

Glücklich



**durch gute
Nachbarschaft**

Glücklich durch gute Nachbarschaft

Reproduktionen, Übersetzungen, Weiterverarbeitung oder ähnliche Handlungen zu kommerziellen Zwecken sowie Wiederverkauf oder sonstige Veröffentlichungen sind ohne die schriftliche Zustimmung des Autors bzw. Lizenzgebers nicht gestattet.

Autor: Antonio Rudolphios

Diese Publikation wurde nach bestem Wissen recherchiert und erstellt. Als Leserin und Leser, möchte ich Sie ausdrücklich darauf hinweisen, dass keinerlei Verantwortung für jegliche Art von Folgen, die Ihnen im Zusammenhang mit dem Inhalt dieses eBooks entstehen, übernommen werden können. Der Leser ist für die aus diesem Ratgeber resultierenden Handlungen selbst verantwortlich.

Inhaltsverzeichnis

Vorwort.....	4
Was macht Nachbarschaft so kompliziert?.....	6
Wie steht es um unsere Streitkultur?.....	8
Man sieht sich immer zweimal im Leben.....	11
Denken Sie strategisch.....	13
Das Ziel guter Nachbarschaft: Glück.....	17
Klassische Beispiele:	
So hilft man sich konkret gegenseitig	21
Schlusswort.....	47

Vorwort

Schrecken Sie auch immer wieder Meldungen auf, dass sich Nachbarn bis auf Messers Schneide bekämpfen, ja sogar gegenseitig umbringen? Streit unter Nachbarn ist so allgegenwärtig wie Regen und Sonnenschein – ja auch in diesen Extremen. Wir streiten uns über Lärm und zu hohe Zäune, Laub oder Obst, den lauten Hund, das tobende Kind – ja fast über alles, wenn ´s nur vom Nachbarn kommt.

Wohl gemerkt: Es ist nicht die Regel. Es geht auch anders – eine gute und gedeihliche Nachbarschaft als Win-Win-Situation, von der alle etwas haben. Man hilft sich gegenseitig und weiß einen verlässlichen Partner an seiner Seite. Aber das muss erst einmal durch gegenseitigen Respekt und Vertrauen hart und lange erarbeitet werden.

Das Zauberwort bei allem ist „hinwegsehen“. Es meint, nicht alles auf die Goldwaage zu legen, nicht überall nach dem Haar in der Suppe zu suchen, manche für einen selbst unangenehmen Dinge einfach mal übersehen – getreu der Devise: Leben und leben lassen. Wenn wir nämlich mental weniger auf den Nachbarn fixiert sind, sondern mehr bei uns selbst bleiben, fällt uns doch der Splitter im Auge des Anderen gar nicht mehr auf.

Ein weiteres Schlüsselwort für ein gutes nachbarschaftliches Auskommen ist Empathie. Wie meint er das nun? Hat er absichtlich Krach gemacht, um mich zu ärgern, oder freut er sich nur wahnsinnig über seine Gäste und die gelungene Party? Oder fragen Sie sich doch selbst einfach öfter mal: Nerve ich nicht auch mit meinem Verhalten manchmal die Nachbarn? Versetzen Sie sich in die Lage Ihres Nachbarn und seien Sie mal so richtig selbst Nachbar – wie kommt Ihnen dann Ihr eigenes Verhalten vor?

Damit sind Sie bereits mitten im Thema. Sie wollen nicht die Fehler wiederholen, die Millionen Menschen schon in bittere Feindschaft getrieben haben. Sie suchen gute Beziehungen zu Ihren Nachbarn. Damit Ihnen das auch gelingt, haben Sie diesen Ratgeber. Er hilft Ihnen über die Klippen von Streit und Eifersucht, Neid und Habgier. Denn letztlich hat doch der mehr vom Leben, der mit seinen Mitmenschen gut auskommt und Freundschaften pflegt. Es kommt darauf an, sich diejenigen auszusuchen, die man gut mag und die einem auch Vorteile bieten. Ein Netzwerk von Freunden sollte deshalb immer auch strategisch aufgebaut werden: Was brauche ich mal und wem könnten meine Dienste hilfreich sein? Eine Hand wäscht die andere. Befolgen Sie die Tipps und Tricks aus diesem Ratgeber-Werk, dann haben Sie mehr vom Leben mit guten, hilfsbereiten und nützlichen Nachbarn.

Was macht Nachbarschaft so kompliziert?

Hand aufs Herz: **Sie haben sich doch auch schon über Nachbars Hecke aufgeregt – oder?** Wir stehen uns doch oft selbst im Weg. Warum ärgern wir uns über das Laub, das der Wind vom Baum auf dem Grundstück nebenan zu uns geweht hat? Niemand kann etwas dafür und macht es mit Absicht – allenfalls Wind und Wetter, die wir weder beeinflussen noch bestrafen können. Was stört uns an dem hohen Zaun? Können wir ihm nicht auch positive Seiten abgewinnen, etwa solche wie „Danke, nun kann ich mich auch mal endlich in meiner Freizeit ungezwungen gehen lassen und barfuß rausgehen oder mich in Unterhose auf den Liegestuhl legen!“ **Wir selbst verkomplizieren** durch unsere Reaktionen das Verhältnis zu unseren Nachbarn. Wir sind engstirnig, rechthaberisch und gönnen anderen zu wenig.

Neid, Missgunst, Eifersucht und Geltungsstreben zerstören eine gute Nachbarschaft. Man gönnt dem anderen nicht das größere Auto, den schöneren Rasen, den Swimmingpool oder auch dessen nette Freunde.

Dabei wissen wir doch alle: **Miteinander zu reden**, ist doch die **Geheimwaffe**, um jeden Streit im Keim zu ersticken. Und das geht so: „Hallo Herr Nachbar, wir feiern heute Abend meinen Geburtstag. Es könnte also etwas lauter und länger werden. Was halten Sie davon, einfach mit uns gemeinsam Spaß zu haben? Sie sind herzlich eingeladen.“ Oder wie es in einer typischen Kaffee-Werbung so schön heißt: „Hallo Frau Meier, Ihr Sohn hat mit dem Fußball meine Scheibe zerschlagen!“ – „Wollen Sie nicht erst einmal rüberkommen und mit uns eine Tasse Kaffee trinken?“ ist die entwaffnende Antwort. Oder man bringt dem Nachbarn einen Korb Äpfel vorbei. Er kann sich einfach künftig nicht mehr über Laub und Fallobst aufregen. „Den Wind aus den Segeln nehmen“ nennt man das. Sie wissen doch rechtzeitig

vorher, wo der Sturm weht. Also bereiten Sie sich geschickt auf das Donnerwetter vor, wie es ja auch Flug- und Schiffs-Kapitäne machen. Dann wird die Nachbarschaft auch nicht mehr so kompliziert.

Wie steht es um unsere Streitkultur?

Genau das ist die Frage: Wir haben nämlich verlernt, für unsere Überzeugungen, Argumente und Ansichten **mit guten Worten zu kämpfen**. Stattdessen brüllen wir uns impulsiv an, fahren zu schnell aus der eigenen Haut. Sachliche Sprache, ruhig und gelassen vorgetragen, müsste doch eigentlich jeden Hitzkopf besänftigen. Aber wenn schon auf der anderen Seite **der Empfänger gestört** ist, nutzt auch nicht mehr ein Nejustieren der Antenne – das **alte Problem zwischen Sender und Empfänger**. Ich sende etwas aus, was gar nicht ankommt. Was natürlich auch – jetzt mal vom rein Technischen weg – mental etwas mit **Empathie** zu tun hat. Wir reden über Äpfel, bei unserem Gegenüber kommen aber nur Birnen an. Schon haben wir ein dickes Problem.

Ich muss also sicherstellen, dass das, worüber ich rede und wovon ich jemanden überzeugen will, auch beim anderen genauso verstanden wird. Dazu ist erst mal eine **klare Sprache** notwendig – **nicht in Bildern/Synonymen, nicht ironisch** bis ins Gegenteil verfremdet, sondern klar ausgesprochen. Ja, dabei müssen wir schon über unseren eigenen Schatten springen. Sie lieben es, in Bildern blumenreich zu sprechen. Das versteht aber nicht jeder.

Prüfen Sie sich deshalb selbst immer wieder wie es ja auch zum unbedingten Handwerk der schreibenden und Sprechenden Zunft gehört: Kommt meine Ausdrucksweise überhaupt noch an? Erreiche ich meine Leser und Zuhörer noch?

Und noch eins ist ganz wichtig: Sie schreiben und sprechen nie nur fürs **eigene Ego**, sondern für ein ganz bestimmtes Klientel. Nun gut, man darf seinen eigenen Stil haben, seine originäre Schreibe, seine Vorliebe für bestimmte Worte und Ausdrucksweisen, aber selbst die müssen uneingeschränkt ankommen. Und worüber schreibe ich hier gerade –

ich ertappe mich selbst wieder einmal, denn „schreibende Zunft“ versteht auch nicht jeder. Zunft ist ein im Mittelalter geprägter Begriff für einen Berufsstand wie den der Zimmerleute, Schmiede oder eben der „Schreiber“ – heute Journalisten oder Redakteure. Manche Zünfte wie die der Marktschreier, Herolde oder Gaukler gibt es heute nicht mehr, weil sie durch moderne Arbeitsweisen/Medien abgelöst wurden. Selbst relativ junge Berufe wie die der Metteure, Schriftsetzer im Zeitungs- und Buchdruck sind mittlerweile ersetzt durch so genannte Mediengestalter. So schnell geht das, aber selbst das müsste man einem Nicht-Fachmann noch näher erklären. Also vergewissern Sie sich immer wieder, dass Ihr Nachbar nichts in den falschen Hals bekommt.

Journalisten sollten sich auch immer als **Übersetzer und Vermittler** sehen – wie Sie ja auch auf der Suche nach guten Nachbarn. Zurück zur **Streit-Kultur** – Kultur sagt ja schon, dass man sich auch im Streit, im **Wort-Gefecht** benehmen sollte wie ein edler Fechter, der sich an die Regeln hält und nicht unter der Gürtellinie zuschlägt wie ein Boxer mit 1000 Volt in den Armen, aber nichts in der Birne.

Wir sind ja **nicht wild kämpfende Tiere**, sondern intelligente Wesen, also benutzen wir auch unsere grauen Zellen und pflegen die Kultur des Streitens, die ja schon die Erfinder des Demokratie-Gedankens im alten Griechenland (Attische Demokratie im fünften Jahrhundert vor Chr. sowie Aristoteles und Perikles später) in den Vordergrund hoben.

