): „expressions of gratitude in these episodes are remarkably rare“; „care should be taken not to conflate the emotion of gratitude with

Videoaufnahmen alltäglicher Gespräche in acht Sprachen aus, von Englisch bis zu Cha'palaa in Ecuador. Sie zählten 1.597 Situationen, in denen jemand um etwas bat, etwa um einen Gegenstand oder einen Handgriff. In 928 Fällen wurde die Bitte erfüllt. Danach bedankte sich die bittende Person nur in 51 Fällen, also in 5,5 Prozent. Nur bei jeder achtzehnten erfüllten Bitte folgte ein Dank, und dabei zählte schon ein „Super“ oder ein Nicken.

Die Unterschiede zwischen den Sprachen sind groß. Englischsprecher dankten in 14,5 Prozent der Fälle, Italiener in 13,5 Prozent. Bei Russisch, Polnisch und Lao waren es zwei bis drei Prozent. Bei Siwu in Ghana kam ein Dank nur ein einziges Mal vor, bei Cha'palaa gar nicht. Deutsch war nicht unter den acht Sprachen. Eine Folgestudie desselben Forscherkreises hat es aber einbezogen, zusammen mit Englisch, Italienisch, Polnisch und der indischen Sprache Telugu.⁷⁸ Auch im Deutschen bedankt man sich nach erfüllten Bitten selten. Ein Dank fällt vor allem dann, wenn die Hilfe über das hinausgeht, was man ohnehin erwarten durfte. Cha'palaa hat überhaupt kein festes Wort für „Danke“. In Lao und Siwu kann ein Dank im Alltag sogar „bizarrr oder fehl am Platz“ wirken.

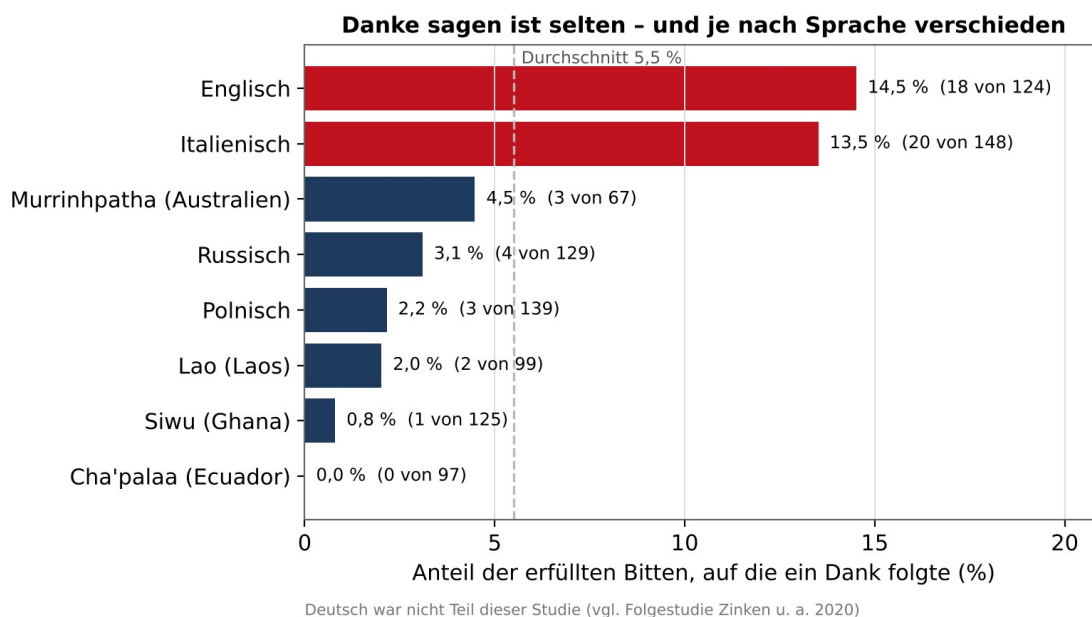


Abb. 1: Danke sagen ist selten – Anteil der erfüllten Bitten, auf die ein Dank folgte, in acht Sprachen. Deutsch wurde in dieser Studie nicht erhoben. Datenquelle: Floyd u. a., Royal Society Open Science 2018; eigene Auszählung der Studiendaten.

Daraus folgt nicht, dass Menschen in Ghana oder Ecuador undankbar sind. Die Autoren warnen ausdrücklich davor, das Gefühl der Dankbarkeit mit dem Aussprechen von Dank zu verwechseln. In vielen Kulturen zeigt sich Dank im Gegenzug, in Hilfe und Treue, nicht in einer Floskel. Wer sich ständig bedankt, signalisiert dort womöglich Distanz. Das gilt auch in Indien, wie Abschnitt 4.3 zeigt. Dank ist also älter und tiefer als das Wort „Danke“.

the act of expressing it“; für Lao und Siwu „so rare that it may be perceived as bizarre or out of place“ (Übers. d. Verf.). Die Werte je Sprache sind aus den veröffentlichten Studiendaten ausgezählt.

⁷⁸ Zinken/Rossi/Reddy, Doing more than expected (2020), S. 253–278: „In informal interaction, speakers rarely thank a person who has complied with a request“ (Übers. d. Verf.).

4.2 Wer dankt, bekommt mehr

Im Koran hat die Dankbarkeit einen festen Platz. Das arabische Wort dafür heißt *schukr*. Eine viel zitierte Stelle lautet in der deutschen Übersetzung: „Wenn ihr dankbar seid, werde Ich euch ganz gewiß noch mehr (Gunst) erweisen. Wenn ihr jedoch undankbar seid, dann ist meine Strafe fürwahr streng.“⁷⁹ Das Gegenwort zum Dank stammt im Arabischen von der Wurzel *k-f-r*. Sie bedeutet „undankbar sein“, aber auch „leugnen“. Undank und Unglaube sind hier sprachlich Geschwister.

Auf den ersten Blick klingt der Vers wie das römische *do ut des* (Abschnitt 1.1). Doch die Richtung ist eine andere. Der Dank antwortet auf Gaben, die der Mensch längst empfangen hat. Die Mehrung ist eine Verheißung, kein vereinbarter Preis. Ein Wort Mohammeds schlägt zudem die Brücke zum Mitmenschen: „Wer den Menschen nicht dankt, der dankt Gott nicht.“⁸⁰ Der Dank nach oben und der Dank zur Seite gehören zusammen.

Die islamische Tradition kennt sogar eine eigene Geste dafür. Wenn dem Propheten etwas Erfreuliches widerfuhr, warf er sich nach der Überlieferung aus Dank vor Gott nieder.⁸¹ Diese „Niederwerfung des Dankes“ ist an keine Gebetszeit gebunden. Man kann sie spontan vollziehen, etwa nach einer guten Nachricht. Dank ist hier ein körperlicher Akt.

Das Judentum macht den Dank zur ersten Handlung des Tages. Wer morgens erwacht, spricht noch im Bett das kurze Gebet *Mode ani*: „Ich danke dir, lebendiger und ewiger König, dass du mir meine Seele in Barmherzigkeit zurückgegeben hast. Groß ist deine Treue.“⁸² Weil es keinen Gottesnamen enthält, darf man es sogar vor dem Händewaschen sprechen. Das Wort *mode* stammt übrigens von derselben Wurzel wie *toda* (Abschnitt 4.1).

Der Talmud geht noch weiter. Rabbi Meir lehrte, ein Mensch sei verpflichtet, jeden Tag hundert Segenssprüche zu sprechen.⁸³ Er begründet das mit einem Wortspiel. In einem Vers fragt Mose: „Was (*ma*) fordert der HERR, dein Gott, von dir?“ Rabbi Meir liest stattdessen *me'a*, „hundert“. Für jedes Brot, jeden Apfel und jeden Regenbogen gibt es eine eigene Segensformel. Wer das ernst nimmt, verbringt seinen Tag mit Dank. Das Erntedankfest wird hier zur Dauereinrichtung.

