

Mensch, ärgere dich!

Er ist einer der berühmtesten Kreuzwege der Welt. Wer seine 40 Stationen abläuft, erleidet unterwegs bittere Qualen und genießt im nächsten Moment süße Triumphe. Das Ganze passt in eine blutrote Schachtel, Maße 37x4x27 cm, auf ihrer Frontseite ein Mann mit tief gefurchter Stirn, der sich die schwarzen Haare rauft. Mensch, ärgere dich nicht, steht auf der Schachtel.

Vor hundert Jahren hatte Josef Friedrich Schmidt einen Geistesblitz, wie er sein Brettspiel, das so recht keinen Absatz fand, an den Mann bringen könnte. Schmidt investierte in die Produktion von 3000 Exemplaren. Die verteilte er im Kriegsjahr 1914 als Sachspenden an Lazarette. Die verwundeten Soldaten waren dankbar für alles, was ihre Gedanken ablenkte von Schützengräben und Todesangst. Mit Lust schmissen sie die Gegner vom Feld und vergaßen das Fallen der Kameraden um sie herum. Anders als den deutschen Truppen gelang dem Spiel ein Siegesfeldzug.

Wenn die Umstände so sind, dass man sich schwarz ärgern müsste, heißt es: Mensch ärgere dich nicht! Ich möchte dagegen eine Lanze brechen für den Ärger und das negative Denken. Ich möchte Sympathie bekunden für die schlechten Gefühle. Ich möchte den Pessimismus loben. Denn ich kann das Gerede vom positiven Denken nicht mehr haben. Ich mag sie nicht hören, die Ratschläge, die da lauten: Ärgere dich nicht. Sorge dich nicht, lebe!

Es gibt Wohnungen, die sind mit solchen Sinnsprüchen zugepflastert. Sie springen einen an von der Fußmatte, hängen an der Wand, stecken hinterm Spiegel. Sie beschwören die Kraft des Positiven. Denn heute meinen viele, sie müssten das Negative aus ihrem Kopf vertreiben. Weil Ärger angeblich die Gesundheit gefährdet. Weil Sorgen der Heilung im Wege stehen. Weil es schlecht ausgeht, wenn man nicht gut gestimmt ist. Positives Denken wird wie eine Wunderwaffe gegen Krankheit und Misserfolg gehandelt. Ich finde: Das ist magisches Denken, Plastikpsychologie und postmoderner Hokusfokus. Was für ein Stress immer gut drauf zu sein! Kein Krebs kommt aus negativen Gedanken. Ärger und Sorge, Verzweiflung und Angst gehen nicht davon weg, dass man sie verbietet und ein Tumor erst recht nicht. Verbote, das wusste klammheimlich ja auch Josef Friedrich Schmidt, machen sie nur größer.

Darum gefallen mir die Psalmen so sehr. Da spucken die Kranken geradezu aus, was an Ärger, Frust und Angst in ihnen steckt. »Ich bin ein Wurm und kein Mensch. (Psalm 22,7) Ich bin wie ein zerbrochenes Gefäß. (Psalm 31,13) Ich komme mir vor wie ein Tier. (Psalm 73,22)« Geht man durch diese Gefühle hindurch und spricht sie aus, kann man frei von ihnen werden. Glücklicher der Unglückliche, dem das erlaubt ist.

Negatives Denken kann sehr heilsam sein, auch in der Politik. Nicht Coolness und Zweckoptimismus sind

die Kräfte, die die Welt verändert haben, sondern Ärger und Zorn. Sie sind der emotionale Boden, auf dem die Prophetie gewachsen ist. Die Propheten in der Bibel benennen die gesellschaftlichen Ärgernisse, nicht selten mit sehr drastischen Demonstrationen. Von einem wird überliefert, er sei nackt und klagend durch Jerusalem gelaufen, von einem zweiten, er habe einen Krug zertepert, von einem dritten, er habe sich mit Stricken gefesselt. Ein moderner Flashmob ist nichts gegen solche zornigen Zeichenhandlungen.

Sie waren oft richtige Schwarzseher. Jesus wurde in seinem Ärger so handgreiflich, dass er die Geldwechsler mit der Peitsche aus dem Tempel jagte. Sie alle verachten jenen billigen Optimismus, der nur zu phantasielos ist, um sich den schlechten Ausgang der Dinge vorzustellen. Sie wandeln ihren Ärger in zornigen Protest um. Sie sorgen sich um die gute Zukunft, aber sie sind keine Wird-schon-alles-gut-gehen-Prediger. Anders als der so genannte »Zukunftspapst«, der kürzlich jubelte: »Die Bevölkerung ist in Hochstimmung ... und in dem Gefühl in einer Bestzeit zu leben.« »No future« sei »zum Fremdwort geworden«.¹ Hoffentlich nicht. Hoffentlich gibt es weiterhin solche, die wissen, dass die Zeit schlecht ist und die Zukunft für viele auf dem Spiel steht.

Darum: Mensch, ärgere dich. Aber – und das ist auch eine biblische Weisheit: »Lasst die Sonne nicht über eurem Zorn untergehen.« (Epheser 4,26)

¹ <http://www.tagesspiegel.de/weltspiegel/umfragen-host-opaschowski-und-allianz-deutsche-gehen-voller-optimismus-ins-jahr-2014/9226536.html>