Demokratie stammt aus dem Griechischen: Demos kratein = das Volk herrscht. Hier wurden die Grundlagen des zivilen Streitens für seine Sache gelegt, indem jeder das Recht bekam, für seine Überzeugung zu reden und zu werben.

Also **bemühen Sie sich um Ihre Nachbarn**, werben Sie für ein gutes Verhältnis untereinander. Das zahlt sich am Ende aus wie bei dem Softie, den man zwar belächeln mag, der aber erfolgreicher ist. Gehen

Sie soft durchs Leben und suchen Sie nicht um alles den Streit. Geben Sie nach, um im entscheidenden Moment dann doch den Sieg einzufahren.

Derjenige hat **mehr vom Leben**, der lächelt und vergibt, der sich nicht immer durchsetzt. Ok, oberflächlich hat der zunächst mehr Erfolg, der sich ständig beschwert, motzt und cholerisch ausrastet. Aber er **vereinsamt** auch in seinem Erfolg, denn keiner will etwas mit ihm zu tun haben und macht einen großen Bogen um ihn. Die Auseinandersetzungen mit ihm sind nämlich unangenehm. Oder wollen Sie sich etwa mit dem Motzki näher beschäftigen? Wie heißt es doch so schön im Englischen: „Stay away from Problems! – Halte dich von Problemen fern!“ Und Sie wissen auch: Streit um des Kaisers Bart ist nutzlos vertane Zeit. Streiten Sie für die wirklich wichtigen Dinge im Leben, beispielsweise um gute, verlässliche Freunde.

Man sieht sich immer zweimal im Leben

An diesem Spruch ist wirklich was dran. Die Welt ist manchmal ein Dorf. Berufliche oder private Zufälle bringen Menschen auch nach Jahren wieder zusammen, die immer geglaubt hatten „Einmal und nie wieder“. Deshalb der Rat: Reden Sie sich nie um Kopf und Kragen, verbauen Sie sich keine künftigen Gelegenheiten und sagen Sie nie „Nach mir die Sintflut“ – verbrannte Erde! So habe ich mich mal mit der Grundschullehrerin meines Sohnes kurz vor Ende seiner Schulzeit total überworfen. Und wo traf ich sie dann plötzlich wieder? Weit weg in der Nachbarmetropole, wo ich dann als Lokalreporter über ihr Schulfest berichten musste. Sie war nämlich inzwischen Schulleiterin geworden. Oh wie peinlich, denn ich hatte nun auch meinen Job in ihrer Nähe und wir würden uns wahrscheinlich künftig noch öfter begegnen. Gute Miene zum bösen Spiel kann man da nur sagen. Sie wird wahrscheinlich in ihrem Kollegium über mich gesprochen haben – und die Mund—zu-Mund-Propaganda kann sich ja auch viral fatal ausbreiten. Deshalb: Waren Sie immer Ihr Gesicht und stecken lieber einmal mehr die Faust in die Tasche als keinen Fuß mehr am Boden zu kriegen. Rasten Sie niemals unverzeihlich aus.

Denken Sie immer weise vorausschauend: Was könnte mir im Zweifel mal schaden und was nützlich sein? Treffen Sie nie spontan wichtige Entscheidungen. Schlafen Sie eine Nacht darüber. Am nächsten Tag sehen Sie die Welt mit einem ganz anderen Blick. Und holen Sie sich Rat bei einer guten Freundin oder dem besten Freund. Sie brauchen auch mal die Sichtweise aus der Außen-Perspektive. Sie haben doch den Tunnel-Blick, sind betroffen und geblendet, ja Fachidiot in Ihrem Thema. Lassen Sie sich nie zu spontanen Entschlüssen drängen, denn da passieren die meisten Fehler. Alles wird gut, es gibt immer Lösungen, nichts ist endgültig – nur der Tod. Und manchmal sehen wir uns sogar dreimal oder gar viermal im Leben wieder. Dann ist es doch

gut, wenn man sich selbst noch im Spiegel ansehen kann und den anderen sowieso.

Denken Sie strategisch

Wie oben schon erwähnt muss man sich **eine Strategie zu Recht legen**, um ein **gutes Netzwerk** von wertvollen Nachbarschaften zu entwickeln. Gehen wir einmal davon aus, Sie fangen ganz von vorne an. Sie sind irgendwo von weit her neu zugezogen, ganz allein, ohne Freunde. Sie müssen zwangsläufig mit Ihrer neuen Umgebung auf Nachbarschaft leben. Also stellen Sie sich vor. Die Nachbarn sind doch neugierig. Sie laufen also offene Türen ein. Sagen Sie „Hallo“, „Guten Tag“ – „Wir sind Ihre neuen Nachbarn und heißen Bolle.“ Dann stellen Sie Ihre Familie vor, sich selbst und Ihre Kinder, nennen vielleicht noch das Alter und sagen, was Sie beruflich machen, wo Sie arbeiten und woher Sie kommen. Wenn weiterer Gesprächsbedarf besteht, wird man Ihnen auch gleich Fragen stellen. Fürs Erste reicht´s.

Ziehen Sie den Zirkel um Ihre neue Nachbarschaft ruhig etwas weiter. Beschränken Sie sich nicht nur auf die Häuser nebenan und gegenüber. Nachbarn sind dann auch die Freunde und Schulkameraden Ihrer Kinder, Kollegen, Geschäfte und so weiter. Machen Sie den Begriff nicht zu eng, denn dann kapseln Sie sich schnell ein und ab.

Nun entwickeln Sie eine **Strategie**. Denn Nachbarschaft kann unterschiedlich intensiv sein, darf sie auch ruhig. Man mag den einen mehr als den anderen – allein schon typmässig, altersbedingt, charakterlich. Und fragen Sie sich immer wieder: **Wen könnte ich mal gut brauchen?** Wer könnte mir nützlich sein? Wessen Hilfe ist mir wichtig? (Umgekehrt natürlich auch „Wem könnte ich mal dienlich sein?“): Ärzte, Krankenschwestern, Hebammen, Pfleger, Banker, Handwerker, Geschäftsleute, Steuerberater, Rechtsanwälte, Automechaniker, Notdienste für Sanitär-, Elektro- und Computer-Probleme sind alle wichtige Nachbarn, zu denen man eine Beziehung aufbauen sollte – bestenfalls so: **„Du hast einen gut bei mir!“** Im

Zweifel hilft auch immer: „Ich kenne einen Nachbarn, der einen Freund hat, der Computer reparieren kann!“ Betrachten Sie strategisch gute Nachbarschaft wie ein **Netz von Beziehungen** – ja, **schaffen Sie ruhig subtil Abhängigkeiten**, warum eigentlich nicht?

Beispiel: Gehen Sie zu Ihrem Hausarzt, von dem Sie ein bestimmtes Medikament brauchen oder eine Krankschreibung, weil Ihr Kind eine Erkältung hat und betreut werden muss. In der Praxis sehen Sie Aquarelle einer örtlichen Künstlerin, die dort hängen. Schlagen Sie doch Ihrem „Medizinmann“ einfach beiläufig vor, dass man darüber doch auch mal einen Artikel für die örtliche Presse schreiben könnte. Sie sind zufällig Lokalreporter und würden auch die Vermarktung übernehmen. Und dazu ist die Malerin im Stadtteil sogar eine Koryphäe. Sie schlagen zwei Fliegen mit einer Klappe, machen Künstlerin und Arzt kostenlos bekannt – und für Sie öffnet sich dadurch eine ganz große Klappe, denn Sie haben einen gut bei dem Doc. Künftig warten Sie nicht mehr lange, bekommen die Medizin, die Sie haben wollen, und schreiben vielleicht später als „Wort-Artist“ auch noch Ihre eigenen Gutachten für die Rentenversicherung, die Sie früher in den Ruhestand hieven. Dafür spielen Sie den Presseemann für den Arzt und schreiben ihn zum bekanntesten Mediziner am Ort. Hand aufs Herz: Als Lokalmatador (Journalist) haben Sie doch sehr viele Möglichkeiten, jemanden hervorzuheben und einen anderen zu ignorieren. Unter uns: So habe ich mal einen Provinzpolitiker in den Stadtrat einer Millionenmetropole geschrieben. Heute ist er sogar Bürgermeister und hat damit ein regelmäßiges monatliches Einkommen von über 3000 Euro. Sein Geschäft läuft nebenher auf Sparflamme. Das kann er sich auch gut leisten. Manchmal leider vergessen solche Typen auch die Wohltaten, die man ihnen mal hat angedeihen lassen. Aber sagen Sie sich immer auch: Ein wenig Schwund ist immer. Ich hatte auch meine Vorteile, und das reichte mir damals.

Sie kennen doch das **Geschäft von Abhängigkeiten**. Man braucht sie gar nicht mal einzufordern. In unserem westlichen Verständnis ist es üblich, jemandem einen Gegen-Gefallen zu tun, der einem mal geholfen hat. Man nennt das auch „sich revanchieren“ im positiven Sinn. Was den Asiaten völlig fremd ist, nämlich eine Gegenleistung zu erwarten, ist in unseren Breitengraden eben selbstverständlich. Sie haben Ihrem Nachbarn einen Rasenmäher ausgeliehen. Dann dürfen Sie bei passender Gelegenheit auch mal um seine Leiter bitten. Oder er wird Ihnen von selbst seine Heckenschere anbieten. Als Mutter nehmen Sie auch schon mal das Nachbarkind im Auto mit zur Schule. Wenn Sie einen engen Terminplan haben, revanchiert sich Ihre Nachbarin und bringt Ihren Nachwuchs sicher mit nach Hause.

Was hat das Ganze jetzt mit **Strategie zu tun**? Nun gut, Sie können jetzt auch übereifrig sein und überall da zupacken, wo Sie sich mal selbst Vorteile oder nützliche Hilfen versprechen. Der Nachbar hat einen Swimmingpool und Sie wissen, dass Ihre Kinder Wasserratten sind. Dafür aber haben Sie im Garten ein echtes Fußballtor stehen. Was meinen Sie, wie gerne vor allem die Jungs aus Ihrer Umgebung kicken kommen? Also spielen sie mal Fußball und gehen mal schwimmen – die Freizeit ist ausgefüllt, Ihre Kinder sind unter Aufsicht und einer hat dann immer auch mal frei. Das nennt man Win-Win, jeder hat etwas davon, Sie bauen geschickt Abhängigkeiten auf und als gute Nachbarn treffen sie sich dann auch mal auf ein gemeinsames leckeres Bierchen und zum Grillen oder zum Kaffee.