4.3 Wenn der Reis überkocht

Mitte Januar feiern die Tamilen im Süden Indiens vier Tage lang Pongal.⁸⁴ Das Wort bedeutet „überkochen“, und genau darum geht es. In einem Topf kocht man neuen Reis mit

⁷⁹ Sure 14,7, Übers. Bubenheim/Elyas, <https://quran.com/14/7>. *Schukr* (arab.) heißt „Dank, Dankbarkeit“; das Gegenwort *kufr* bedeutet „Undank“ und „Unglaube“.

⁸⁰ Abu Dawud Nr. 4811: „lā yaškuru llāha man lā yaškuru n-nās“ (Übers. d. Verf.), <https://sunnah.com/abudawud:4811>; ebenso Tirmidhi Nr. 1954. Ein Hadith ist eine Überlieferung über Worte und Taten Mohammeds.

⁸¹ Abu Dawud Nr. 2774, <https://sunnah.com/abudawud:2774>. Die *Sadschdat asch-schukr* ist eine einzelne Niederwerfung außerhalb des Pflichtgebets.

⁸² „Modeh ani lefanecha, melech chai wekajam ...“ (Übers. d. Verf.), Siddur, https://www.sefaria.org/Siddur_Ashkenaz_Weekday_Shacharit_Preparatory_Prayers_Modeh_Ani; vgl. „Modeh Ani“, https://en.wikipedia.org/wiki/Modeh_Ani.

⁸³ Babylonischer Talmud, Menachot 43b, <https://www.sefaria.org/Menachot.43b.15>; der Bezugsvers ist Dtn 10,12. Der Talmud ist das zentrale Werk der rabbinischen Auslegung, abgeschlossen um 600 n. Chr.

⁸⁴ Tamil Nadu Tourism, „Pongal Festival“, <https://www.tamilnadutourism.tn.gov.in/events/pongall-festival>; Britannica, „Pongal“, <https://www.britannica.com/topic/Pongal>. Die vier Tage heißen Bhogi, Thai Pongal, Mattu Pongal und Kaanum Pongal.

Milch, Rohrzucker und Kardamom. Wenn die Milch überschäumt, rufen alle: „Pongalo Pongal!“ Das Überkochen gilt als Zeichen für Wohlstand und Fülle. Wo Hausfrauen sonst ein Überlaufen verhindern, wird es hier gefeiert.

Jeder der vier Tage hat seinen eigenen Sinn. Am ersten trennt man sich von alten Dingen und ersetzt sie durch neue, am zweiten dankt man dem Sonnengott Surya. Am dritten Tag, Mattu Pongal, werden die Rinder geehrt, ohne die es keine Ernte gäbe. Man poliert ihre Hörner und schmückt sie mit Blumenkränzen, Perlen und Glocken. Der vierte Tag gehört den Besuchen bei Familie und Freunden. Dank geht hier an den Himmel, an die Tiere und an die Menschen.

Im Bundesstaat Kerala feiert man im August oder September Onam, ein zehntägiges Erntefest.⁸⁵ Es erinnert an den sagenhaften König Mahabali, unter dem alle Menschen gleich und glücklich gewesen sein sollen. Der Gott Vishnu verdrängte ihn in Gestalt eines Zwerges, gewährte ihm aber, einmal im Jahr sein Volk zu besuchen. Zu diesem Besuch gehört das Festessen *Onasadya*. Auf einem Bananenblatt werden meist 24 bis 28 Gerichte serviert. Ein Sprichwort in Malayalam sagt sinngemäß, man müsse das Onam-Mahl essen, selbst wenn man dafür seinen Besitz verkaufen müsse.

Überraschend ist, wie sparsam Inder im Alltag mit dem Wort „Danke“ umgehen. Der Linguist Mahadev Apte untersuchte schon 1974 Marathi und Hindi. In Familien bedanke man sich nicht ausdrücklich, schrieb er, weil alle Familienmitglieder feste, verpflichtende Rollen erfüllten.⁸⁶ Auch unter engen Freunden gelte ein Dank nicht als angemessene Antwort auf einen Gefallen. Wer seiner Mutter für das Essen dankt, behandelt sie gewissermaßen wie eine Fremde. Der Dank liegt in der Beziehung selbst und im Erwidern der Fürsorge. Hier bestätigt sich, was die Studie aus Abschnitt 4.1 gezeigt hat.

Eine ganz praktische Form des Dankes pflegen die Sikhs. In jedem ihrer Gotteshäuser gibt es eine Gemeinschaftsküche, den *Langar*.⁸⁷ Jeder Besucher bekommt dort kostenlos ein Essen, gleich welcher Religion, Kaste oder Herkunft. Man sitzt gemeinsam auf dem Boden, und Freiwillige kochen als Dienst an der Gemeinschaft. Eingeführt hat diesen Brauch der Religionsgründer Guru Nanak um 1500. Die Gästeliste aus dem fünften Buch Mose (Abschnitt 1.2) findet hier eine indische Entsprechung: Wer empfangen hat, deckt anderen den Tisch.

4.4 Drei Fragen aus Japan

Das japanische *arigato* hat eine schöne Geschichte. Es kommt von *arigatashi*, zusammengesetzt aus *ari*, „sein“, und *katashi*, „schwer“.⁸⁸ Ursprünglich bedeutete das Wort „schwer zu existieren“, also „selten“. Erst ab etwa dem 15. Jahrhundert erhielt es die

⁸⁵ Britannica, „Onam“, <https://www.britannica.com/topic/Onam>; vgl. „Onam“, <https://en.wikipedia.org/wiki/Onam> (Sprichwort „Kaanam vittum Onam unnanam“) und „Sadya“, <https://en.wikipedia.org/wiki/Sadya>.

⁸⁶ Apte, „Thank you“ and South Asian languages (1974), S. 70: „all family members have specific obligatory roles to play“ (Übers. d. Verf.); Auszug: <https://archive.carla.umn.edu/speechacts/thanks/marathi.html>. Vgl. auch Appadurai, *Gratitude as a social mode in South India* (1985).

⁸⁷ Vgl. „Langar (Sikhism)“, [https://en.wikipedia.org/wiki/Langar_\(Sikhism\)](https://en.wikipedia.org/wiki/Langar_(Sikhism)). Der Dienst heißt *Seva* („selbstloser Dienst“).

⁸⁸ Vgl. Wiktionary, „有り難い“, <https://en.wiktionary.org/wiki/有り難い>, nach *Nihon Kokugo Daijiten*; der Anklang an portugiesisch *obrigado* ist zufällig.

Bedeutung „dankenswert“. Wer *arigato* sagt, sagt also eigentlich: Dass es das gibt, ist keineswegs selbstverständlich.

Buddhistische Lehrer haben dieses Wort gern geistlich gedeutet. Der Zen-Priester Shunmyo Masuno verbindet es mit einem Vers aus dem Dhammapada: „Schwer ist es, als Mensch geboren zu werden.“⁸⁹ Eine Lehrrede veranschaulicht diese Seltenheit mit einem Gleichnis. Eine einäugige Schildkröte taucht alle hundert Jahre einmal aus dem Meer auf. Wie wahrscheinlich ist es, dass sie dabei mit dem Kopf genau durch ein treibendes Joch stößt? Ebenso selten sei die Geburt als Mensch. Sprachgeschichtlich ist das eine spätere Deutung, keine Herkunft des Wortes. Aber sie trifft den Kern.

