

24.01.2019 um 18:45 Uhr

hr4 ÜBRIGENS



Ein Beitrag von
Dr. Ulf Häbel,
Evangelischer Pfarrer, Laubach-Freienseen

Net uffresche!

„Du solltest ruhiger werden.“ Das habe ich zu einem Nachbarn gesagt, der sich über viele Sachen im Dorf aufregt. Zum Beispiel über einen Baum, dessen Zweige bis auf den Bürgersteig ragen. Die stören ihn. Außerdem ist ihm ein verwahrlostes Grundstück ein Dorn im Auge. Da muss doch die Kommune endlich für Ordnung sorgen! Und dann noch die Leute, die ihren Hund auf dem Feld frei rumlaufen lassen statt ihn anzuleinen, wie es vorgeschrieben ist.

Du solltest ruhiger werden. Das war ein Ratschlag von meiner Großmutter, wenn sich jemand über alles aufregt. Geh doch nicht gleich in die Luft wegen einem Hundeschiss in der Wiese oder ein paar Zweigen über dem Bürgersteig. In der Ruhe liegt die Kraft. Schlaf noch einmal darüber, ehe du lospolterst oder jemanden anzeigst.

Meiner Großmutter habe ich das geglaubt. Sie hat in den Armutsjahren zwischen dem Ersten und dem Zweiten Weltkrieg elf Kinder aufgezogen. Wenn die sich über jeden Kram aufgeregt hätte, dann hätte sie gar keine Kraft mehr für ihre Kinder gehabt.

Also: Überleg noch einmal, wo du deine Energie hinlenkst – in kleinliche Auseinandersetzungen oder in die Zuwendung zu Menschen. In der Ruhe liegt eine Kraft, die hilft, mit den kleinen Ärgernissen im Alltag gelassen umzugehen.

Meine Großmutter hat uns auch gesagt, woher sie diese Weisheit hat. Aus der Bibel. Da steht: *Entrüste dich nicht, dass du nicht Unrecht tust. Sei stille in Gott und warte auf ihn.* (Psalm 37, 8.7) Auf gut Hessisch: Net uffresche!