Die Strategie geht so: Checken Sie Ihr Umfeld ab und gehen gezielt auf Leute zu, von denen Sie sich mal Hilfe versprechen und denen Sie auch etwas zu bieten haben. Natürlich müssen die Ihnen auch liegen. Mit einer Alkoholikerin von nebenan, die sich einen Flachmann nach dem anderen reinzieht, werden Sie wahrscheinlich nicht warm werden. Oder der aufbrausende Choleriker kann Sie auch nicht wirklich

begeistern. Nehmen wir mal an, Sie sind beispielsweise der einzige Journalist weit und breit und machen nicht nur den Schriftführer im lokalen Sportverein, sondern Sie formulieren allen, die es brauchen, Briefe, Anträge, Behörden-Formulare, Eingaben, Entschuldigungen und so weiter. So helfen Sie mit guten Texten auch bei Traueranzeigen, Hochzeiten, Jubiläen und Vereinsfeiern, formulieren Reden, Ansprachen und spielen den Moderator bei Schulfesten. Sehen Sie jetzt, welchen Bauchladen an Möglichkeiten Sie sich dabei schaffen, was Sie in Zukunft alles anzapfen können, in welche tolle Nachbarschaft Sie da gerutscht sind?

Das Ziel guter Nachbarschaft: Glück

Wir leben doch in erster Linie auf diesem Planeten, **um glücklich zu sein** – nicht um nur hart zu arbeiten, um uns zu streiten oder eben unglücklich dahin zu vegetieren. Eine **gute Nachbarschaft ist der Schlüssel zum eigenen Glücklich sein**. Leben Sie in Frieden mit Ihrem Umfeld. **Warum** ist man mit guten Nachbarn glücklich? Weil man sich öfter mal trifft, gegenseitig einlädt und gemeinsam feiert. Ob Grillabende, Kindergeburtstage, Karneval oder Sylvester – schnell sagt man sich doch über den Zaun mal ein „Hallo“. Frauen treffen sich zum Kaffee-Plausch und präsentieren neue Kuchen-Rezepte. Männer schauen gemeinsam Fußballspiele an und trinken ein Bier.

Wer lebt schon **gerne im Streit** und geht sich bei so enger Tuchfühlung aus dem Weg? Das wäre doch ein stressiges Spießrutenlaufen.

Mit **Respekt, Loyalität und Empathie** beschreiben wir weitere Zauberworte, die in einer guten Nachbarschaft wichtig sind und das **Fundament für glückliche Beziehungen** legt. Begegnen Sie Ihren Nachbarn mit Respekt. Sehen Sie in ihnen nette, hilfreiche Menschen, die Sie glücklich machen. Über kleine Fehler und Schwächen, die wir doch alle haben, gehen Sie einfach hinweg. Das Individuum, das Ihr Leben bereichert, steht im Vordergrund. Verhalten Sie sich loyal und reden nicht **hinter deren Rücken schlecht** über sie. Das ist ja der beliebte **Nachbarschafts-Tratsch**. Unterbinden Sie ihn und machen da nicht mit. Wirklich charakterfest erweisen Sie sich, wenn Sie das auch genauso offensiv im Gespräch vertreten: „Das finde ich jetzt aber nicht fair, über unsere Nachbarin herzuziehen, wo sie nicht dabei ist und sich nicht einmal wehren kann. Ich mache da nicht mit.“ Das verschafft Ihnen großen Respekt – nicht mit Ihnen!

So machen Sie die Welt in Ihrem kleinen Sprengel auch ein wenig **friedlicher**. Glücklich werden Sie auch, wenn Sie sich in die Lage Ihrer Nachbarn hinein versetzen: Wie fühlen die sich jetzt, was geht in ihnen vor, welche Befindlichkeiten haben sie? Wenn die Oma Ihrer Nachbarin schwer erkrankt ist, dann stellen Sie sich einfach vor, es sei Ihre eigene Oma. Wie betroffen wären Sie dann, wie würden Sie denken (Übersteht sie das, schafft sie es?); So erreichen Sie selbst Mitgefühl für Ihre Nachbarn und sehen über Dinge hinweg, die unter normalen Umständen Ihren Protest auslösen würden.

Kleiner Nebeneffekt: Wenn Sie selbst glücklich sind, steigert das erheblich Ihre **Lebensqualität**, denn glückliche Menschen werden **seltener krank**, haben bessere Abwehrkräfte und ein **stärkeres Immunsystem**. Mit Glück lassen sich auch **Probleme und schwierige Situationen leichter** lösen. Sie sehen alles lockerer und es bringt Sie so schnell nichts mehr aus der Ruhe.

Und Glück steckt bekanntlich an. Sie reißen Ihre Nachbarschaft mit. Man sucht Sie gerne als Kontaktperson und lädt Sie ein. Andere Menschen und Gruppen umgeben sich gerne mit solchen Typen, weil sie ihre eigenen Kreise bereichern. Glück spült Ihnen also neue Freunde zu und erweitert soziale Netzwerke. Einsam war gestern oder wandeln Sie den bekannten Werbespruch um: Leben Sie schon oder warten Sie noch auf geeignete Nachbarn?

Vielleicht finden Sie so ja auch Ihren **neuen Partner** oder Ihre **Traumfrau** – direkt nebenan in der Nachbarschaft.

Wer glücklich ist, **strahlt einfach mehr aus, hat es leichter** bei Bewerbungen und im Geschäftsleben. Würden Sie einem unglücklich wirkenden Verkäufer ein neues Auto abnehmen? Oder haben Sie als mies gelaunter Kunde gute Karten bei der Rabattschlacht um Ihr neues Sofa? Wer lächelt, kriegt sie doch alle rum – nicht nur im Beziehungs-

Alltag. Mit glücklichem Gesicht erobern Sie die Welt, begeistern Sie Kinder und Senioren, Kranke und Arme. Ein Lächeln kostet so wenig, nur Ihre eigene Überwindung und Kraft, es zu tun. Mit keinem Geld der Welt erkaufen Sie Glück – und auch nicht gute Nachbarn. Geld stinkt zwar nicht, wie der alte Römer schon sagte, aber es gibt durchaus unglückliche Millionäre, die leer und ausgebrannt sind. Und denken Sie immer daran: So viele Menschen haben in ihrem Leben wirklich nichts mehr zu lachen. Deshalb verteilen Sie Lächeln, seien Sie freundlich zu Ihren Nachbarn, lächeln Sie sie öfter einfach mal an. Das wirkt Wunder und entwaffnet auch Choleriker. So bauen Sie um sich herum eine gute Nachbarschaft auf.

Dieses Prinzip haben manche überschaubaren Gemeinschaften gut erkannt und sich zum Nutzen gemacht. Gerade in **anonymen Großstädten** entwickeln sich **als Gegenbewegung Helfer-Netzwerke** gegen **kalte Nachbarschaft**. Manche haben daraus ein **geniales Punkte-System entwickelt eine aktive Nachbarschaft, die aus Nachbarn sogar Freunde macht**. Was kostet eine Nachhilfestunde in Mathe für einen Achtklässler? Wie teuer ist eine Stunde Babysitting oder einen Raum zu streichen, eine Steuerklärung aufzusetzen oder einen Brief ins Englische zu übersetzen? Wer also eine Seniorin im Rollstuhl eine Stunde lang durch den Park schiebt, bekommt auf seinem Punktekonto eine bestimmte Anzahl gut geschrieben, wofür er sich einen Babysitter am Abend leisten kann. Alles wird in Punkten verrechnet und immer mehr Leistungen kommen hinzu. Man kann strategisch Punkte sammeln, um sich zum Beispiel eine ganze Wohnung renovieren zu lassen. Dieses **Bürger-Netzwerk** ist ein ausgeklügeltes System für gute Nachbarschaft und erfahrene Fachleute entwickeln zusammen den Wert von Dienstleistungen, um einen fairen Rahmen abzustecken. Was manche Nachbarn unter sich im Kleinen praktizieren, wird hier professionell groß aufgezogen und für einen breiten Kreis nutzbar gemacht. Es muss aber ehrenamtlich

laufen, denn sonst würde der Verwaltungsaufwand zahlreiche Punkte auffressen.

Klassische Beispiele:

So hilft man sich konkret gegenseitig

Wir könnten jetzt eine Liste von A wie Aufräumen bis Z wie Zimmer renovieren anlegen. Gehen wir einfach mal von den naheliegendsten Dingen aus. Wo könnten wir im Alltag Hilfe gebrauchen und wo können gute Nachbarn sich gegenseitig helfen?

- **Babysitter:** Gestresste Mütter und Ehepaare wollen auch mal ausspannen und gemeinsam alleine etwas unternehmen. Sie möchten abschalten von der Dauer-Power und mal ins Kino, Theater oder in die Pizzeria gehen. Dafür bieten Sie sich als zuverlässiger Babysitter an, weil Sie bereits Kinder erzogen haben, die jetzt erwachsen sind. Im Gegenzug helfen Ihnen die netten Nachbarn beim Einkaufen oder Renovieren der Wohnung.
- **Dogsitter:** So gerne wir auch Hunde mögen, Bello, Anton und Kira brauchen aber auch regelmäßigen Auslauf und müssen Gassi gehen. Manchmal haben wir aber gerade keine Zeit. Da ist es gut zu wissen, wenn in der Nachbarschaft ein Hundefreund wohnt, der gerne mal unseren Vierbeiner ausführt. Dafür helfen Sie der Tochter des Nachbarn, das Reiten zu erlernen oder Klavier zu spielen.
- **Einkaufshilfe:** Nicht nur viele alte Menschen sind dankbar dafür, wenn ihnen jemand Tüten und Kästen in die Wohnung schleppt sowie die täglichen Besorgungen übernimmt. Auch Alleinerziehende sowie junge Familien haben dieses Problem und würden auf nachbarschaftliche Hilfe gerne zurückgreifen. Tauschen Sie sich aus und bieten etwa an, auf das Haus aufzupassen, wenn Ihre Helfer mal in Urlaub fahren möchten.

