

13.02.2019 um 18:45 Uhr

**hr4 ÜBRIGENS**



Ein Beitrag von

**Jochen Straub,**

Seelsorge für Menschen mit Behinderung im Bistum Limburg

## Weniger nörgeln

„Wenn ich alt bin, nörgele ich nur noch: Das wird lustig!“ – diesen Spruch habe ich vor kurzem auf einem Flohmarkt gelesen. Das Schild hing an einem Stand mit vielen anderen Blechschildern voller origineller Sprüche. Der Text hat mich seitdem nicht mehr losgelassen. Mir fällt auf, wie viele Menschen diese Kultur des Nörgelns pflegen, unabhängig vom Alter. Der Zug kommt zu spät, der Bus ist zu voll, das Wetter ist zu kalt, der Weg ist zu steinig, die Schlange ist zu lang, die Kassiererin ist zu langsam. Die Nörgelliste lässt sich unendlich fortschreiben.

Menschen nörgeln schon seit Jahrtausenden – schon in der Bibel ist davon die Rede. Die prominenteste Nörgelgeschichte ist sicherlich die, bei der das Volk Israel beim Auszug aus Ägypten ordentlich ins Meckern und Nörgeln gerät. Eigentlich hätten die Israeliten ja allen Grund gehabt, zufrieden und glücklich zu sein: Gott hat sie herausgeführt aus der Sklaverei in Ägypten. Sie sind auf dem Weg ins gelobte Land. Aber dann kommen unterwegs die ersten Schwierigkeiten und schon geraten sie ins Nörgeln. War in Ägypten nicht alles besser? Wir haben nichts zu essen, wir haben Hunger, wir haben Durst, der Weg ist anstrengend!

Ich mag Nörgelei überhaupt nicht. Ich merke, wie das Nörgeln mich herunterzieht,

wie es mich ärgerlich macht, ja – sogar wütend: Ich kann diese Nörgelei manchmal nicht mehr hören. Und dann probiere ich manchmal etwas, um mich oder andere aus dem Nörgeln heraus zu holen: Ich zwinkere demjenigen zu, der in der Warteschlange gerade meckert. Oder ich beginne auf dem Bahngleis beim Warten auf den Zug ein Gespräch mit einem anderen, der gerade genervt ist – mit ein bisschen Kreativität und Ideen kann ich die Situation für mich verbessern. Ein kleines Lächeln wirkt bei vielen Nörglern Wunder.

Ich merke immer wieder: Nörgeln macht das Leben schwer – Humor macht es leichter!