

# Neinsager

Anja Kieser

„Die Kraft des Neinsagens“ lautet die Überschrift eines Artikels<sup>1</sup>.

Menschen erzählen, warum und wieso sie zu manchen Sachen ein ganz bewusstes Nein gefunden haben. Zu Alkohol und Drogen, aber auch zu Sex und Arbeit. Keiner hat sein Nein leicht gefällt. Warum ist mir dieses Nein wichtig? Was gebe ich auf? Was kann ich dadurch gewinnen?

Neinsagen ist wichtig. Aber Jasagen auch, denke ich.

Mir fällt eine Geschichte von Jesus ein, in der ihn eine Frau um etwas bittet. Jesus will nicht. Das ist irgendwie komisch, aber vielleicht fühlte auch er sich überfordert. Hat seine Grenzen gespürt. Gut so. Letztendlich hilft er der Frau dann doch, weil sie hartnäckig bleibt und ihn das beeindruckt. Mir macht das deutlich, dass ich sehr wohl auf mich achten muss, auf meine Bedürfnisse, meine Werte und meine Sicherheit.

Aber auch, dass ich nie vergessen sollte, was ein Nein oder ein Ja für den anderen bedeutet oder für die Gesellschaft in der ich lebe. Ich trage nicht nur Verantwortung für mich, auch für andere.

---

<sup>1</sup> Philmag Nr. 04/ 2023 S. 45ff

**radio m lebt von Spenden. Wir freuen uns auf Ihre Unterstützung!**

Evangelische Bank Kassel  
IBAN: DE75 5206 0410 0000 4162 40  
BIC: GENODEF1EK1