Der Buddha selbst hielt Dankbarkeit für eine seltene Tugend. In einer Lehrrede nennt er zwei Menschen, die in der Welt schwer zu finden sind. Der eine tut als Erster Gutes, der andere ist „dankbar und erkenntlich“.⁹⁰ Das Wort dafür in Pali, der Sprache der ältesten buddhistischen Schriften, bedeutet wörtlich „wissend, was getan wurde“. Wieder steht das Wissen, das Erinnern, im Zentrum des Dankes (Abschnitt 4.1).

Aus dieser Tradition stammt eine moderne Methode der Selbsterforschung. Der Geschäftsmann Yoshimoto Ishin, ein gläubiger Buddhist, entwickelte in den 1940er-Jahren das *Naikan*, wörtlich „nach innen schauen“.⁹¹ Man betrachtet dabei der Reihe nach die wichtigen Menschen seines Lebens, von der Kindheit an, zuerst die Eltern. Zu jedem stellt man drei Fragen. Was habe ich von dieser Person empfangen? Was habe ich ihr gegeben? Welche Mühe und Schwierigkeiten habe ich ihr bereitet? Eine vierte Frage wird bewusst ausgelassen: Welche Mühe hat diese Person mir bereitet? Die beantwortet jeder ohnehin von selbst, und zwar ausführlich. Wer diese Übung ehrlich durchführt, entdeckt meist, wie viel er empfangen und wie wenig er zurückgegeben hat.

Auch der japanische Staat kennt einen Danktag. Am 23. November feiert das Land *Kinro Kansha no Hi*, den „Tag des Dankes für die Arbeit“.⁹² Das Feiertagsgesetz von 1948 nennt als Zweck, die Arbeit zu ehren, die Erzeugung zu feiern und dass die Bürger „einander gegenseitig danken“. Der Feiertag ersetzte das alte Erntefest Niiname-sai. Dabei bringt der Kaiser den Göttern den neuen Reis dar und isst selbst davon. Das Ritual wird im Kaiserpalast bis heute vollzogen. So feiert Japan am selben Tag zwei Arten des Dankes: den uralten an die Götter und den modernen an die Mitbürger.

4.5 Vollmond über Seoul

In Südkorea gibt es jeden Herbst eine Völkerwanderung, die selbst Verkehrsplaner staunen lässt. Zu Chuseok, dem großen Erntefest, macht sich ein großer Teil des Landes auf den

⁸⁹ Shunmyō Masuno in President Online, <https://president.jp/articles/-/83923>; Dhammapada 182: „Kiccho manussapaṭilābho“, <https://suttacentral.net/dhp179-196/en/sujato>; Gleichnis von der Schildkröte: Samyutta Nikaya 56.48, <https://suttacentral.net/sn56.48/en/sujato>.

⁹⁰ Pali *kataññu* („wissend, was getan wurde“) und *katavedi* („es anerkennend“). Anguttara Nikaya 2.119: „Dveme, bhikkhave, puggalā dullabhā lokasmim ... Yo ca pubbakārī, yo ca kataññū katavedī“ (Übers. d. Verf.), <https://suttacentral.net/an2.118-129/en/sujato>.

⁹¹ Krech, Naikan Therapy (2015); vgl. „Naikan“, <https://en.wikipedia.org/wiki/Naikan>. Dort heißt es: „A related fourth question ... is purposely ignored in Naikan.“ Yoshimoto Ishin (1916–1988) gehörte dem Jōdo-Shinshū-Buddhismus an, der Schule des „Reinen Landes“.

⁹² Feiertagsgesetz Nr. 178 von 1948: „勤労をたつとび、生産を祝い、国民がたがいに感謝しあう“ (Übers. d. Verf.), <https://laws.e-gov.go.jp/law/323AC1000000178>; vgl. „Labor Thanksgiving Day“, https://en.wikipedia.org/wiki/Labor_Thanksgiving_Day.

Weg zu den Familien.⁹³ Das Verkehrsministerium zählte für die Feiertage 2025 rund 32 Millionen Fahrten, knapp 85 Prozent davon mit dem Auto.⁹⁴ Südkorea hat etwa 51 Millionen Einwohner. Die Autobahnen verwandeln sich in Parkplätze, und trotzdem fährt man.

Chuseok fällt auf den 15. Tag des achten Mondmonats, also auf den Herbstvollmond. 2026 war das der 25. September. Der alte koreanische Name *Hangawi* bedeutet „die große Mitte“ des Herbstes. Familien backen *Songpyeon*, halbmondförmige Reiskuchen, die über Kiefernadeln gedämpft werden. Sie danken den Ahnen mit einem Ritual namens *Charye* und besuchen ihre Gräber. Dort schneiden sie das Gras und pflegen die Grabhügel. Dank richtet sich hier an die, von denen man das Land und das Leben empfangen hat.

In China feiert man zur gleichen Zeit das Mondfest, das ebenfalls das Ende der Herbsternste markiert.⁹⁵ Man isst Mondkuchen und betrachtet gemeinsam den Vollmond. Dazu erzählt man die Legende von der Göttin Chang'e, die nach dem Trank der Unsterblichkeit auf den Mond flog und dort einsam wohnt. Der volle Mond steht für die vollständige Familie. Wer nicht nach Hause kommen kann, schaut wenigstens denselben Mond an wie die Seinen.

Die großen Reisewellen erinnern an den Zug der Bauern nach Jerusalem (Abschnitt 1.2) und an die Staus zu Thanksgiving. Überall bewegen sich Menschen zur Erntezeit aufeinander zu. Das Erntefest ist kein Fest der Einzelnen. Man dankt im Familienverband, mit Toten und Lebenden, und man dankt durch Anwesenheit.

So vielfältig die Sprachen und Riten sind, ein gemeinsames Muster zieht sich durch alle. Dank beginnt mit dem Erkennen, dass etwas nicht selbstverständlich ist: *arigato*, „schwer zu haben“. Er setzt sich fort im Erinnern, wie bei *Dank* und *Denken*. Und er vollendet sich im Teilen, vom Langar bis zum Onam-Mahl. Ob dieses alte Wissen auch unter den Augen der modernen Wissenschaft besteht, prüft das letzte Kapitel.

5. Dankbarkeit heute

Seit gut zwanzig Jahren erforscht die Psychologie die Dankbarkeit mit Experimenten. Dieses Kapitel fragt, was die Studien wirklich zeigen und wer an der Begeisterung verdient. Dann wendet es sich der Ernte selbst zu, die im Müll landet oder auf dem Acker ausbleibt. Am Ende steht eine alte Geschichte von zehn Kranken und einem Dank.

5.1 Das Segensbuch

2003 veröffentlichten die amerikanischen Psychologen Robert Emmons und Michael McCullough eine Studie, die eine ganze Forschungsrichtung begründete.⁹⁶ Sie baten rund 200 Studierende, mehrere Wochen lang einmal pro Woche ein kurzes Tagebuch zu führen.

⁹³ Vgl. „Chuseok“, <https://en.wikipedia.org/wiki/Chuseok>. *Charye* ist der häusliche Ahnenritus, *Seongmyo* der Besuch der Gräber.

⁹⁴ Segye Ilbo, 14.10.2025, nach vorläufigen Zahlen des Verkehrsministeriums (MOLIT) für den 2. bis 12. Oktober 2025, <https://www.segye.com/newsView/20251014512782>.

⁹⁵ Vgl. „Mid-Autumn Festival“, https://en.wikipedia.org/wiki/Mid-Autumn_Festival.

⁹⁶ Emmons/McCullough, Counting blessings versus burdens (2003). Studie 1: 201 Teilnehmende, davon 192 ausgewertet; Sport 4,35 gegenüber 3,01 Stunden pro Woche („nearly 1.5 hr more per week“) im Vergleich zur Ärgernis-Gruppe; Zitat aus dem Abstract: „across several, though not all, of the outcome measures“ (Übers. d. Verf.).

Eine Gruppe notierte bis zu fünf Dinge, für die sie dankbar war. Eine zweite Gruppe schrieb ihre Ärgernisse auf, eine dritte neutrale Ereignisse der Woche.

Die Ergebnisse klangen verheißungsvoll. Die Dankbarkeitsgruppe bewertete ihr Leben insgesamt besser und blickte optimistischer auf die kommende Woche. Sie berichtete über weniger körperliche Beschwerden. Und sie trieb fast anderthalb Stunden mehr Sport pro Woche als die Gruppe mit den Ärgernissen. Die Schlagzeile schrieb sich gewissermaßen von selbst: Dankbarkeit macht gesund und sportlich.

Wer genauer liest, findet allerdings Einschränkungen. Der Vorsprung beim Sport galt nur gegenüber der Ärgernis-Gruppe, nicht gegenüber der neutralen Gruppe. Bei der Stimmung zeigte sich in dieser ersten Studie kein Unterschied. Die Autoren selbst formulierten vorsichtig. Über alle drei ihrer Studien hinweg sei die Wirkung auf positive Gefühle das robusteste Ergebnis, sichtbar bei mehreren, „wenn auch nicht allen“ Messgrößen.

Zwei Jahre später testete Martin Seligman, der Begründer der „Positiven Psychologie“, mehrere Übungen im Internet.⁹⁷ 577 Menschen nahmen teil, 411 hielten bis zum Schluss durch. Eine Übung hieß „Dankbarkeitsbesuch“. Man schrieb einem Menschen, dem man nie richtig gedankt hatte, einen Brief und las ihn ihm persönlich vor. Die Wirkung war stark, aber flüchtig. Nach einer Woche und nach einem Monat waren die Teilnehmer glücklicher, nach drei Monaten nicht mehr.

Eine andere Übung wirkte länger. Bei den „drei guten Dingen“ schrieb man eine Woche lang jeden Abend drei Dinge auf, die gut gelaufen waren, samt ihrer Ursache. Diese Teilnehmer waren noch nach sechs Monaten glücklicher und weniger niedergeschlagen. Offenbar blieben viele von ihnen einfach dabei. Dankbarkeit wirkt also weniger wie eine Spritze als wie ein Training. Ein einmaliger Kraftakt verpufft, eine Gewohnheit trägt.

5.2 Kleiner als gedacht

Auf die ersten Studien folgten zahlreiche weitere und schließlich die Metaanalysen.⁹⁸ Ein Überblick von 2010 nannte Dankbarkeitsübungen „vielversprechend“, warnte aber vor übersehenen Grenzen.⁹⁹ 2016 fasste ein Team um Don Davis die vorhandenen Experimente zusammen.¹⁰⁰ Im Vergleich zu einer neutralen Tätigkeit verbesserten Dankbarkeitsübungen das Wohlbefinden nur leicht. Im Vergleich zu anderen psychologisch wirksamen Übungen schnitten sie gleich gut ab, aber nicht besser.

Weitere Auswertungen bestätigen dieses Bild. Eine Analyse von 27 Studien mit 3.675 Teilnehmern fand 2021 nur kleine Effekte auf Depression und Angst.¹⁰¹ Die Autorinnen

⁹⁷ Seligman u. a., Positive psychology progress (2005), S. 410–421. Die „Positive Psychologie“ erforscht Stärken und Wohlbefinden statt nur Störungen.

⁹⁸ Eine Metaanalyse fasst die Ergebnisse vieler Einzelstudien statistisch zusammen. Die Effektstärke (d oder g) misst, um wie viele Standardabweichungen sich Gruppen unterscheiden; Werte um 0,2 gelten als klein, um 0,5 als mittel.

⁹⁹ Wood/Froh/Geraghty, Gratitude and well-being (2010): „promising, although the positive psychology literature may have neglected current limitations“.

¹⁰⁰ Davis u. a., Thankful for the little things (2016): gegenüber neutraler Aktivität $d = 0,17$ für Wohlbefinden; gegenüber psychologisch aktiven Vergleichsbedingungen $d = -0,03$; „performed as well as, but not better than, a psychologically active comparison“.

¹⁰¹ Cregg/Cheavens, Gratitude interventions: Effective self-help? (2021): $g = -0,29$ für Depressions- und Angstsymptome direkt nach der Intervention; empfohlen werden „interventions with stronger evidence of efficacy“.

raten Menschen, die Linderung suchen, zu Verfahren mit stärkerer Beweislage. Eine Übersicht von 2023 über 25 randomisierte Studien kam auf einen kleinen Gesamteffekt.¹⁰² Gegen gleichwertige Vergleichsübungen war er nicht mehr statistisch gesichert. Eine weitere Analyse von 64 Studien stuft die meisten als anfällig für Verzerrungen ein.¹⁰³ Schon 2017 hatte eine Forscherin festgestellt, die besonderen Vorteile der Dankbarkeit würden in der Literatur womöglich „überbetont“.¹⁰⁴

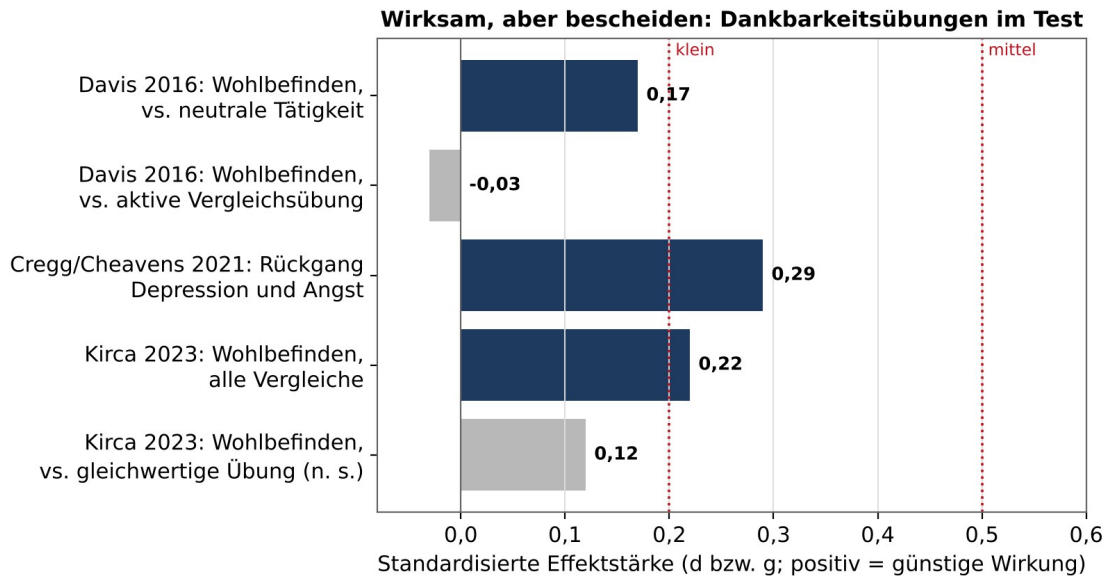


Abb. 2: Wirksam, aber bescheiden – Effektstärken von Dankbarkeitsübungen in Metaanalysen (positive Werte = günstige Wirkung; 0,2 gilt als kleiner Effekt). Datenquellen: Davis u. a. 2016; Cregg/Cheavens 2021; Kirca u. a. 2023.