- **Hausaufgaben-Betreuung:** Mal echt Hand aufs Herz: Trauen Sie sich heutzutage bei den immer höher werden Anforderungen in unseren Schulen noch zu, Ihre Kinder optimal bei den Hausaufgaben zu unterstützen? Ganz abgesehen von dem Zeitaufwand. Da fragen Sie doch besser einen guten Schüler höherer Klassen in Ihrer Nachbarschaft, ob er Ihnen da nicht helfen kann. Denn der steht mitten in der Praxis und kann es gut vermitteln. Im Gegenzug helfen Sie ihm, Gitarre zu üben oder stellen mal Ihren Partykeller für seine Geburtstagsfeier zur Verfügung.
- **Zimmer tapezieren/streichen:** Nicht jeder kann tapezieren oder streichen – wie auch? Aber Sie müssen, denn alle paar Jahre vergilbt die Tapete, der Ton wird blasser oder die Fensterrahmen und Treppengeländer haben doch einige Macken erfahren. Nun gelten zwar Streicharbeiten als die klassischen Heimwerker-Aufgaben, die doch jeder kann – oder? Wie sieht es denn aus? Sie tragen zu dick auf und der Lack zieht so genannte Nasen – ein Tropfen zieht sich der physikalischen Fliehkraft folgend nach unten oder zur Seite. Es sieht unschön aus. Und die geraden Linien bekommen Sie auch nicht toll hin. Sie überpinseln Rahmen, Farbreste gelangen so aufs Fenster. Sie ärgern sich über Ihr Ergebnis. Hätten Sie doch gleich mal Willi von nebenan, den Maler und Lackierer gefragt. Der hätte es Ihnen professionell besorgt – und dafür geben Sie ihm einen guten Rechtsrat, zum Beispiel wie er sich gegen eine Gebührenforderung der Stadt erfolgreich wehrt oder Einspruch gegen einen Bußgeldbescheid einlegt. Denn Sie sind Rechtsanwalt. So wäscht eine Hand die andere. Er zeigt Ihnen auch, wie man die Tapete so an die Wand bekommt, dass sie keine Falten und Luftblasen schlägt. Dafür vertreten Sie Willi im Scheidungsverfahren gegen seine habgierige Ex.

- **Rasen mähen:** Sozusagen der Klassiker unter den Nachbarschaftshilfen ist es, den Rasen des Nachbarn zu mähen. Wie heißt es doch scherzhaft, wenn man gerade anfängt, seine eigene Grünfläche zu mähen mit einem Blick über die Hecke: „Kannst du meinen auch gleich mitmähen?“ Diese einfache Aufgabe ist auch durchaus etwas für Schüler. Den Rasenmäher erklärt man kurz, zeigt, worauf es ankommt (Kanten) und los geht es. Gerade Jungen, die an Technik interessiert sind, wagen sich da gerne an so ein motorbetriebenes Teil ran. Es braucht wenig Überzeugungsarbeit. Motorendonnern und Benzinduft geben einen Vorgeschmack auf den ersehnten Führerschein. Was können Sie aber nun dem Jungen Gutes tun? Da fällt Ihnen ein, dass Sie ja eine Dauerkarte für die Erstligakicker Ihrer Heimatstadt haben. Sie haben sowieso keine Zeit und gehen nicht zu jedem Spiel. Was meinen Sie, wie der fußballbegeisterte Nachbarsjunge sich darüber freut, kostenlos ins Stadion gehen zu dürfen?
- **Hecken schneiden:** Genauso beliebt ist das regelmäßige Schneiden der Hecken an der Grundstücks-Begrenzung. Früher hat man sich mit der Hand-Heckenschere einen Wolf abgeschnitten, heute geht es mit der elektrischen Heckenschere viel leichter. Aber Sie brauchen ein ruhiges Händchen, um nicht die Donau-Welle in Ihre Hecke zu bekommen. Und um lediglich alle paar Monate mal die Pflanzen zu stutzen, braucht man sich kein eigenes Gerät anzuschaffen. Im Idealfall kaufen sich drei oder fünf Nachbarn zusammen eine elektrische Heckenschere und planen dessen Einsatz so, dass jeder etwas davon hat. Es gibt nämlich so viele Spezialgeräte für die Garten- und Heimwerker-Arbeit, die man nur einmal im Jahr braucht – ansonsten liegen sie tatenlos rum und sind wertlos. Im nachbarschaftlichen Einsatz lohnen sie sich aber echt, weil man im Gegenzug andere

Leistungen wie den Ölwechsel am Auto oder das Anpflanzen von Bäumen und Hecken fachmännisch tauscht.

- **Gute Nachbarschaft ist doch die größte und beste Offline-Tauschbörse und – Flohmarkt.**
- **Fenster putzen:** Zugegeben, das Fensterputzen will gelernt sein und obendrein machen es die wenigsten gerne. Es ist eine Kunst für sich, sie streifenfrei klar zu bekommen. Manche Frauen wenden dabei einen Trick mit altem Zeitungspapier an. Es gibt viele andere Kniffe und Sie bewundern doch immer die glänzend strahlenden Fenster bei der Nachbarin. Also fragen Sie Ramona doch einfach mal, ob die nicht bereit wäre, auch Ihre Fenster mal zu putzen. Dafür bekommt Sie eine leckere Schwarzwälder Torte und obendrein ein Blech frischen Pflaumenkuchen. Denn mit dem Backen wiederum hat sie es nicht so. Das ist doch eine klassische Win-Win-Situation.
- **Sprachen lernen:** Ob Sie nun verreisen oder auswandern wollen oder einfach nur noch mal eine neue Sprache lernen möchten, da wäre es doch hilfreich, in der Nachbarschaft jemanden zu haben, der Ihnen dabei helfen könnte. Die hübsche Studentin Daniella bringt Ihnen Spanisch bei und Sie bieten ihr dafür ein besseres, größeres Zimmer an, damit die Spanierin aus ihrer stressigen und beengten Wohngemeinschaft rauskommt. Sie geben richtig Gas beim Lernen und sie ist nun voll motiviert, gibt Ihnen dazu noch Insidertipps für den Urlaub oder Ihre neue Heimat. Vielleicht hütet Daniella ja auch noch während Ihrer Abwesenheit Ihr Haus. Von der Mutter-Sprachlerin lernen Sie viel besser als von jedem Lehrer.
- **Steuererklärung:** Da sich die Steuergesetze jedes Jahr ändern, ist es für jeden Otto Normalbürger immer schwieriger, sich selbst

um seine Steuern zu kümmern. Nicht umsonst lesen und hören wir immer davon, dass die Steuerzahler jährlich auf Milliarden verzichten, weil ihnen der Formular-Kram ein Buch mit sieben Siegeln ist. In der Regel bekommt man nämlich Geld vom Finanzamt zurück. Dabei müssen Sie nicht einmal einen studierten Steuerberater in der Nachbarschaft haben. Es genügt schon der Krankenversicherungs-Mitarbeiter, dessen Leidenschaft das Jonglieren mit Steuergesetzen, Erstattungsansprüchen und Beihilfe-Anträgen ist. Er kennt sich aus und ist immer auf dem neuesten Stand, zumal er die Steuer-Software genau kennt und für ihn eine Steuererklärung so locker von der Hand geht: Kommt unterm Strich viel raus, geht er ab wie ein Zäpfchen. Auch zur Freude seiner Nachbarn, denn die laden Christoph gerne zu allen möglichen Partys und Gartenfesten ein, wo sie für ihn immer ein saftiges Extra-Steak auf den Grill legen. Da kommt Stimmung auf in der Nachbarschaft und alle sind glücklich, der Partyhengst Christoph sowieso und seine vom Finanzamt reichlich bedachten Nachbarn.

- **Behördenkram:** Ob Passverlängerung, Wohnsitz-Ummeldung oder Auto anmelden, wer verbringt schon gerne seinen Tag auf den Ämtern? Viel schlimmer aber ist das Ausfüllen von Formularen, die oft komplizierter sind als Aufbau-Anleitungen für Bücherregale, und das will schon was heißen. So mancher tut sich hier schwer und greift gerne auf den netten Nachbarn Olaf zurück, der sich damit gut auskennt. Der versteht nämlich die Behördensprache (vielleicht, weil er selbst Beamter ist?). Hand aufs Herz: Wir alle haben doch unsere Probleme mit der Ummeldung des Wohnsitzes. Ein ellenlanges Formular muss ausgefüllt werden. Am Ende wird auch noch eine Bescheinigung des Wohnungseigentümers auf separatem Formular verlangt. Oder haben Sie schon mal Ihren Personalausweis verloren und

einen neuen beantragen müssen? Na ja, dann wissen Sie ja, was auf Sie zukommt.

Ob Wohngeld beantragen oder eine Ausbildungsförderung für Ihre Kinder, den Behindertenausweis oder den Schein fürs Anwohnerparken, Gebührenbescheide reklamieren oder einen Gewerbeschein bekommen – alles ist ein Spießrutenlaufen durch die Amtsstuben. Clevere Zeitgenossen haben daraus bereits ein Geschäft gemacht und besorgen Ihnen das alles für kleines Geld. Ja, sie stellen sich sogar in die Warteschlangen, ziehen eine Nummer und halten Ihnen den Platz frei, damit Sie nicht einen halben Tag auf dem Amt vergeuden. Nachbarin Simone hat es sich zwar nicht zum Hobby gemacht, auf dem Amtsschimmel zu galoppieren, aber sie kennt das Spiel, weil sie früher selbst mal dort hinterm Schreibtisch gesessen hat. Und Simone hat noch jede Menge Beziehungen, also den Schmierstoff, der so manchen Vorgang geschmeidiger macht und schneller vor allen Dingen. Simone füllt Ihnen die Formulare aus und sorgt dafür, dass es reibungsloser geht und Sie nicht in der Warteschlange versauern. Dafür helfen Sie Ihrer Nachbarin dabei, schicke Blusen und Kleider zu nähen, denn Sie haben zu Hause eine Nähmaschine und ein Händchen für neue modische Klamotten. So wäscht bekanntlich eine Hand die andere und ein paar mehr Nachbarn sind super glücklich.

