

## **Meine Sehnsucht: Eine Welt ohne Meckern, Jammern, Klagen.**

Ein Kurzessay

Visionen sind die Antworten auf Sehnsüchte. Da sind die großen Visionen: Eine Welt ohne Krieg, eine gesunde Umwelt, soziale Gerechtigkeit, ein Ende aller Ausbeutung. Jesus hatte die eine große Vision von der Neuen Welt Gottes.

Ach, mir würde es manchmal paar Nummern kleiner schon reichen: Eine Welt ohne selbstmitleidiges Jammern und Klagen, ohne Nörgeln und Kritisieren wäre schön. Wenn doch wenigstens um mich herum weniger gemeckert, gejammert, geklagt würde... Noch besser, wenn ich selber aufhören könnte, zu jammern, zu klagen, zu stöhnen. Ach, wäre ich doch eine meckerfreie Zone. Ich und die meinen hätten es dann besser mit mir. Na, dann: Ich werde eine meckerfreie Zone. Und dazu hilft mir ein violettes Silikonarmband.

Violett, kirchlich die Farbe einer Fastenzeit. Zeit für Neuausrichtung, Umkehr und Demut. Ich trage das Armband am Handgelenk. Jedesmal, wenn ich mich beim Jammern, Klagen, Tratschen, Kritisieren, Meckern erwische, wechsele ich das Armband auf das andere Handgelenk. Zum Glück zählt nur, was ich für andere hörbar äußere. Ich darf also leise vor mich hinschimpfend meine Steuererklärung verfassen. Ziel ist: 21 Tage am Stück das Armband nicht zu wechseln. Denn nach 21 Tagen schlüpft nicht nur ein Huhn aus dem Ei, nach 21 Tagen hat sich unser Gehirn an neue Normen gewöhnt. Nach 21 meckerfreien Tagen erlebe ich meine Welt anders. Denn meine Worte spiegeln meine Gedanken, meine Gedanken konstruieren meine Welt.

Ein amerikanischer Pastor hatte als erster die Idee. Mittlerweile hat er 9,5 Millionen dieser „Complaint Free World“ Armbänder verteilt. (Mehr zu dieser Aktion gibt es unter: <http://meckerfreie-zone.jimdo.com>)

Der Versuch lohnt sich. Selbst auf dem Weg zum Ziel sind Erfolge spürbar. Ein heiterer Zug flicht sich ins Leben. Man nimmt nicht alles gar ganz so schwer. Es geht nicht gleich die ganze Welt unter, wenn etwas unstimmig ist. Dafür öffnet sich das Innere für die Gegenwart und für das Gute, das Gott hier bereit hält. Wer überlegt, ob er meckert oder schweigt, der übernimmt wieder Verantwortung im eigenen Haus. Auch das ist eine Sehnsucht, wieder in sich selbst zu Hause sein mögen. Was nützt denn auch das Jammern? Eine richtige Erkältung dauert die bekannten 14 Tage mit Jammern und zwei Wochen ohne Jammern. Beschleunigt wird die Heilung nicht durch Klagen.

„Dein Glaube hat dir geholfen.“ sagt Jesus. Tatsächlich, unsere Worte spiegeln unsere Gedanken, unsere Gedanken gestalten unsere Welt. Wer immer nur nörgelt und jammert, fokussiert sich und seine Gedanken auf die negativen Umstände und verfängt sich schnell in den Verästelungen der Probleme. Wie ein Sog zieht es ihn hinab. Wer nur klagt, ändert gar nichts an den äußeren Bedingungen. Im Gegenteil, er bestärkt sie, wenn es einzig bei der Klage bleibt. Wer jammert, verkündigt den inneren Bankrott, demonstriert seine eigene Hilflosigkeit. Wirft anderen seinen Jammer vor die Füße. „Empört Euch!“ ist kein konstruktiver politischer Standpunkt. Denn das ist es, was den Wutbürger zur Zielscheibe von Karikaturen macht. Seine bloße Empörung.

Wer sich nur jammert und klagt, will nicht, dass sich etwas ändert. Keine Vision trägt ihn. Keine Sehnsucht zieht ihn nach vorne. Wer jammert, blickt zurück. Alles soll so bleiben, wie es früher einmal war. Darin liegt etwas Starres. Leben jedoch ist Veränderung. Leben ist Bewegung. Leben ist das Gegenteil von Starre. Starre ist in letzter Konsequenz: Tod. Doch Gott ist ein Gott des Lebens, sagt Jesus. Man starre nicht auf das Problem, sondern sei die Lösung.

Soll, wer meckerfrei lebt zu allem Ja und Amen sagen? Müssen wir vor der Welt kapitulieren und sie mit einem Dauerlächeln ertragen? Um Gottes Willen: Nein!

Wer zum Kellner sagt: „Herr Ober, die Suppe ist kalt.“, der meckert nicht. Er beschreibt eine Tatsache. Wenn er das mit dem Wunsch nach einer warmen Suppe zum Ausdruck bringt, dann bietet er sogar die Lösung an. Meckerfrei leben heißt nicht, alles hinnehmen, keine Kritik mehr üben. Im Gegenteil. „Eure Rede aber sei: Ja, ja; nein, nein. Was darüber ist, das ist vom Übel.“ heißt es in der Bergpredigt. Ja, die Welt ist in einem beklagenswerten Zustand. Das muss nicht lethargisch hingenommen werden. Wer versucht, meckerfrei zu leben, versucht ein Teil der Lösung zu sein. Seine Wahrnehmung ist nicht getrübt durch Selbstmitleid, seine Handlungsmöglichkeit nicht gestört durch Selbstlähmung. Eine Sehnsucht zieht ihn an und lässt ihn leben.