Warum klingen die Ratgeber dann so viel begeisterter? Ein Grund ist einfach: Kleine Effekte verkaufen sich schlecht. Oprah Winfrey erzählte, sie habe ein ganzes Jahrzehnt lang ohne Unterbrechung ein Dankbarkeitstagebuch geführt.¹⁰⁵ Das „Five Minute Journal“, ein vorgedrucktes Dankbarkeitsbuch, verkaufte sich nach Angaben seines Mitgründers schon 2017 weit über 100.000 Mal.¹⁰⁶ Dazu kommen Apps, Kalender und Kurse. An der Dankbarkeit verdienen Verlage, Plattformen und Coaches. Medien lieben eine Botschaft, die kostenlos, einfach und positiv ist.

Das macht die Übungen nicht wertlos. Eine kostenlose Methode mit kleinem Nutzen und ohne Nebenwirkungen ist immer noch ein guter Tausch. Doch Dankbarkeit ist kein Wundermittel gegen Depression und ersetzt keine Therapie. Vielleicht liegt das Missverständnis tiefer. Wer dankt, um glücklicher zu werden, macht den Dank wieder zum Geschäft (Abschnitt 1.1). Die alten Religionen hatten etwas anderes im Sinn: Man dankt, weil man empfangen hat, nicht um etwas zu bekommen.

¹⁰² Kirca/Malouff/Meynadier, The effect of expressed gratitude interventions (2023): 25 Studien, 6.745 Teilnehmende, $g = 0,22$; gegen gleichwertige Vergleichsübungen $g = 0,12$, nicht signifikant.

¹⁰³ Diniz u. a., The effects of gratitude interventions (2023): 64 randomisierte Studien; „Most studies were classified as having a high risk of bias“; Vertrauenswürdigkeit der Evidenz „low“ bis „very low“.

¹⁰⁴ Dickens, Using gratitude to promote positive change (2017): „Their unique benefits may be overemphasized in the literature.“

¹⁰⁵ Oprah.com, „Oprah’s Gratitude Journal“: „I kept a gratitude journal for a full decade without fail“, <https://www.oprah.com/spirit/oprahs-gratitude-journal-oprah-on-gratitude>.

¹⁰⁶ UJ Ramdas, *Entrepreneur*, 02.03.2017: „well north of 100,000 copies“ (Herstellerangabe), <https://www.entrepreneur.com/article/289145>.

5.3 Ernte für die Tonne

Weltweit wurden 2022 rund 1,05 Milliarden Tonnen Lebensmittel weggeworfen. Das ergab der Food Waste Index des Umweltprogramms der Vereinten Nationen von 2024.¹⁰⁷ Pro Kopf sind das 132 Kilogramm im Jahr, und es ist fast ein Fünftel aller Lebensmittel, die Verbrauchern zur Verfügung stehen. Hinzu kommen etwa 13 Prozent, die schon auf dem Weg vom Feld zum Handel verloren gehen. Allein die Haushalte werfen täglich mehr als eine Milliarde Mahlzeiten weg. Zur gleichen Zeit hungerten nach UN-Angaben 783 Millionen Menschen.

Der größte Teil fällt nicht in Fabriken an, sondern zu Hause. 60 Prozent des Abfalls entstehen in Haushalten, 28 Prozent in Kantinen und Restaurants, 12 Prozent im Handel. In Deutschland sieht es ähnlich aus. 2023 fielen nach den Daten des europäischen Statistikamts rund 10,9 Millionen Tonnen Lebensmittelabfälle an, 131 Kilogramm pro Kopf.¹⁰⁸ Davon stammten 58 Prozent aus Privathaushalten, im Schnitt 76 Kilogramm pro Person und Jahr. Die Verarbeitung trug gut 17 Prozent bei, die Gastronomie gut 16 Prozent, der Handel knapp 7 Prozent.

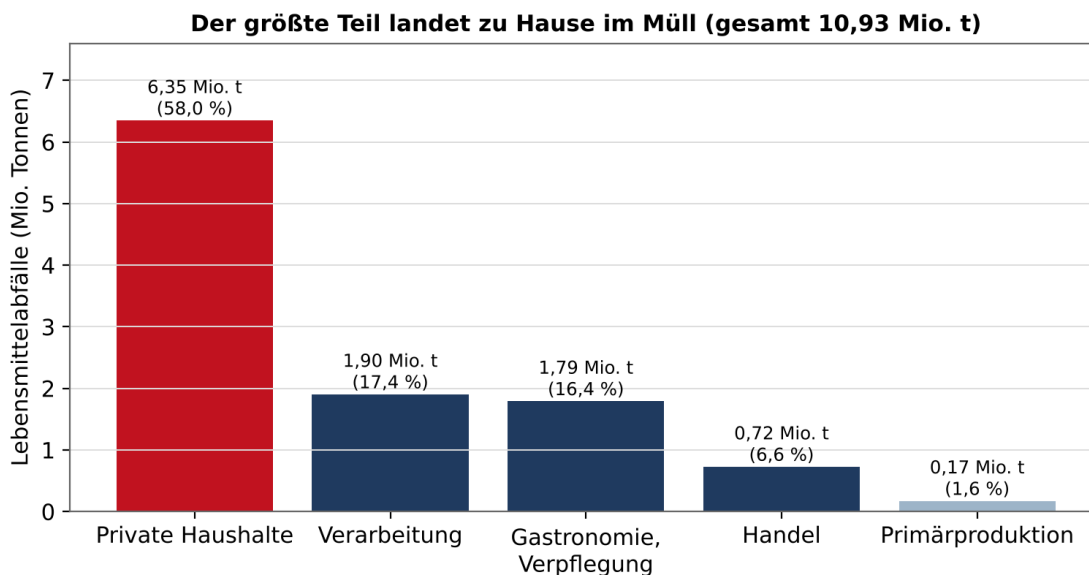


Abb. 3: Wo Lebensmittel im Müll landen – Lebensmittelabfälle in Deutschland 2023 nach Sektoren (Mio. Tonnen). Datenquelle: Eurostat, env_wasfw; vgl. Umweltbundesamt.

Die Politik hat sich ehrgeizige Ziele gesetzt. Die Vereinten Nationen wollen die Abfälle in Handel und Haushalten bis 2030 pro Kopf halbieren.¹⁰⁹ Eine neue EU-Richtlinie schreibt bis

¹⁰⁷ UNEP, Food Waste Index Report 2024, Pressemitteilung vom 27.03.2024, <https://www.unep.org/news-and-stories/press-release/world-squanders-over-1-billion-meals-day-un-report>; UN News, <https://news.un.org/en/node/1148036>. Haushalte: 631 Mio. t (60 %), Außer-Haus-Verpflegung 290 Mio. t (28 %), Handel 131 Mio. t (12 %).

¹⁰⁸ Eurostat, Datensatz env_wasfw (Lebensmittelabfälle nach Sektoren), Bezugsjahr 2023, https://ec.europa.eu/eurostat/databrowser/view/env_wasfw/default/table; vgl. Umweltbundesamt, „Lebensmittelabfälle“, <https://www.umweltbundesamt.de/themen/abfall-ressourcen/abfallwirtschaft/abfallvermeidung/lebensmittelabfaelle>.

¹⁰⁹ Nachhaltigkeitsziel (SDG) 12.3 der Vereinten Nationen; EU-Richtlinie 2025/1892, nach Umweltbundesamt (s. o.).

Ende 2030 verbindlich vor, die Abfälle in der Verarbeitung um zehn Prozent zu senken. In Handel, Gastronomie und Haushalten sollen sie pro Kopf um 30 Prozent sinken.

Die Tafeln retten jedes Jahr rund 265.000 Tonnen Lebensmittel (Abschnitt 3.5). Das ist eine großartige Leistung von Zehntausenden Ehrenamtlichen. Gemessen an knapp elf Millionen Tonnen Abfall sind es allerdings nur rund 2,4 Prozent. Retten ist gut, aber Vermeiden ist besser. Wer den Kühlschrank kennt, bevor er einkauft, rettet mehr als jede Tafel.

