

WALDSHUT-TIENGEN vor 14 Stunden

## Nicht mehr müssen, nur noch wollen: Experte Dani Nieth gibt beim SÜDKURIER-Wissensforum Tipps, wie Sie aufhören zu jammern

Der Schweizer Experte für Selbstmotivation, Dani Nieth, hat dem Jammern den Kampf angesagt. Welche entscheidende Rolle die Sprache dabei einnimmt und wie man ein positiverer Mensch wird, hat er den rund 450 Zuschauern beim SÜDKURIER-Wissensforum in der Waldshuter Stadthalle erzählt.



Kurzweilig und mit Humor erklärte Dani Nieth den 450 Besuchern des SÜDKURIER-Wissensforums in der Waldshuter Stadthalle, wie man mehr Zufriedenheit im Leben findet. | Bild: Peter Rosa

VON JULIANE SCHLICHTER

---

Zwei Frauen unterhalten sich an einer Bushaltestelle. Die eine schaut in den wolkenlosen Himmel und sagt: „Herrliches Wetter heute.“ Die andere entgegnet: „Ja, aber morgen regnet es wieder.“ Eine ganz ähnliche Szene hat der Schweizer Experte für Selbstmotivation, Dani Nieth, beim fünften SÜDKURIER-Wissensforum in der Waldshuter Stadthalle geschildert. Letztere Aussage sei ein typisches Beispiel fürs Jammern. Diesem hat der ehemalige Skiakrobat und Fernsehmoderator den Kampf angesagt.

## Das könnte Sie auch interessieren



### WALDSHUT-TIENGEN

Dani Nieth, Experte für Selbstmotivation, in Waldshut: Bilder des fünften SÜDKURIER-Wissensforums

„Es gibt Klagen und imitiertes Klagen – das heißt Jammern“, sagte Nieth, der laut eigener Aussage schon als Kind ein positiver Mensch war. Verständlich also, dass ihm das grundlose Jammern über Nichtigkeiten auf den Zeiger geht. „Ich habe in meinen fast 60 Jahren noch keinen verhungern sehen“, fuhr er fort. Zumindest nicht in seinem Heimatland Schweiz und Deutschland, wo er das Buch „Jammern gefährdet die Gesundheit“ herausgebracht hat.

### ► Nächste Veranstaltung

Das sechste und letzte SÜDKURIER-Wissensforum in diesem Jahr findet am Dienstag, 19. November, von 19.30 bis 21 Uhr in der Stadthalle Waldshut statt. Dabei geht es um das Thema Menschenkenntnis mit Gereon Jörn. Die Einzelkarte kostet 59 Euro, für SÜDKURIER-Abonnenten und Kunden der Sparkasse Hochrhein nur 39 Euro. Kartenbestellungen unter der Telefonnummer 07531/999 10 48 (montags bis donnerstags von 9 bis 16 Uhr und freitags von 9 bis 14 Uhr) sowie online ([www.suedkurier.de/wissensforum-wt](http://www.suedkurier.de/wissensforum-wt)).

Für diejenigen, die sich in Dani Nieths Aussagen wie „Es gibt Leute, die finden zu jeder Lösung noch ein Problem“ zumindest hin und wieder erkennen, hatte der Experte ein paar Tipps parat, wie sie künftig positiver durchs Leben gehen können. Wichtigster Schritt auf diesem Weg: „Streichen Sie einige Wörter aus Ihrem Vokabular“, empfahl er dem interessierten Publikum.

## Das könnte Sie auch interessieren

---



### WALDSHUT-TIENGEN

So überzeugen Sie mit Ihrer Stimme: Expertein Monika Hein gibt Tipps beim SÜDKURIER-Wissensforum

---

Vorneweg das Wörtchen „müssen“. Denn wer sagt, er müsse etwas tun, begeben sich permanent in die Opferrolle. „Sagen Sie nicht mehr ‚müssen‘, sondern ‚wollen‘“ – Ihr Inneres wird es merken“, sagte Dani Nieth. Auch die Wörter „eigentlich“ und „ja, aber“ sollte man lieber nicht verwenden. „Bei ‚ja, aber‘ bleibt immer so ein säuerliches Gefühl. Ersetzen Sie es besser durch ‚und‘.“

Auch von dem vor allem bei Journalisten beliebten Fragewort „warum“ rät Dani Nieth ab. Er erzählte den aufmerksamen Zuhörern, wie er fürs Fernsehen die Sektenführerin Uriella interviewt hatte und diese fragte, warum sie die Stimme Gottes empfangen. Dieses „warum“ drücke einen Angriff aus. „Besser wäre gewesen zu fragen: Was sagt die Stimme Gottes?“, sagte der Referent.

## Das könnte Sie auch interessieren

---

### WALDSHUT-TIENGEN

Warum Sie sich ruhig öfters langweilen sollten, erklärt der Neurologe Volker Busch beim SÜDKURIER-Wissensforum

---

Rund 450 Besucher und damit so viele wie bei keinem Wissensforum zuvor, wie Kai Oldenburg, Leiter der SÜDKURIER-Lokalredaktion Waldshut, sagte, verfolgten die unterhaltsame Veranstaltung, die wieder von der Sparkasse Hochrhein und der Stadt Waldshut-Tiengen unterstützt wurde. Dani Nieth gab dem Publikum mit auf den Weg: „Wenn Sie glauben, dass schwarze Katzen Pech bringen, dann kommt das Pech, weil Sie darauf fokussiert sind.“

## Das könnte Sie auch interessieren

---

### WALDSHUT-TIENGEN

Wie eine (gedachte) Erbse zwischen den Pobacken die Körpersprache verbessert, zeigte Monika Matschnig beim zweiten SÜDKURIER-Wissensforum

---

## So fanden die Zuschauer den Vortrag von Dani Nieth

.....  
„Ich werde versuchen, das selbst anzuwenden und die genannten Wörter ‚warum‘, ‚ja, aber‘ und so weiter nicht mehr zu benutzen. Letztendlich hat Dani Nieth ja recht.“

KERSTIN PELZER, 56, KOSMETIKERIN AUS BAD SÄCKINGEN

.....  
Bild: Peter Rosa

.....  
„Es war sehr kurzweilig und informativ! Ich will in Zukunft auf ‚müssen‘ und ‚aber‘ verzichten.“

MARTINA GERTEIS, 51, MITARBEITERIN IN EINER TOURIST-INFO AUS NIEDERHOF

.....  
Bild: Peter Rosa

.....  
„Es war sehr gut und sehr informativ. Man kann immer an sich arbeiten. Ich möchte das Thema an und für sich mehr leben. Ich nehme besonders die Selbstreflexion mit.“

HOLGER HÖFFKEN, 56, DIPLOM-INFORMATIKER AUS TIENGEN

.....  
Bild: Peter Rosa

.....  
„Es hat mir gut gefallen. Für mich selbst nehme ich mit, gelassener und dankbarer zu sein.“

KATRIN RUTSCHMANN, 18, SCHÜLERIN AUS ALBBRUCK-SCHACHEN

.....  
Bild: Peter Rosa

## Das könnte Sie auch interessieren

---

### WALDSHUT-TIENGEN

Wie man mit der richtigen Einstellung fast alles erreichen kann, zeigte Mentaltrainer Thomas Baschab beim ersten SÜDKURIER-Wissensforum

---