- Grundsätzlich weiß und akzeptiert man auch, dass nicht alle nachbarschaftlichen Hilfen eins zu eins ausgeglichen werden. Manchmal hat jemand einen mehr gut, manchmal ein anderer. Darauf schaut man nicht genau und es kommt auch nicht darauf an. Wichtig ist nur, dass die **Nachbarschaft grundsätzlich funktioniert und einen glücklich macht.**

- **Dachrinnen reinigen:** Daran denkt man beim Hausbau am wenigsten. Aber spätestens, wenn das Regenwasser aus den Rinnen schwappt und einem in den Nacken läuft, kommt doch so eine gewisse Ahnung. Das Laub hat es sich über die Jahre dort bequem gemacht und die Abflüsse verstopft. Da heißt es dann: Leiter nehmen, vorsichtig hochklettern und Stück für Stück die Dachrinne reinigen. Ja, das ist mühsam, weil man immer nur so weit kommt, wie der Arm reicht. Und wackelig ist es auch – nicht ganz ungefährlich also. Wenn Sie ganz großes Glück haben, wohnt neben Ihnen ein Dachdecker oder Schornsteinfeger. Die sind schwindelfrei und turnen sicher auf den Dächern dieser Welt herum. Sie brauchen auf jeden Fall eine Leiter und am besten jemanden, der darin Erfahrung hat, Dachrinnen zu reinigen. Sie sollten schon einmal im Jahr nach dem Rechten sehen. Wenn Ihnen der Harry von nebenan dabei hilft, dann könnten Sie im Gegenzug für die nützliche Hilfe seine Bäume fachmännisch stutzen und die Rosen beschneiden, weil Sie als Landschaftsbauer wiederum davon mehr verstehen. Nach Feierabend treffen Sie sich noch auf ein lecker Bierchen und klönen über Gott und die Welt.
- **Geräte ausleihen:** Wie schon erwähnt braucht man manchmal spezielle Geräte, sagen wir einen Hochdruckreiniger oder Astschneider und Heckenschere. Auf den Einzelbesitzer gerechnet ist es eine Fehlinvestition – warum? Man braucht sie höchst selten und die meiste Zeit liegen sie in der Garage oder im Keller. Deshalb leihen sich viele Haus- und Gartenbesitzer solche Maschinen im Fachhandel aus. Das kostet aber Geld. Wenn Luigi von nebenan aber so etwas sowieso hat, dann seien Sie doch einfach gute Freunde und bieten Sie ihm an, dann mal seine Hecke mit zu schneiden oder seine Terrassen-Fliesen von Algen und Schmutz gleich mit zu reinigen, wenn er Ihnen seine

Gerätschaften ausleiht. Luigi spart Zeit – zusammen mit Carmen, seiner heißen Flamme natürlich – und gibt Ihnen gerne seine Geräte, damit auch Sie Ihre Arbeit erledigen können. Sie kennen solche nützlichen Dinge in Ihrer Nähe und sind gute Freunde. Das stärkt Ihre Nachbarschaft und macht Sie doch alle nur glücklicher. So kann man auch über viele Dinge reden und darüber hinaus sogar neue Freundschaften knüpfen.

- **Haus hüten und Blumen gießen:** Wir fahren mal in Urlaub, besuchen übers Wochenende Verwandte oder sind auf Dienstreisen. Für solche Fälle brauchen Sie gute und zuverlässige Nachbarn. Man hat eine Menge Geld und Zeit in seine Blumen und Pflanzen investiert. Da möchte man doch nicht mit einem Mal alles aufs Spiel setzen und das Grünzeug verdorren lassen. Auch ist es wichtig, nach außen zu zeigen, dass ein Haus ständig bewohnt ist. Denn sonst sind Tür und Tor angelweit für Diebe und Einbrecher geöffnet. Die alleinstehende Dagmar aus der Nachbarschaft kümmert sich gerne darum, denn sie möchte sich doch noch so sehr gebraucht fühlen, Aufgaben im Leben haben und gute Nachbarn finden, mit denen man auch mal plaudern kann, die einem zuhören und sich für einen interessieren. Dagmars Selbstwert steigt, sie ist glücklich und hilft Ihnen gerne. Manchmal reicht das schon. Wenn dann noch ein Mitbringsel aus dem fernen Urlaubsort dazu kommt, ist man umso glücklicher.
- **Ölwechsel am Auto:** Jeder weiß, wie teuer ein Besuch in der Autowerkstatt ist. Nicht umsonst gibt es den lockeren Spruch „Auto fängt mit au an und hört mit o auf!“ Da ist was dran. Man spart also viel Geld, wenn man jemanden kennt, der einem mal schnell das Öl auswechselt, einen neuen Filter einbaut oder defekte Sicherungen und Birnen austauscht. Da braucht der Heiner von nebenan nicht mal Kraftfahrzeugmechaniker zu sein.

Allein wer handwerklich begabt ist und sich darin auskennt, dem kann man seinen Wagen auch schon mal anvertrauen. Vor allem haben die das passende Werkzeug zur Hand und manchmal sogar eine Hebebühne oder eine Garage mit Unterkellerung, wo man sein Auto einfach nur auf die Spur reinfahren muss und der Heiner schaut sich das alles mal von unten an. Denn der macht es gerne, weil er sich darüber freut, dass Sie ihm immer so toll die Haare schneiden und färben. So sieht Heiner immer trendy aus und hat es leichter bei den Frauen. Ganz nebenbei tauschen Sie sich locker-lustig über die neuesten Abenteuer aus.

- **Reifen wechseln:** Sie kennen doch das alte Leid. Zum Herbst wechselt man auf Winterreifen und zum Frühling wieder umgekehrt. Der Service kostet in der Werkstatt oder beim Reifenhändler jedes Mal einen Batzen Geld. Den sparen Sie sich, wenn Sie einen Nachbarn haben, der das fachmännisch und zuverlässig kann. Als Gegenleistung helfen Sie dem Günni mit ein paar satten Prozenten bei allen Elektro-Artikeln, denn Sie sind Verkäufer im Elektronikshop, wo es von der Waschmaschine bis zum Smartphone alles gibt, was Günni gerne hätte, sich aber bei den normalen Preisen nicht leisten kann. Sie helfen ihm zu sparen, so dass er sich ein Tablet obendrauf auch noch leisten kann. Dafür wechselt er Ihnen zweimal im Jahr die Reifen und prüft den Luftdruck. Obendrein haben Sie Günni noch mit in Ihre Skatrunde vermittelt, so dass er neue Freunde findet und mehr Anschluss an Gleichgesinnte bekommt. Das erweitert Günnis soziales Netzwerk so sehr, dass er Ihnen total dankbar dafür ist und Sie deshalb von ihm immer auch noch die neuesten Reifenangebote bekommen und er sie Ihnen schnell zuflüstert, bevor die Schnäppchen weg sind. Das nennt man gute nachbarschaftliche Freundschaft, die alle glücklich macht.

- **Fahrrad reparieren:** Hand aufs Herz – wo findet man heute noch echtes Handwerk vom alten Schlag? Sie kaufen Ihren Drahtesel online – vormontiert, aber wenn mal die Gangschaltung defekt ist oder Sie einen platten Reifen haben, finden Sie da noch eine Werkstatt um die Ecke? Wohl kaum! Wie gut, dass Sie den Nachbarn Sven haben, dessen Passion – nicht ganz ohne Eigennutz – das Basteln an Fahrrädern ist. Denn bei seinen drei mobilen Kindern wäre er auch ganz schön aufgeschmissen, wenn er nicht selbst die Fahrräder wieder in Gang bringen könnte. Denn fast täglich ist irgendetwas kaputt. Sven hat auch einen Reparatur-Ständer, der ihm bequemes Werkeln an den Zweirädern ermöglicht. Ob ein Fahrrad mehr oder weniger, darauf kommt es nun auch nicht mehr an. Aber erzählen sollten Sie es nicht unbedingt weiter, denn dann hätte Ihr Nachbar bald keine Zeit mehr für Ihren Drahtesel. Warum macht Sven das alles? Na klar doch, Sie als Rechtsverdreher helfen ihm doch immer dann, wenn er ein juristisches Problem hat. Ob Widerspruch gegen den Bußgeldbescheid oder raus aus der Abofalle oder der Streit nach dem Unfall, Sie wissen, wie man das juristisch wasserdicht hinbiegt. Das ist Ihr Fachgebiet und kostet Sie ein müdes Lächeln. Schnell ist der Schriftsatz aufgesetzt und Sven freut sich über den Erfolg. Na denn Prost sagen Sie sich gemeinsam nach Feierabend und stoßen auf den Rundum-Erfolg an.
- **Computer-Kram:** Jeder hat ihn und man braucht ihn heutzutage. Ob Laptop, Tablet, Smartphone oder Computer, wenn die Dinger erst mal laufen, ist alles ok. Aber wehe, wenn nicht. Software installieren, Drucker anschließen, Viren beseitigen, Festplatten säubern, Provider wechseln und so weiter – kennen Sie sich mit allem aus? Viele sagen ja: „Mein Computer ist eine bessere Schreibmaschine. Er muss einfach funktionieren!“

Aber wehe, wenn nicht. Da ist dann aber zappenduster. Und diejenigen, die einem das alles verkaufen, sind doch erst einmal nur daran interessiert, die Hardware an den Mann oder die Frau zu bringen. Alles andere interessiert sie doch nicht. Und die große Ahnung haben sie meist auch nicht. Erstaunlicherweise hat sich Anna aus der Nachbarschaft da voll reingekniet, obwohl man meint, Frauen und Technik das passt ja nun gar nicht. Das Nachbarskind hat's da aber echt drauf, repariert Computer, kennt sich mit Software-Installation aus – wie kommt's? Anna arbeitet im Homeoffice quasi als Helpdesk oder Hotline für eine Computerfirma und klärt täglich solche Probleme. Sie hat ein Handbuch ihres Arbeitgebers, und wenn sie selbst mal nicht weiter weiß, schaut sie schnell rein und findet die Lösung. Nebenbei hat sie sich natürlich mit weiterem Wissen rund um ihren Job versorgt. Sie ist für Sie ein Geschenk Gottes, denn wie oft haben Sie schon ihre Hilfe in Anspruch genommen?

Ihr Computer schaltet sich ständig selbst ab – mitten in einem komplizierten Text, den Sie noch nicht ganz abgespeichert haben. Was findet Ihre Nachbarin heraus? Das Innenleben Ihres Rechners ist total verstaubt. Der Ventilator hat über die Zeit so viel davon in sich hinein gesaugt, dass Ihr Gerät überhitzt und sich abschaltet. Ein anderes Mal gibt sie Ihnen den Rat, Ihren Computer mal auszuschalten, ganz vom Netz zu nehmen und für ein paar Minuten den Stromstecker zu ziehen. Das soll auch helfen, wenn sich ein Programm mal „aufgehängt“ hat – so nennt man das, wenn Sie den Browser oder eine Software nicht mehr einwandfrei benutzen können. Solche Kleinigkeiten bewirken manchmal Wunder, nur man muss erst mal darauf kommen. Anna weiß das alles natürlich und hilft Ihnen gerne, auch mal mitten in der Nacht, weil Sie weiß, dass auch Sie im Gegenzug was zu bieten haben, nämlich die besten frischen Brötchen. Die

bringen Sie ihr gelegentlich aus der Bäckerei vorbei, wo Sie in aller Herrgottsfrühe täglich frühmorgens selber backen.