Hier wird das Erntedankfest unbequem praktisch. Wer am Sonntag für das tägliche Brot dankt und am Montag das halbe Brot wegwirft, hat den Dank nicht zu Ende gedacht. Die Verwandtschaft von Danken und Denken (Abschnitt 4.1) zeigt sich am deutlichsten im Kühlschrank. Dankbarkeit ist eine Haltung gegenüber den Dingen, nicht nur gegenüber dem Geber.

5.4 Ernte unter Stress

Wer im Supermarkt einkauft, könnte meinen, Ernten seien heute garantiert. Ein Blick in die Statistik zeigt etwas anderes. 2014 brachten Deutschlands Bauern rund 52 Millionen Tonnen Getreide ein.¹¹⁰ Im Dürresommer 2018 waren es nur knapp 38 Millionen Tonnen, mehr als ein Viertel weniger. Auch 2024 fiel die Ernte mit 39 Millionen Tonnen schwach aus. 2025 erholte sie sich auf rund 44,7 Millionen Tonnen, ein Plus von fast 15 Prozent.¹¹¹

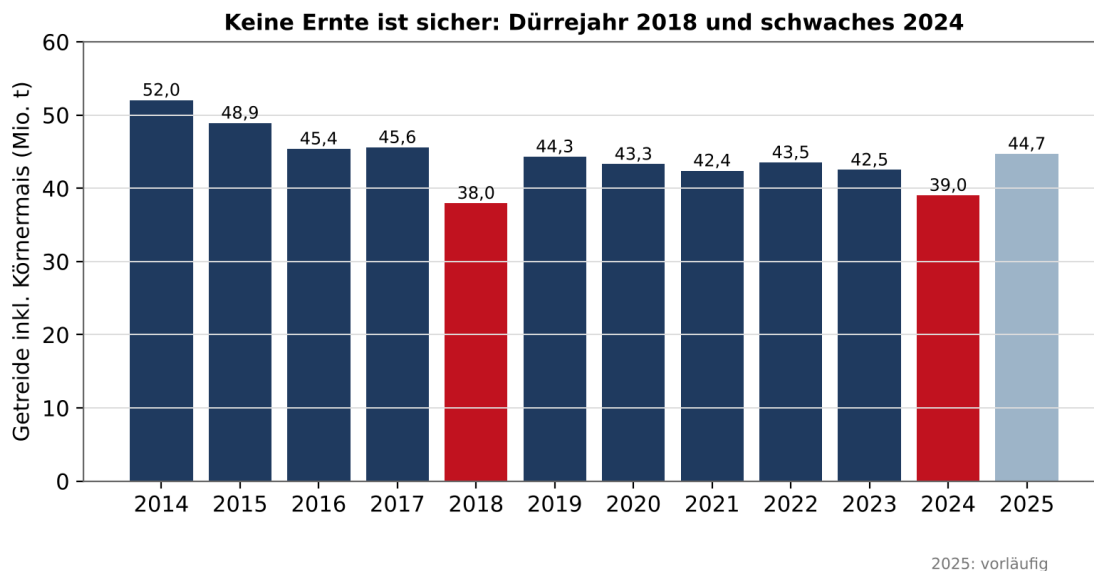


Abb. 4: Keine Ernte ist sicher – Getreideernte in Deutschland einschließlich Körnermais, 2014–2025 (Mio. Tonnen). Datenquellen: Eurostat apro_cpsh1 (2014–2024); BMLEH, vorläufige Erntebilanz (2025).

Auch 2026 ist kein üppiges Jahr. Nach der ersten Schätzung des Statistischen Bundesamts vom September liegt die Getreideernte ohne Körnermais bei 37,4 Millionen Tonnen.¹¹² Das

¹¹⁰ Eurostat, Datensatz apro_cpsh1 (Getreide einschließlich Körnermais, Deutschland), https://ec.europa.eu/eurostat/databrowser/view/apro_cpsh1/default/table.

¹¹¹ BMLEH, „Ernte 2025“: „rund 44,7 Millionen Tonnen ... Plus von 14,8 Prozent gegenüber 2024“, <https://www.bmleh.de/DE/themen/landwirtschaft/pflanzenbau/ackerbau/ernte-2025.html>.

¹¹² Destatis, erste Schätzung der Getreideernte 2026, 24.09.2026, <https://www.destatis.de/DE/Themen/Branchen-Unternehmen/Landwirtschaft-Forstwirtschaft-Fischerei/Feldfruechte-Gruenland/aktuell-erste-schaetzung-getreide.html>. Ein Doppelzentner sind 100 Kilogramm.

sind 7,3 Prozent weniger als im Vorjahr. Der Ertrag pro Hektar sank von 73,2 auf 69,2 Doppelzentner. Die Zahlen sind anders abgegrenzt als in Abbildung 4, zeigen aber dieselbe Botschaft: Gute und schlechte Jahre wechseln, und niemand kann sie bestellen.

In Deutschland bedeutet eine schwache Ernte höhere Preise, aber keinen Hunger. Andernorts ist das anders. Nach dem Welternährungsbericht der Vereinten Nationen litten 2024 bis zu 720 Millionen Menschen Hunger, rund 8,2 Prozent der Weltbevölkerung.¹¹³ Das ist etwas weniger als im Vorjahr, doch in Afrika hungert jeder Fünfte, insgesamt 307 Millionen Menschen. Rund 2,3 Milliarden Menschen hatten zumindest zeitweise keinen sicheren Zugang zu ausreichender Nahrung.

Die Hungerjahre 1816 und 1817 haben gezeigt, dass Hunger aus Missernte und Armut zugleich entsteht (Abschnitt 3.2). Das gilt bis heute. Wo Krieg herrscht, Preise explodieren oder Straßen fehlen, wird eine schwache Ernte zur Katastrophe. Erntedank ist darum keine naive Romantik. Er ist das Wissen der Menschen, die noch wissen, dass es anders kommen kann. Wer dankt, hält die Verletzlichkeit der eigenen Versorgung im Gedächtnis.

5.5 Der eine, der zurückkam

Das Lukasevangelium erzählt eine kurze Geschichte über Dankbarkeit.¹¹⁴ Auf dem Weg nach Jerusalem begegnet Jesus zehn Aussätzigen, die von ferne um Erbarmen rufen. Er schickt sie zu den Priestern, die eine Heilung bestätigen mussten. Unterwegs werden alle zehn gesund. Doch nur einer kehrt um, lobt Gott mit lauter Stimme und dankt Jesus. Der Evangelist fügt trocken hinzu: „Und das war ein Samariter.“

Ausgerechnet ein Samariter war der Dankbare, also ein Außenseiter, den fromme Juden verachteten. Jesus fragt: „Sind nicht die zehn rein geworden? Wo sind aber die neun? Hat sich sonst keiner gefunden, der wieder umkehrte, um Gott die Ehre zu geben, als nur dieser Fremde?“ Neun von zehn haben das Geschenk genommen und sind weitergegangen. Die Quote erinnert fast an die Sprachstudie aus Abschnitt 4.1. Gesund wurden alle zehn, doch zu dem einen sagt Jesus: „Dein Glaube hat dir geholfen.“ Der Dank hat ihn nicht gesünder gemacht, aber er hat ihn in eine Beziehung gebracht.

Die Geschichte verlangt kein schlechtes Gewissen von den neun. Sie hatten getan, was man ihnen gesagt hatte. Aber sie haben vergessen, woher ihre Heilung kam. Der eine hat innegehalten, nachgedacht und ist umgekehrt. Danken heißt hier wörtlich: zurückkehren zum Geber.

