

Gedanken zum Monatsspruch Juli 2019 von Gottfried Posch



Ein jeder Mensch sei schnell zum Hören, langsam zum Reden, langsam zum Zorn.
Jakobus 1,19

Denkt daran liebe Brüder und Schwestern, so schreibt Jakobus in seinem Lehrbrief: „Jeder soll stets bereit sein zu hören, aber sich Zeit lassen, bevor er redet, und noch mehr, bevor er zornig wird“. Das hört sich für mich eigentlich recht einfach an und ist doch so schwer einzuhalten. An der Art und Weise wie wir untereinander hören und miteinander reden, wird deutlich, was uns der andere bedeutet. Wer einem anderen aufmerksam zuhört, nimmt ihn ernst und wichtig. Wer den anderen nicht ausreden lässt, weil er gar nicht richtig zuhört und sofort dazwischenredet, nimmt sich wichtiger als den anderen.

Ich denke, das Zuhören ist eine besondere Kunst, die immer wieder eingeübt werden muss, die viel mit Selbstdisziplin zu tun hat. Denn manchmal ist es wirklich eine Kunst, eine von Gott gegebene Gabe, im rechten Augenblick den Mund zu halten. Und ich selbst ertappe mich immer wieder dabei, wie schnell ich dabei bin, einen anderen ins Wort zu fallen, ihn in seiner Rede zu unterbrechen, weil ich manchmal eine andere Meinung habe oder plötzlich eine Idee, die mir eben gekommen ist, sofort loswerden möchte. Besonders brisant wird es, wenn es um den eigenen Glauben, die eigene Glaubensgewissheit geht, die ein anderer nicht von seinem eigenen Glauben her teilt.

Wie schnell bin ich da in meinem Eifer meine Ansicht zu verteidigen oder durchsetzen zu wollen, anstatt erst einmal richtig zuzuhören, was der andere meint, um das eben Gehörte mit meinen eigenen Erfahrungen, meinem Wissen zu überprüfen. Deshalb meine ich, dass es zum Zuhören gehört, dass ich es einfach einmal aushalten muss, erst mal gar nichts zu sagen. Den anderen reden zu lassen. Ihn ganz zuzuhören, ihn damit ernst zu nehmen.

Ich finde es sehr spannend, dass Jakobus dieses Verhalten als praktizierten christlichen Glauben darstellt. Richtiges, aktives Zuhören ist seiner Meinung nach Nachfolge Jesu! Er meint, dass es gut ist, erst einmal nachzudenken und zu warten, bevor man redet. Und hier sind nicht ein paar Sekunden gemeint, das kann auch mal länger sein. Da kann es schon einmal vorkommen, dass ich einer alten Empfehlung, Weisheit nachkomme, dass ich, wenn ich mich über einen ärgere, mindestens eine Nacht darüber schlafe, bevor ich meinem Ärger Luft mache. Denn vieles hat sich dann schon wieder erledigt, erscheint erheblich kleiner als am Vortag, und die ganzen gefährlichen Emotionen, die ein Gespräch oder auch eine Email vielleicht zu einer heiklen Angelegenheit gemacht hätten, sind auch schon abgekühlt.

Deshalb empfiehlt Jakobus auch: „langsam zum Zorn“ zu sein, sich Zeit zu lassen, ihn solange als möglich zurückzuhalten. Das Gefühl, zornig zu sein, gehört zum Menschsein dazu. Gott hat uns geschaffen und er weiß daher auch recht gut, wie wir sind. Es ist normal, dass ich mich über Dinge ärgere. Es ist normal, dass mich andere in Rage bringen. Die Frage ist, wie ich damit umgehe. Und laut Jakobus gilt hier: Wenn du schon langsam zum Reden sein sollst, dann noch viel mehr, wenn es um Zorn geht.

Mit Zorn, der nicht kontrolliert wird, dem einfach ungehemmt freie Bahn gelassen wird, kann ganz viel Schaden angerichtet werden. Darum sollten wir unseren Zorn so lange zurückhalten wie möglich. Der Monatsspruch zeigt mir: Mit den Empfehlungen des Jakobus lässt es sich gut deeskalieren und verbal abrüsten. Dort, wo mit Jakobus verbal abgerüstet wird, lernt man aufeinander zu hören und miteinander Schritte der Versöhnung und des Friedens zu gehen.

Jakobus sagt uns hier, was wir tun sollen: - Seid schnell zum Hören - