

Entscheiden Sie sich, mit dem Klagen aufzuhören!

Von Barbara Dahlgren



Barbara Dahlgren

Mark Twain hat einmal gesagt: „Klage nicht und sprich nicht über deine Probleme. Achtzig Prozent der Leute interessiert das sowieso nicht und die übrigen zwanzig Prozent werden denken, dass dir recht geschieht.“ In diesem Ratschlag steckt eine Menge Weisheit.

Die Bibel ermahnt uns, alles ohne Murren zu tun (Phil. 2,14). Da ist nicht leicht. Zu murren, zu klagen, zu jammern ist ein beliebter Zeitvertreib. Wir beklagen uns über alles und jeden: unsere Mitarbeiter, unsere Kollegen, unsere Ehepartner, unsere Kinder, unsere Steuern, unsere Haare, unser Gewicht, unsere Wohnung, unsere Regierung, den Verkehr, lange Staus und das Wetter. Die Liste hat kein Ende. Jemand hat einmal behauptet, dass Gott alles in sechs Tagen geschaffen hat und nachdem er sich am siebenten Tag ausgeruht hat, war er bereit, am achten Tag die Beschwerden entgegenzunehmen.

Die Gesellschaft hilft uns nicht. Uns wird weisgemacht, dass wir es verdienen, noch mehr zu haben und dass Besitztümer uns stufenweise zum großen Glück führen. Werbeagenturen sind Meister darin, uns Dinge zu verkaufen, die wir nicht wirklich brauchen. Schon von klein auf, werden wir durch Werbung bombardiert, die uns sagt, dass ein Müsli besser ist als das andere, weil sich ein Spielzeug im Karton befindet. Und wenn wir schließlich zur letzten Ruhe getragen werden, dann genügt nicht ein Sarg aus Kiefernholz, es muss Edelholz sein. Wir wachsen in einem stetigen Gefühl der Unzufriedenheit auf. Wir jammern wegen Dinge, die wir nicht haben. Wenn wir es schließlich haben, hört das Klagen nicht auf. Je mehr wir haben, desto mehr wir klagen.

Murren und Klagen ist nichts Neues. Die Kinder Israels jammerten und beklagten sich in einem fort. Kaum hatten sie Ägypten verlassen, ging es los. Sie wollten andere Nahrung. Sie wollten Fleisch. Sie wollten besseres Trinkwasser. Sie wollten nicht mit Gott sprechen; das sollte Mose tun. Jedes Mal, wenn Gott ihnen gab, was sie wollten, ließen sie nicht nach zu murren – dabei hatten sie nicht einmal Fernsehwerbung, die ihnen gesagt hätte, dass die Burger von McDonald besser als das Manna seien.

Das Murren und Klagen einzustellen, erfordert mehr als den Mund geschlossen zu halten. Das griechische Wort für Murren im Philipperbrief ist „gongysmos“ und bedeutet vor sich hin grummeln oder anders gesagt, wir sollen eben nicht mit einem verzerrten Gesicht herumlaufen und entsprechende

Töne der Unzufriedenheit und der Entrüstung von uns geben, die jedem auch ohne Worte deutlich machen würden, dass wir ungehalten sind.

Um wirklich mit dem Murren und Klagen aufzuhören, müssen wir es durch etwas Positives ersetzen. Das Gegenteil von Klagen ist Dankbarkeit.

Bedenken wir ... Es kommt nichts Positives dabei heraus, wenn wir ständig murren. Das zieht richtig runter! Das verdirbt uns selber und auch allen um uns herum gehörig die Stimmung. Stetiges Murren verfinstert unsere Sichtweise. Wir verlieren aus den Augen, was wirklich wichtig ist im Leben.

Sich über Dinge zu freuen und dankbar zu sein, ist nützlicher als unser Klagen. Vielleicht ist es ähnlich wie mit dem Glas, das wir als halbvoll betrachten, statt halbleer. Oder vielleicht könnten wir auch einfach froh sein, dass wir ein Glas haben.

Vorschläge, wie Sie davon loskommen ...

- *Ziehen Sie ein Gummiband über das Handgelenk und jedes Mal, wenn sie klagen, schnipsen Sie so daran, dass es wehtut. In wenigen Tagen haben Sie ein dunkelrotes Handgelenk und darüber dürfen Sie dann gerne klagen. Doch Vorsicht, das tut weh.*
- *Jammern Sie nicht! Huh ... huh ... Das Leben ist nicht fair. Ich habe es nicht verdient. Niemand mag mich. Wenn Sie morgens aufstehen, tun Sie es mit Freude und einem Lächeln oder ist Ihnen gleich zum Heulen? Hören Sie auf mit dem Gejammer! Wenn Sie die Umstände ändern können, dann tun Sie es. Wenn Sie es nicht können, dann macht es das Gejammer auch nicht besser.*
- *Erinnern Sie sich, dass Paulus und Silas nicht klagten, als sie ins Gefängnis geworfen wurden. Stattdessen beteten sie und sangen zum Lobe Gottes (Apg. 16). Wenn Sie merken, dass Ihnen wieder zum Klagen zumute ist, dann singen Sie. Vielleicht kennen Sie „Danke für diesen guten Morgen, danke für jeden neuen Tag“.*
- *Oder wenn Sie merken, dass am liebsten wieder losjammern möchten, dann überlegen Sie, wofür Sie dankbar sein können und flüstern Sie „Ich liebe dich, Jesus“ statt zu murren.*
- *Denken Sie des Öfteren an das Sprichwort: Statt darüber zu klagen, dass der Rosenstrauch voller Dornen ist, sollte man sich nicht lieber freuen, dass er Rosen trägt? □*