Das Christentum hat diesen Gedanken in seine Mitte gestellt. Das Wort „Eucharistie“ für das Abendmahl kommt vom griechischen *eucharistia*, „Danksagung“. ¹¹⁵ Im Zentrum des Gottesdienstes steht also ein Dank für Brot und Wein. Der Apostel Paulus schreibt den Christen in Thessaloniki: „Seid dankbar in allen Dingen.“¹¹⁶ Gemeint ist nicht, für alles

¹¹³ FAO u. a., *The State of Food Security and Nutrition in the World 2025* (SOFI), Pressemitteilung vom 28.07.2025, <https://www.fao.org/newsroom/detail/sofi-2025-fao-calls-for-urgent-coordinated-and-inclusive-action-to-end-global-hunger>; Down To Earth, <https://www.downtoearth.org.in/amp/story/health/around-82-of-worlds-population-affected-by-hunger-last-year-sofi-2025>.

¹¹⁴ Lk 17,11–19 (Lutherbibel 2017), <https://www.die-bibel.de/bibel/LU17/LUK.17>. Nach Lev 14 mussten Priester die Heilung vom Aussatz bestätigen.

¹¹⁵ Griechisch *eucharistia*, aus *eu* („gut“) und *charis* („Gnade, Gunst“); vgl. Online Etymology Dictionary, „Eucharist“, <https://www.etymonline.com/word/Eucharist>.

¹¹⁶ Vgl. 1 Thess 5,16–18 (Lutherbibel 2017), <https://www.die-bibel.de/bibel/LU17/1TH.5>.

dankbar zu sein, auch für Krankheit oder Krieg. Paulus schreibt „in“ allen Dingen. Man kann auch in einer schweren Lage dankbar bleiben, so wie Martin Rinckart mitten in Krieg und Pest ein Tischgebet schrieb (Abschnitt 3.1).

So schließt sich der Kreis. Der Bauer in Jerusalem erzählte erst seine Geschichte und brachte dann den Korb (Abschnitt 1.2). Der Samariter kehrte um, bevor er nach Hause ging. Und Claudius fasste es in eine einzige Zeile: „es geht durch unsre Hände, kommt aber her von Gott“ (Abschnitt 3.3). Wer dankt, erinnert sich an diesen Weg.

Schluss

Die Reise begann bei einem Pharaon mit Sichel und endet bei einem Samariter auf dem Rückweg. Dazwischen lagen Füchse mit Fackeln, ein Stier mit goldenen Hörnern und Mäuse in einer englischen Scheune (Kapitel 1). Wir sahen Pilger mit Gewehren, Wampanoag mit Hirschen und eine Herausgeberin, die einen Präsidenten überzeugte (Kapitel 2). Wir hörten ein Tischgebet aus der Pest, das zum Jubelruf nach einer Hungersnot wurde, und sahen, wie ein Diktator den Dank kaperte (Kapitel 3).

Die Leitfrage lautete, warum Menschen in fast allen Kulturen für die Ernte danken und was davon bleibt. Die Antwort hat drei Teile. Erstens danken Menschen, weil sie wissen, dass sie die Ernte nicht allein machen. Sonne und Regen, Erde und Tiere, Ahnen und Nachbarn haben ihren Anteil, und für Gläubige steht hinter allem Gott. Zweitens hat sich der Dank im Lauf der Geschichte vom Tauschgeschäft zur Erinnerung gewandelt. Das *do ut des* der Römer wurde zum „Mein Vater war ein Aramäer“ der Bibel (Abschnitt 1.2). Drittens ist Dank fast überall eine Tat und nicht nur ein Wort. Er zeigt sich im Teilen, im Besuch und im Verzicht auf Verschwendung (Kapitel 4).

Was bleibt, wenn das Brot aus dem Supermarkt kommt? Mehr, als man denkt. Die Psychologie zeigt, dass Dankbarkeit dem Wohlbefinden hilft, wenn auch bescheidener als behauptet (Abschnitt 5.2). Die Statistik zeigt, dass Ernten bis heute schwanken (Abschnitt 5.4). Und der Müll zeigt, wie viel uns die Gaben der Erde tatsächlich wert sind (Abschnitt 5.3). Erntedank ist darum gerade in einer Überfluggesellschaft nötig. Es ist ein jährlicher Anlass, das Selbstverständliche wieder als Geschenk zu sehen.

Der **Aufruf** dieses Essays lautet: Machen wir aus dem Erntedankfest wieder einen Tag des Nachdenkens. Nicht im Sinne eines schlechten Gewissens, sondern im Sinne der alten Verwandtschaft von Danken und Denken. Wer weiß, woher sein Brot kommt, geht anders damit um. Wer weiß, wem er etwas verdankt, sagt es auch.

Und ganz **konkret**: Nehmen Sie sich in dieser Woche drei Dinge vor. Schreiben Sie einem Menschen, dem Sie nie richtig gedankt haben, einen Brief und lesen Sie ihn ihm vor, so wie es der „Dankbarkeitsbesuch“ vorsieht (Abschnitt 5.1). Werfen Sie eine Woche lang kein Lebensmittel weg, und bringen Sie, was Sie nicht brauchen, zur nächsten Tafel oder Lebensmittelrettung. Und sprechen Sie vor einer Mahlzeit einen Dank, ob als Gebet, als Lied oder als stillen Gedanken. Martin Rinckart hat dafür vor fast vierhundert Jahren die passenden Worte geschrieben: „Nun danket alle Gott mit Herzen, Mund und Händen.“

Bibliographie

- Achebe, Chinua: *Things Fall Apart* [Alles zerfällt]. Heinemann, London 1958 (nur Print).
- Appadurai, Arjun: *Gratitude as a social mode in South India* [Dankbarkeit als sozialer Modus in Südindien]. In: *Ethos* 13 (1985), Heft 3, S. 236–245, <https://doi.org/10.1525/eth.1985.13.3.02a00020>.
- Apte, Mahadev L.: „Thank you“ and South Asian languages: a comparative sociolinguistic study [„Danke“ und südasiatische Sprachen: eine vergleichende soziolinguistische Studie]. In: *Linguistics* 12 (1974), Heft 136, S. 67–90 (nur Print; Auszug: <https://archive.carla.umn.edu/speechacts/thanks/marathi.html>).
- Bradford, William: *Of Plimoth Plantation* [Von der Pflanzung Plymouth]. Handschrift 1630–1651; Auszüge: <https://www.pilgrimhall.org/primary-sources-for-the-first-thanksgiving-at-plymouth/>.
- Burkert, Walter: *Greek Religion* [Griechische Religion]. Übers. John Raffan. Harvard University Press, Cambridge (Mass.) 1985, S. 244 (nur Print).
- Byles, C. E.: *The Life and Letters of R. S. Hawker* [Leben und Briefe von R. S. Hawker]. John Lane, London/New York 1906, <https://archive.org/details/lifeandlettersof00byleuoft>.
- Cicero, Marcus Tullius: *Pro Cn. Plancio oratio* [Rede für Gnaeus Plancius]. 54 v. Chr.; lat. Text: <https://www.thelatinlibrary.com/cicero/plancio.shtml>.
- Cregg, David R. / Cheavens, Jennifer S.: *Gratitude Interventions: Effective Self-help? A Meta-analysis of the Impact on Symptoms of Depression and Anxiety* [Dankbarkeitsübungen: wirksame Selbsthilfe? Eine Metaanalyse zur Wirkung auf Depressions- und Angstsymptome]. In: *Journal of Happiness Studies* 22 (2021), S. 413–445, <https://doi.org/10.1007/s10902-020-00236-6>.
- Davis, Don E. / Choe, Elise / Meyers, Joel u. a.: *Thankful for the little things: A meta-analysis of gratitude interventions* [Dankbar für die kleinen Dinge: eine Metaanalyse von Dankbarkeitsübungen]. In: *Journal of Counseling Psychology* 63 (2016), S. 20–31, <https://doi.org/10.1037/cou0000107>.
- Dickens, Leah R.: *Using Gratitude to Promote Positive Change: A Series of Meta-Analyses Investigating the Effectiveness of Gratitude Interventions* [Mit Dankbarkeit positive Veränderung fördern: eine Reihe von Metaanalysen]. In: *Basic and Applied Social Psychology* 39 (2017), S. 193–208, <https://doi.org/10.1080/01973533.2017.1323638>.
- Dillon, Matthew: *Girls and Women in Classical Greek Religion* [Mädchen und Frauen in der klassischen griechischen Religion]. Routledge, London 2002, S. 110–118 (nur Print).
- Diniz, Geyze / Korkes, Ligia / Tristão, Luca Schiliró u. a.: *The effects of gratitude interventions: a systematic review and meta-analysis* [Die Wirkungen von Dankbarkeitsübungen: systematische Übersicht und Metaanalyse]. In: *Einstein (São Paulo)* 21 (2023), eRW0371, https://doi.org/10.31744/einstein_journal/2023RW0371.
- Emmons, Robert A. / McCullough, Michael E.: *Counting blessings versus burdens: An experimental investigation of gratitude and subjective well-being in daily life* [Segnungen statt Lasten zählen: eine experimentelle Untersuchung zu Dankbarkeit und Wohlbefinden]