- **Texte schreiben:** Wir brauchen doch alle so viele Texte – Liebesbriefe, Gedichte, ja ganze Bücher, Behördenschreiben, Protokolle, Werbetexte, Flyer, Anzeigen und so weiter. Nicht jeder ist unbedingt der große Schreiber vor dem Herrn. Na klar, Sie sind Journalist, und das hat sich bei einigen Nachbarn rumgesprochen. Wann immer man etwas zu formulieren hat, klingelt es an Ihrer Tür. „Hey Alex, kannst du mal?“ Das klingt fast schon wie „Haste mal ´nen Euro?“ Na klar können Sie, wenn Sie Zeit haben – und wenn es sich lohnt. Jetzt nämlich denken Sie wieder strategisch. Von wem könnte ich was als Gegenleistung bekommen? Manchmal geht die Rechnung nicht auf, etwa wenn Sie sich von der Klassenlehrerin Ihrer Tochter für einen Text eine bessere Bewertung erwarten. Da kommt dann doch manchmal ihr Berufs-Ethos durch. Aber suchen Sie sich doch einfachere Tauschware aus, etwa den Parkwächter, der mal alle Hühneraugen zudrückt, wenn Sie schnell was besorgen müssen, oder die Politesse, die Ihren Wagen im Parkverbot übersieht. Vitamin B für Beziehung ist doch der Schmierstoff, der ein gedeihliches und gut-nachbarschaftliches Miteinander so geschmeidig und reibungslos macht. Formulieren Sie der Nachbarin eine gute Kontaktanzeige und sie wird Ihnen auf ewig dankbar dafür sein, dass sie ihren neuen Adonis gefunden hat. Sie als Wort-Akrobat haben auch immer gute Ideen, um auf Behörden-Texte passend zu antworten, Anträge clever zu formulieren oder Leserbriefe zu schreiben. Und wenn es einfach nur Ihr Ego stärkt, vielfach für Ihre flotte Feder gelobt zu werden. Ansehen und ein gutes Image stärken Ihr Selbstbewusstsein. Sie gelten als kluger Kopf und Ihre Nähe wird in der Nachbarschaft gerne gesucht. Kontakte fliegen Ihnen nur so zu. Sie sind überall

mitten drin. Da bringt Ihnen Nachbarin Heike gerne mal frischen Kirschkuchen vorbei und sie trinken gemeinsam Kaffee. Brauchen Sie noch mehr Glück?

- **Bilder malen:** Meine Mutter wollte immer mal gerne eine Heidelandschaft haben – gemalt in saftigen Pastelltönen an der Wand im Wohnzimmer. Bevor ich ihr also Heide aufs Grab pflanzte, fand ich in der Nachbarschaft eine passionierte gute Amateur-Künstlerin. Die malte eine wunderbare große raumfüllende Heide, und meine Mutter strickte dafür unendlich viele Socken, Babyjacken und Mützchen für die Kleinen der Malerin. Beide waren glücklich (bis ans Ende ihrer Tage). Es gibt Hobbykünstler, die in Katzen vernarrt sind und diese zeichnen oder wunderbar lebensechte Porträts zeichnen können. Wenn Sie so jemanden in Ihrer Nachbarschaft haben, können Sie sogar ganz besondere Geschenke in Auftrag geben. Was meinen Sie, wie Ihr Vater sich freut, wenn Sie ihm sein eigens Porträt, gemalt nach einer Foto-Vorlage, zum Geburtstag schenken? Mein Vater jedenfalls wäre sehr glücklich gewesen (wenn ich damals eine solche Nachbarin gehabt hätte) und er hätte der Porträtzeichnerin frischen Spargel, Salate und Erdbeeren aus seinem eigenen Garten vorbeigebracht. So pflegt man eine gute Nachbarschaft und fühlt sich echt glücklich.
- **Kuchen backen:** Wo bekommt man heute noch echt hausgemachten Kuchen aus Omas Rezepte-Schatulle? Über die Generationen hinweg sind doch so viele handgemachte Kuchen-Geheimnisse verloren gegangen. Ich habe zwar als kleines Kind immer an Mutters Rockzipfel gehangen, wenn diese altdeutschen Apfelkuchen, schlesischen Pflaumenkuchen oder pommerschen Rhabarberkuchen backte – und erst mal der frische Hefestuten für den Sonntag (der bei mir nie bis Sonntag hielt!), aber

aufgeschrieben habe ich das nie. Und wie man es heute backen würde, weiß ich natürlich nicht mehr. So ist leider ein Schatz an guten Kuchenrezepten einfach mit der Zeit weg. Wir lesen zwar heute unentwegt „Hausgemachter Apfelstrudel“. Das ist reiner Werbequatsch, um etwas Besonderes anzubieten, wo nichts ist. Reine Verkaufstaktik. Wenn Sie also eine passionierte Hobby-Bäckerin in Ihrer Nachbarschaft finden, die noch alte Aufzeichnungen von Uroma hat, dann halten Sie es sich gut mit ihr. Lassen Sie sich öfter mal von ihr bekochen (oder bebacken), am besten noch, sie verrät Ihnen ihre Geheimnisse für die Nachwelt, die Sie ja als Buch veröffentlichen könnten, wovon wiederum auch Ihre Nachbarin etwas hätte. Sie geben ihr einen Stapel Bücher oder verewigen sie für die Nachwelt in Bild und Schrift. Was meinen Sie, wie stolz Sie diese ganze Familie machen? Sie haben tollen Kuchen und Ihre Nachbarschaft erfährt von der cleveren Dame und backt wie wild deren Rezepte nach – das nennt sich dann für immer Oma Fridas Apfelstreusel – in Gedenken an die Liebe! In Stein gemeißelt für eine Ewigkeit.

- **Musizieren und singen:** Singen ist bekanntlich gesund. Nicht umsonst sind Chormitglieder besser drauf als andere Menschen. Musizieren hat den gleichen Effekt. Es sollte Sie also nicht stören, wenn der Nachbar Klavier spielt oder Arien schmettert. Ganz im Gegenteil: Lassen Sie sich inspirieren und fragen Sie ihn doch mal, ob er Ihnen nicht auch beibringen kann, wie man die besten Töne aus der Gitarre zupft oder den Klimperkasten harmonisch einsetzt, um froh gelaunt durch den tristen Tag zu kommen. Meistens will man ja doch seinen Kindern ein Instrument zugutekommen lassen oder ihre Stimme fördern. Bestimmt ist der Musiker nebenan auch so clever, dass er Musik vermitteln kann. Fragen Sie ihn doch einfach mal und sparen Sie sich die teure Musikschule. Dafür bieten Sie ihm Jogakurse bei sich zu

Hause an oder ein paar Entspannungsübungen, die er gerne annimmt, um sich mental auf seine Tasten-Quälerei gut einzustimmen. Und danach trinken Sie dann noch einen der besten Tees, den Sie aus dem ostasiatischen Raum von Ihrer letzten Meditationstour mitgebracht haben. So werden Nachbarn gemeinsam glücklich, anstatt sich gegenseitig anzustressen.

- **Bücher vorlesen:** Kleine Kinder lieben es, aus spannenden Büchern packende Geschichten vorgelesen zu bekommen. Vielleicht haben Sie schon mal etwas von den Lese-Omas in Kindergärten gehört? Die sind sehr gefragt, nur gibt es leider viele zu wenige von ihnen. Sie bereichern den Alltag der Kleinen enorm. Man muss nur mal in solche Runden hineinschauen, um zu sehen, wie gespannt die Kleinen den Lippen der Oma oder auch des Opas folgen. Alte Menschen sind dankbar dafür, noch eine Aufgabe zugewiesen zu bekommen und gebraucht zu werden. Animieren Sie in Ihrer Nachbarschaft doch solche Senioren, sich den Kindergärten in der Umgebung anzubieten. Als Dank helfen Sie ihnen beim Einkauf, der Gartenpflege oder Sie laden hin und wieder mal zum Kaffee ein. Man nennt das auch Generationen-Projekte – also solche Aktionen, die gleich über drei Generationen reichen wie man es ja auch in Generationen-Wohnprojekten findet, wo Omas, Kinder und Enkelkinder unter einem Dach wohnen. Die Erfahrungen des Alters gepaart mit der Teilhabe am jungen, aktiven Leben. Der beste Lohn für all die Lese-Omas und -Opas sind doch die leuchtenden, strahlenden Kinderaugen.
- **Behinderte betreuen:** Behinderte Menschen haben es besonders schwer. Nicht überall ist das Leben auf ihre Bedürfnisse abgestimmt und eingestellt. Deshalb sollten Sie ein besonderes Augenmerk auf hilfsbedürftige Mitmenschen in Ihrer

Nachbarschaft haben. Erkennen Sie das und packen Sie mit an, organisieren Sie vielleicht einen Helferkreis. Nehmen Sie Behinderte im Rollstuhl mit und schieben Sie sie durch den Park, Wald oder durch die Wiesen. Unterhalten Sie sich mit ihnen, spielen Karten, lesen Zeitungen vor, backen einen Kuchen, besorgen ihnen Dinge, die sie gerne hätten. Erfahren Sie im Gegenzug, dass es durchaus auch eine Lebensqualität im Rollstuhl geben kann und dass Sie dankbar dafür sein sollten, als gesunder Mensch an allem problemlos teilhaben zu können. Behinderte zahlen also in anderer Münze zurück, manchmal aber auch mit ihrem Wissen und ihrer Lebenserfahrung. Etwas Gutes für die Gesellschaft getan zu haben ist doch eine tolle Erfahrung. So funktioniert Nachbarschaft eben auch, denn selbst der Mensch mit dem beschwerlichen Leben ist auf seine Art glücklich.

