



## Kolumne Nicht ärgern, sondern lächeln

Liebe Leser/innen,

in den Medien war dieser Tag über den wohl ältesten Mann der Welt zu lesen. Er lebt in Japan und ist sage und schreibe 112 Jahre alt. Auch bei uns in Lahnstein konnten wir einen ähnlichen Geburtstag feiern: die älteste Bürgerin unserer Stadt wurde in diesem Jahr stolze 103 Jahre alt.

Diese mit großer Lebenserfahrung gesegneten Menschen können uns Vieles sagen und uns somit den uns eigenen Kompass neu (aus-)richten. Wir sollten diesen älteren, durch das Leben erfahrenen und klugen Menschen aber auch einmal zuhören und vor allem ihren Rat befolgen. So habe ich das früher auch immer bei meinem Opa gemacht – und auch der älteste Mann der Welt hat ein ganz einfaches, aber geradezu geniales Erfolgsrezept: Er rät dazu, sich nicht oder nur wenig zu ärgern und stets viel zu lächeln!

Dem kann wohl nicht nur ich uneingeschränkt zustimmen. Denn schon der Volksmund sagt: Wir sollen uns nicht ärgern, nur wundern.

Ärger ist doch nichts anderes als eine Strafe, die wir uns selbst geben, für einen Fehler, den ein anderer begangen hat. Also machen wir es doch so, wie es mein Opa mir und dieser alte, weise Mann aus Japan es uns allen geraten hat: Wir sollten lächeln und uns nicht ärgern.

Und wenn man sich doch einmal über andere oder sich selbst ärgert, dann sollten wir daran denken: Man kann sich den ganzen Tag ärgern, muss es aber nicht. Halten wir es lieber, wie Wilhelm Busch einmal sagte: „Bemüh dich nur und sei hübsch froh, der Ärger kommt schon sowieso.“

Mensch ärgere dich nicht – lächle lieber. Und du wirst sehen, schon sieht dein Tag ganz anders, nämlich viel schöner, aus.

In diesem Sinne, für euch zum Schluss:  
eine gute Woche, ganz ohne Verdruss 😊