im Alltag]. In: *Journal of Personality and Social Psychology* 84 (2003), S. 377–389, <https://doi.org/10.1037/0022-3514.84.2.377>.

Floyd, Simeon / Rossi, Giovanni / Baranova, Julija u. a.: *Universals and cultural diversity in the expression of gratitude* [Universalien und kulturelle Vielfalt im Ausdruck von Dankbarkeit]. In: *Royal Society Open Science* 5 (2018), 180391, <https://doi.org/10.1098/rsos.180391>.

Garcilaso de la Vega, El Inca: *First Part of the Royal Commentaries of the Yncas* [Erster Teil der Königlichen Kommentare der Inka]. Übers. Clements R. Markham, Bd. II. Hakluyt Society, London 1871, S. 155–163, <https://archive.org/details/firstpartofroyal02vega>.

Gelderblom, Bernhard: *Die NS-Reichserntedankfeste auf dem Bückeberg 1933–1937*. Mitzkat, Holzminden 2018 (nur Print).

Herbst, Wolfgang (Hg.): *Wer ist wer im Gesangbuch?* Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen 2001, S. 255 f. (nur Print).

James, Wamsutta Frank: *Suppressed Speech* [Unterdrückte Rede]. 1970, http://www.uaine.org/suppressed_speech.htm.

Kirca, Ahmet / Malouff, John M. / Meynadier, Jade: *The Effect of Expressed Gratitude Interventions on Psychological Wellbeing: A Meta-Analysis of Randomised Controlled Studies* [Die Wirkung ausgesprochener Dankbarkeit auf das psychische Wohlbefinden: eine Metaanalyse]. In: *International Journal of Applied Positive Psychology* 8 (2023), S. 63–86, <https://doi.org/10.1007/s41042-023-00086-6>.

Krech, Gregg: *Naikan Therapy. 3 questions to put things in perspective* [Naikan-Therapie. Drei Fragen, die die Dinge ins rechte Licht rücken]. In: *Tricycle*, Winter 2015, <https://tricycle.org/?p=5405>.

Medick, Hans: *Teuerung, Hunger und „moralische Ökonomie von oben“. Die Hungerkrise der Jahre 1816–17 in Württemberg*. In: *Beiträge zur historischen Sozialkunde* 15 (1985), S. 39–44 (nur Print).

Mironova, A. V.: *Min Festival* [Das Min-Fest]. *Ancient Near Eastern Festivals*, St. Petersburg 2020, <https://anefest.spbu.ru/en/articles/ancient-minor-asia/155-min-festival.html>.

Nasr, Youmna Adel Zaki: *Ritual of Cutting Grain in Theban Temples* [Das Ritual des Getreideschnitts in thebanischen Tempeln]. In: *Journal of Association of Arab Universities for Tourism and Hospitality* (2021), <https://doi.org/10.21608/jaauth.2021.91159.1227>.

Oppenheimer, Clive: *Climatic, environmental and human consequences of the largest known historic eruption: Tambora volcano (Indonesia) 1815* [Klimatische, ökologische und menschliche Folgen des größten bekannten historischen Ausbruchs]. In: *Progress in Physical Geography* 27 (2003), S. 230–259, <https://doi.org/10.1191/0309133303pp379ra>.

Ovid (Publius Ovidius Naso): *Fasti* [Festkalender]. Buch 4; lat. Text: <https://www.thelatinlibrary.com/ovid/ovid.fasti4.shtml>.

Parker, Eleanor: *A little history of Lammas* [Eine kleine Geschichte von Lammas]. In: *A Clerk of Oxford (Blog)*, August 2017, <https://aclerkofoxford.blogspot.com/2017/08/a-little-history-of-lammas.html>.

Parker, Eleanor: *Winters in the World. A Journey through the Anglo-Saxon Year* [Winter in der Welt. Eine Reise durch das angelsächsische Jahr]. Reaktion Books, London 2022 (nur Print).

Post, John D.: *A Study in Meteorological and Trade Cycle History: The Economic Crisis Following the Napoleonic Wars* [Eine Studie zur Geschichte von Wetter und Konjunktur: die Wirtschaftskrise nach den Napoleonischen Kriegen]. In: *The Journal of Economic History* 34 (1974), S. 315–349 (nur Print).

Saxo Grammaticus: *Gesta Danorum* [Taten der Dänen]. Um 1200, Buch XIV (zahlreiche Ausgaben).

Seligman, Martin E. P. / Steen, Tracy A. / Park, Nansook / Peterson, Christopher: *Positive Psychology Progress: Empirical Validation of Interventions* [Fortschritte der Positiven Psychologie: empirische Prüfung von Interventionen]. In: *American Psychologist* 60 (2005), S. 410–421, <https://doi.org/10.1037/0003-066X.60.5.410>.

Spaeth, Barbette Stanley: *The Roman Goddess Ceres* [Die römische Göttin Ceres]. University of Texas Press, Austin 1996, S. 36 f. (nur Print).

Winkworth, Catherine: *Christian Singers of Germany* [Christliche Liederdichter Deutschlands]. Macmillan, London 1869, <https://ccel.org/ccel/winkworth/singers.rinkart.html>.

Winslow, Edward u. a.: *Mourt's Relation. A Journal of the Pilgrims at Plymouth* [Mourts Bericht. Ein Tagebuch der Pilger in Plymouth]. London 1622; Brief vom 11.12.1621: <http://www.histarch.illinois.edu/plymouth/mourt6.html>.

Wood, Alex M. / Froh, Jeffrey J. / Geraghty, Adam W. A.: *Gratitude and well-being: A review and theoretical integration* [Dankbarkeit und Wohlbefinden: Übersicht und theoretische Einordnung]. In: *Clinical Psychology Review* 30 (2010), S. 890–905, <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2010.03.005>.

Zinken, Jörg / Rossi, Giovanni / Reddy, Vasudevi: *Doing more than expected: Thanking recognizes another's agency in providing assistance* [Mehr tun als erwartet: Danken würdigt die Eigenleistung des Helfenden]. In: Taleghani-Nikazm, Carmen / Betz, Emma / Golato, Peter (Hg.): *Mobilizing Others. Grammar and lexis within larger activities*. John Benjamins, Amsterdam 2020, S. 253–278, <https://www.benjamins.com/catalog/slsi.33.10zin>.