- **Krankenbesuche:** Manche Patienten in der Klinik haben kaum Verwandte und schauen wehmütig auf die vielen Besucher ihrer Zimmernachbarn. Da gibt es in manchen Hospitälern die so genannten „Grünen Damen (oder auch Herren)“. Sie besuchen ehrenamtlich alle Zimmer für Zimmer und fragen nach den Wünschen der bettlägerigen Kranken. Die einen freuen sich über eine Zeitung. Ein anderer hat die Zahnbürste vergessen oder möchte seine Angehörigen informieren. Es gibt so viele Wünsche aus dem Krankenbett heraus, weil man oft auch spontan unvorbereitet ins Hospital eingeliefert wurde. Sind die Patienten wieder fit, erinnern sie sich gerne an die nützlichen Dienste und werden vielleicht sogar selbst dann mal zum Helfer oder bedanken sich nachträglich mit einem Strauß frischer Blumen aus dem eigenen Garten. Meist spricht sich auch schnell in der Nachbarschaft herum, dass Henry im Krankenhaus liegt und schon hat man einen Besuch organisiert. Was meinen Sie, wie der sich freut, dass die gute Nachbarschaft so toll funktioniert und an

ihn gedacht wurde? Er wird, wenn er wieder fit ist, zum blühenden Verfechter eines Organisationsteams, das künftig regelmäßig Patienten aus der Nachbarschaft besucht. Denn Henry weiß doch selbst, wie hart die Zeit nach der Operation war. Besuche sind Aufmunterung und Abschalten von Schmerzen. Man vergisst im Gespräch schnell seinen eigenen bedauernden Zustand. Sie wissen doch: Kranke brauchen möglichst viel Ablenkung. Keiner denkt an zwei Dinge gleichzeitig und auf einmal. Deshalb lässt jeder Besuch am Krankenbett das Negative sofort vergessen. Vielleicht werden Sie so auch Freunde fürs Leben. Zumindest schmeißt Henry nach der Genesung eine saftige Grillparty.

- **Diavorträge halten:** Sie sind doch so viel gereist und hunderte von interessanten Bildern schlummern ungenutzt noch in Ihrer Kamera. Heben Sie doch endlich diesen Schatz. Was meinen Sie, wie Sie die Seniorinnen und Senioren im Stift nebenan damit erfreuen? Die waren doch noch nie in China, Indien oder auf den Malediven. Aber Sie aus ihrer Nachbarschaft haben das alles schon mit eigenen Augen erlebt und die alten Herrschaften können sie auch noch direkt befragen. Ob Kinder in Schulen und Nachbarn in der Umgebung, Vereine oder Kollegen, Sie alle brennen doch auf Ihren Dia-Vortrag. Dafür organisieren die Nachbarn auch gerne ein Kaffeetrinken mit frisch gebackenem Kuchen oder ein lecker Bierchen bei Brühwurst mit selbst gemachtem Kartoffelsalat. So wächst Nachbarschaft eben zusammen.
- **Schulwege sichern:** Kennen Sie Abc-Schützen? Das sind hilfreiche Mütter und Väter in orangenen Warn-Westen mit rotem Stopp-Schild, die Schul- und Kindergartenwege für die Kleinen sichern. Solche Helfer sind immer sehr gefragt, denn man will die

im täglichen Straßenverkehr Unerfahrenen sicher über gefährliche Straßen und Kreuzungen bringen. Abc-Schützen halten jeweils auf der Straßenmitte von beiden Seiten den Verkehr an und sind so etwas wie ein ganz sicherer Zebrastreifen. Ihr Dank ist das Strahlen in den Kinderaugen und die lustigen, lebendigen Kleinen. Sie müssen dabei nicht mal selbst eigene Kinder in der Schule haben. Als kleines Dankeschön gibt es meist einen Kaffee-Nachmittag im Lehrerzimmer, der auch als Einsatzbesprechung herhält, um sozusagen den Dienstplan festzulegen. Und wissen Sie, was dabei noch passiert? Man gewinnt neue Freunde, schließt frische Kontakte und erweitert sein soziales Netzwerk.

- **Pausenaufsicht in Schulen:** Ähnlich ist es mit der Aufsicht während der Pausen auf den Schulhöfen. Auch die Lehrer wollen mal abschalten und suchen immer wieder engagierte Mütter und Väter, die während der Pausen nach dem Rechten sehen. Denn da kann schon mal die eine oder andere Rauferei passieren. Ihr Einsatz als Streitschlichter ist gefragt, damit nichts Schlimmeres passiert. Das hat nämlich auch versicherungstechnische Gründe. Verletzt die Schule nämlich ihre Aufsichtspflicht, kann es teuer für die Lehranstalt werden. Ähnliches gilt auch bei Klassenfahrten, wo immer Elternteile mit dabei sind. Der Dank ist Ihnen sicher, nicht nur von der Schule, sondern auch von den Schülerinnen und Schülern. Manchmal gibt's eine Schachtel Pralinen von den Kindern oder man trifft sich unter den Helfern zum Kaffee-Nachmittag. Jedenfalls stärkt das auch den Zusammenhalt in der Nachbarschaft. Manchmal wird dabei sogar das eine oder andere Geschäft gemacht, wie wir im nächsten Beispiel sehen.
- **Die Nachbarschaft als Großhändler:** Sie wissen doch, wenn Sie als Einzelperson einen Kühlschrank kaufen, zahlen Sie den Normalpreis. Tritt jedoch eine ganze Gruppe auf und kauft zehn

oder zwanzig Kühlschränke auf einmal, bekommen Sie satte Rabatte wie ein Großhändler oder Krankenhaus. Gehen Sie doch mal in Ihrer Umgebung rum und nehmen einen Prospekt mit. Wer hat Interesse an einem neuen guten Kühlschrank? Manchmal gibt es auch Bürgerversammlungen wie in einer Kooperative, wo die Nachbarschaft gepflegt wird. Dann kommt das auf die Tagesordnung. Das gleiche gilt für Bier genauso wie für Lebensmittel oder Textilien. Manchmal organisieren insbesondere Frauen Kosmetik-, Beauty- oder Haushaltswaren-Nachmittage, wo Promoterinnen neueste Artikel präsentieren, natürlich zu den besten Preisen mit erheblichen Abschlägen. Alle sind glücklich und die Nachbarn wachsen immer enger zusammen. Manche fragen dann schon nach gewisser Zeit, wann denn das nächste Treffen stattfindet.

- **Reparaturen:** Der Fernseher ist defekt, die Waschmaschine streikt, der Abfluss ist verstopft – und das alles passiert natürlich ausgerechnet am Wochenende. Da ist guter Rat teuer, aber nicht nur das, denn man muss den Reparatur-Service erst einmal bekommen. Gut, dass Sie nebenan den Allrounder Jürgen haben, der Hausmeister in der Schule ist. Er hilft Ihnen auch am Sonntag, aber bitte nur nicht, wenn sein Lieblingsverein gerade kickt. Da läßt sich Jürgen nur ungern aus dem Programm reißen. Damit Jürgen nicht immer nur vor der Flimmerkiste sitzt, wenn „sein Verein“ spielt, geben Sie ihm ab und zu mal Ihre Vip-Karte, mit der er sich auch kostenlos verpflegen kann und ganz nah dran ist an seinen Stars, über die er auch manchmal schimpft, wenn sie wieder ein Spiel vergeigt haben. Dann kann Jürgen es ihnen auch gleich direkt sagen und am nächsten Tag in der Schule damit prahlen: „Denen habe ich es aber persönlich gezeigt!“

- **Schlüsseldienst:** Bestimmt haben Sie sich auch schon mal ausgesperrt und kennen das ganz genau, wie teuer es werden kann. Wissen Sie, was dagegen hilft? Einen Ersatzschlüssel beim Nachbarn deponieren. Sie haben einen absolut vertrauenswürdigen Nachbarn, dem Sie auf jeden Fall Ihren Schlüssel anvertrauen können. Wer weiß, für was das mal gut sein kann. Ich bin mal mit meiner fünfköpfigen Familie zum weit entfernten Flughafen gereist, um von dort aus in die Sonne zu fliegen. Pech nur, dass ich die Pässe zu Hause vergessen hatte. Aber dank des guten Nachbarn Karl-Heinz konnte er mir von der örtlichen Polizeistation Kopien zufaxen lassen, womit am Airport kurz vor Abflug noch Ersatzpapiere ausgestellt wurden – der Urlaub war gerettet. Auch dafür kann funktionierende Nachbarschaft schon mal gut sein. Karl-Heinz bekam dafür von mir den Hochdruckreiniger und den Laubsauger immer ausgeliehen. Und die selbst gemachte Brombeer-Marmelade seiner patenten Frau Angelika war jedes Jahr die Krönung. Dafür durfte dann seine Tochter Diana immer als Werkstudentin bei mir kräftig Geld fürs Studium dazu verdienen und Sohn Peter bekam obendrein ein fast neues Rennrad, an dem meine Kinder keinen Spaß mehr hatten. Um den Deal komplett zu machen: Karl-Heinz war zwar Berufsschullehrer, konnte aber pfiffig auch alle Fahrräder reparieren. Das war einfach ein Optimum an glücklicher Nachbarschaft. Meine Fahrradwerkstatt lag sozusagen um die Ecke, und das auch noch kostenlos.
- **Gesprächspartner:** Manche Nachbarn freuen sich einfach, wenn ihnen jemand nur zuhört. Ja, viele sind einsam und sehnen sich nach Kontakten und Gesprächspartnern. Sie sehen es schon an den Gesichtern, die fast traurige Züge annehmen. Blicken Sie offen hinein, ein Lächeln bewirkt schon Wunder. Erkennen Sie, wenn Ihr Nachbar Sie sucht, braucht und finden möchte. Lassen

Sie ihn nur reden, unterbrechen Sie ihn nicht, selbst wenn es Ihnen schwerfällt. Seien Sie geduldig und großmütig. Sie tun nicht nur eine gute Tat – jeden Tag wie die Pfadfinder -, sondern Sie gewinnen Freunde. Die Nachbarin ist einsam und Ihnen doch so dankbar. Da geht bestimmt noch mehr. Denn auch sie hat was zu bieten und ihre Fähigkeiten, vielleicht als Näherin, Strickerin oder Büglerin. Sie stopft Ihnen die Socken, kürzt im Handumdrehen Röcke und Hosen – ja Oma Gerda ist schon ein Schatz. Sie könnten zu Ihrer Ersatzfamilie werden. Alle leben glücklich nebeneinander.

