

Die Sünde der Nörgelei

26.08.2025

Einfach mal nichts tun, die Beine hochlegen, Stille genießen. Ich mag die Möglichkeit zum Durchatmen. Endlich die Probleme vergessen, die in der Welt noch immer nicht gelöst sind. Müßiggang könnte man das nennen oder auch Trägheit. Früher stand das nicht gerade in hohem Ansehen. „Müßiggang ist aller Laster Anfang“ heißt es in einem Sprichwort.

In der alten Kirche hatte man dafür den Ausdruck *Akedia* geprägt. Diese besondere Art des *Nichtsmachens* galt sogar als eine der Todsünden. Man kann den griechischen Ausdruck *Akedia* übersetzen mit „Sorglosigkeit“ oder mit „nachlässiger Trägheit“. Aber das ist missverständlich, die Begriffe haben sich im Lauf der Jahrhunderte verändert. Wer heute seine Hände in den Schoß legt, um von der Arbeit auszuruhen, oder sich eine mentale Pause gönnt, den trifft der Vorwurf nicht. Und erst recht nicht sind Menschen mit Depressionen gemeint, die sich wie in einem Käfig gefangen fühlen und deshalb wie erstarrt wirken.

Wenn von der Sünde der *Akedia* gesprochen wird, ist vielmehr eine innere Einstellung von Personen gemeint, die Anstrengungen konsequent aus dem Weg gehen und jede Verantwortung ablehnen. Es ist diese eigentümliche Melange aus Bequemlichkeit und sorgloser Passivität. Kritisch ist die innere Distanz eines Menschen, dem gleichgültig ist, wie es seiner Mitwelt geht, und der sich nicht kümmern will, obwohl er es könnte.

Der Begriff der Sünde ist angestaubt oder sogar als Unwort abgetan. So dachte auch ich, bis ich vor kurzem auf eine Übersetzung des Begriffs der *Akedia* gestoßen bin, die ich überaus aktuell finde. Diese Interpretation beschreibt die alte Sünde als Form der ständigen Nörgelei. Oh ja, das kommt mir bekannt vor. Auf einmal erscheint mir der schwer fassbare Ausdruck der *Akedia* in einem ganz neuen Licht.

Schon im 4. Jahrhundert hat der Mönch Evagrius Ponticus diesen speziellen Seelenzustand am Beispiel eines Klosterbruders beschrieben, der mit nichts zufrieden ist und an allem etwas auszusetzen hat. Er ärgert sich über dies und jenes, klagt über seine Mitmenschen. Keiner kann es ihm recht machen: wenn die Tür quietscht, das Bett zu hart und das Zimmer zu kalt ist; und natürlich sind immer die Anderen am Elend der Welt schuld.

Mir gefällt es, wenn die Nörgelei als Sünde geoutet wird. So vieles in dieser eigentümlichen Mischung aus notorischer Schuldzuweisung und abgelehnter Eigenverantwortung kommt mir bekannt vor. Es ist so modern geworden, an allem etwas auszusetzen, Politiker zu beschimpfen, Menschen als arbeitsscheu oder geldgierig zu diffamieren. Scheinbar wissen diese nörgelnden Menschen alles besser. Aber kaum jemand strengt sich an, das auch unter Beweis zu stellen. Die aktuelle Sünde der Nörgelei kommt in dem Gewand des übellaunigen Besserwissers daher, der notorisch klagt und Misstrauen unter seinen Mitmenschen verbreitet.

Allerdings blieb es nicht bei der Kritik, als Kirchenväter wie der Mönch Evagrius über die Sünde

nachdenken. Ihnen ging es nicht darum, andere Menschen zu verurteilen oder sie in Schubladen zu packen. Sie wollten vielmehr die eigenen Schwächen entdecken und über therapeutische Maßnahmen nachdenken.

Als Therapie gegen die notorische Nörgelei empfahlen sie überraschenderweise die Selbstachtung. Tatsächlich! Die Ursache für die ständige Unzufriedenheit mit allem und jedem führten sie nämlich auf mangelndes Selbstvertrauen zurück.

Und da liegt der nächste Schritt nahe: Wer sich gebraucht und geliebt fühlt, dem erscheint das Leben nicht mehr beliebig. Wer sich von den Mitmenschen oder von Gott angesehen weiß, tritt im Leben nicht misstrauisch dahin. Derjenige oder diejenige sieht im Leben keinen Anlass zur Nörgelei, sondern hat Lust am Dasein und will dafür Verantwortung übernehmen.

Es gilt das gesprochene Wort.

Redaktion: Pfarrer Martin Vorländer (martin.vorlaender@gep.de)

Weitere Sendungen, Informationen, Audios und mehr finden Sie unter:
<http://rundfunk.evangelisch.de/kirche-im-radio/deutschlandfunk/morgenandacht>
Facebook: <https://www.facebook.com/deutschlandradio.evangelisch>