- **Psychologische Betreuung:** Man merkt psychische Erkrankungen nur selten, meistens dann, wenn es schon zu spät ist und der schwermütige Mensch bereits vor den Zug gesprungen ist. Ein oft trauriger Blick Ihres Nachbarn sollte Ihnen die Augen öffnen. Sprechen Sie ihn vorsichtig an und zeigen Sie Ihre Hilfsbereitschaft und Empathie, dezent und anonym. Versetzen Sie sich in seine Lage und fühlen Sie mit ihm („Ich war auch mal in einer ähnlichen Situation und weiß genau, wie sich das anfühlt“). Geschickt gehen Sie vor, wenn Sie über eine so genannte Krücke den Kontakt suchen. Als Vehikel könnte dienen, wenn Sie ihn um eine Hilfe oder einen Rat bitten. Da sind fast alle Menschen zu packen – wer lehnt schon ein Hilfeersuchen ab? Da muss er anbeißen und Sie haben ihn meistens an der Angel, einen Fuß schon in seiner Tür. Gehen Sie behutsam vor und tasten Sie sich an seinen Problemkern heran, weichen Sie ihn auf, bis er Ihnen sein Herz ausschüttet, meinethalben auch anfängt zu flennen. Nehmen Sie ihn in den Arm und geben ihm das Gefühl von Geborgenheit. Trauen Sie die Eiszeit auf und bringen ihn zum Reden, dann haben Sie eine Chance, ihn vielleicht auch in professionelle Hilfe zu vermitteln. Wenn dieser Mensch aus seinem Tal raus ist, sind Sie dicke Freunde auf jeden Fall und er

hat trotz seiner Depressionen auch Ihnen was zu bieten – vielleicht als Anlageberater bei der Bank, als Versicherungs-Fuzzi oder Innenarchitekt beim Neu-Dekorieren Ihrer Wohnung. Es gibt so viele Probleme: Vielleicht hat ihn seine Freundin gerade verlassen, schleppt er eine schwere Krankheit mit sich herum oder fühlt sich im Leben gescheitert, hat seinen Job verloren oder ist finanziell am Ende, steht vor der Insolvenz. Man weiß es nicht, ist aber auch kaum entscheidend. Unser Lebenszweck heißt vor allem Glück. Machen Sie den Melancholischen glücklich. In einer gut funktionierenden Nachbarschaft ist das leichter möglich als in einem anonymen Moloch.

- **Pflegehilfe, Demenzbetreuung, Vormundschaft:** Bevor das Gericht irgendjemanden bestimmt, die Vormundschaft für einen Hilfsbedürftigen zu übernehmen, sollte man sich doch erst einmal in der Nachbarschaft umsehen. Diese vertraute Umgebung kennt sich untereinander viel besser, als wenn einer von außen bestimmt wird. Nicht umsonst wird immer wieder dazu geraten, sich beizeiten danach umzusehen, wenn man noch alle Sinne beisammen hat und klar entscheiden kann. Wer soll einmal bestimmen, wann meine lebenserhaltenden Geräte oder Medikamente abgeschaltet beziehungsweise abgesetzt werden? Für Angehörige ist es immer schwierig, wenn die Ärzte einen fragen: „Sollen wir bei Ihrem 90-jährigen Vater noch die Nieren-Dialyse einsetzen oder die Herz-Lungen-Maschine?“ Sie als Kind werden dann zum Herrn über Leben und Tod. Das kann Sie bis an den Rest Ihrer Tage verfolgen. Unter Umständen kommen Sie dann auch in ein Deutungs-Desaster. Sie orakeln, wie hat Vater es gemeint, will er selbst nicht mehr oder doch? Sie fangen an, seine Reaktionen im Delirium wie im Kaffeesatz zu lesen und treffen womöglich Entscheidungen, die Sie dann, wenn es schon zu spät ist, bereuen. Deshalb sollten Sie auch dank guter

Nachbarschaft eine Betreuungsverfügung rechtzeitig besprechen. Vielleicht ist ja Ihre Nachbarin Mathilde, die Sie seit gefühlter Ewigkeit gut kennen, genau die Richtige dafür. Mit ihr können Sie nämlich auch über Tod und Beerdigung, Erbe und Vormundschaft reden. Menschen haben ein feines Gespür dafür, wenn das Leben sich dem Ende neigt. Die Angehörigen spüren das oft gar nicht so, aber wenn sich jemand quasi auf Abschiedstour begibt und noch mal alle Lieben besucht und nach dem Rechten sieht, dann ist die Zeit gekommen. Meine Mutter war so ein Fall.

Eine Woche vor ihrem Tod konnte sie zufrieden feststellen, dass alles gut bestellt war. Die Kinder versorgt, die Enkel entwickelten sich prächtig, sie konnte also in Frieden Abschied nehmen. Dass sie die Runde ums Haus kaum noch schaffte, habe ich erst später wahrgenommen. Es gibt sogar echt verrückte Zeitgenossen, die auf dem Sterbebett noch regeln, wer alles zur Beerdigung eingeladen werden soll und was arrangiert werden muss. Die haben den Tod klar vor Augen und wollen auch gehen. Ich hatte mir das immer viel dramatischer vorgestellt, aber am Ende steht wirklich ein sanftes Einschlafen – auch dank moderner Medizin. Zu diesem Abgang in Würde gehört es auch, dass man zuvor in guter, glücklicher, friedvoller Nachbarschaft gelebt hat – und man wünscht sich dann auch für sich selbst, dass es einem auch mal so ergeht. Noch eins: Menschen auf dem Sterbebett neigen dazu, sich ein letztes Mal zu versöhnen, allen Streit im Leben zu vergessen und Frieden zu schließen. Nun gut, nicht umsonst gibt es aber auch das Gegenteil und dafür den Spruch: Der hat seine letzten Geheimnisse mit ins Grab genommen. Stellen Sie sich im Leben gut mit den Nachbarn, dann finden Sie auch Ihren inneren Frieden, und manche glauben ja, man sieht sich mindestens zweimal wieder. Denken Sie auch immer daran, dass Sie eventuell mal pflegebedürftig werden und ans Bett gefesselt sind

oder im Rollstuhl sitzen. Gute Nachbarn würden Sie unterstützen oder sogar den Vormund übernehmen. Suchen Sie sich solche Leute aus, mit denen Sie vertrauensvoll alles besprochen haben und die voll in Ihrem Sinne handeln würden.

- **Alte Sachen ausrangieren/nachbarschaftlichen Flohmarkt organisieren:** So unterschiedlich die Menschen in einer nachbarschaftlichen Gemeinschaft sind, so verschieden sind auch ihre Ansprüche und Geschmäcker. Wir kaufen unterschiedliche Kleidung und Möbel, richten uns mit Farben und Baumaterialien verschieden ein. Der eine hat rote Ziegel auf dem Dach, ein anderer schwarze oder Stroh. Wir lieben es bunt und grell oder grau und eintönig. Ob Gas- oder Öl-Heizung, Holz- oder Kunststoff-Fenster, Garage oder Carport, Teppichboden oder Holzparkett, wir gestalten es uns individuell. Und irgendwann sind wir es leid, etwas Neues muss her. Da wir ja ein Volk von Jägern und Sammlern sind, trennen wir uns auch nur schwer von den teuren alten Plünnen. Was Sie ausrangieren, gefällt aber vielleicht noch Ihrem Nachbarn. Was meinen Sie, wie der sich darüber freut. Organisieren Sie doch Tauschbörsen ähnlich wie auf dem Flohmarkt. So hat jeder etwas davon. Ein Flohmarkt kann eben auch glücklich machen. Oder helfen Sie doch einfach beim Entrümpeln des Dachbodens oder Kellers. Da fällt für Sie bestimmt auch die eine oder andere Antiquität ab, die Nachbar Kurt nicht mehr braucht und gerne abgibt – etwa eine alte Eichentruhe oder die Wanduhr, die zwar nicht mehr richtig tickt, Sie aber als Bastler und Tüftler schnell wieder in Betrieb setzen können. So eine Rarität macht doch gleich mehr aus Ihrer guten Wohnstube.

Die Liste nachbarschaftlicher Dienste und Hilfen ließe sich hier noch ins **Unendliche** fortsetzen. Nehmen Sie sie als Anregung, um Ihre eigenen

individuellen Ideen daraus zu kreieren. Es kommt ja immer auf einen persönlich an, was man sich unter Nachbarschaft vorstellt und wünscht. Der eine mag es **enger**, der andere **distanzierter**. Manche wollen sich nicht in den Kochtopf schauen lassen, andere zeigen dagegen die neue Bettwäsche im Schlafgemach. Die Befindlichkeiten sind höchst unterschiedlich. Lassen Sie nur so viel an nachbarschaftlicher Nähe zu, wie es Ihnen angenehm ist und wie Sie es **aushalten**. Finden Sie aber einen **diplomatischen Weg**, wenn Ihr Nachbar Ihnen nach Ihren persönlichen Vorstellungen zu sehr auf die Pelle rückt. Es darf nämlich auch nicht arrogant und abweisend ankommen, denn dann hätten Sie ein Problem in unmittelbarer Nähe. Sie müssen ja damit leben und wollen nicht alle paar Wochen wieder umziehen. Also arrangieren Sie sich und schließen auch gute nachbarschaftliche Kompromisse.

Schlusswort

Kompliziert machen wir uns das Leben nur selbst. Nachbarschaft ist so einfach, man muss sie eigentlich nur machen und eingehen. Begehen Sie deshalb nicht den Fehler, gleich zu Beginn die falschen Pflöcke einzustehen. Seien Sie offen und kommunikativ, aufgeschlossen und annehmend. Gehen Sie immer davon aus, dass Ihre Nachbarn schon länger vor Ort sind und sozusagen als Platzhirsche ältere Rechte genießen (wollen). Was nicht ausschließt, dass man sie auch verändern und von Anderem, Besserem überzeugen kann. Gewinnen Sie Ihre neuen Nachbarn für sich. Sehen Sie sie als Partner – nach der Devise. Gemeinsam sind wir stark. Und man muss auch gönnen können.

Glück geht auch von guter Nachbarschaft aus, und genau das wollen Sie doch – oder? Vermasseln Sie sich nicht hilfreiche Nachbarn. Denn die sind wie Freunde in der Not, auf die man immer zählen kann. Was wären Sie nur, wenn Sie es sich mit allen verscherzen: hilflos, allein, einsam, verloren und untergegangen. Reißen Sie sich doch bitte manchmal nur etwas zusammen. Ja, es tut auch schon mal weh, klein beizugeben. Aber was wäre die Alternative? Richtig: Sie haben´s vergeigt, und nur Sie selbst. Wollen Sie wirklich hilflos untergehen?

Ja, Nachbarn sind auch manchmal anstrengend und nicht einfach. Rechnen Sie doch einfach mal dagegen, wenn Sie auf dem Boden liegen und man tritt dann auch noch nach Ihnen. Dafür kann man doch lieber schon mal die Faust in die Tasche stecken. Dafür haben Sie aber gute, gemeinsame, glückliche Nachbarn – eine sturmefeste Gemeinschaft. Setzen Sie aufs richtige Pferd und werden Sie glücklich durch gute Nachbarschaft!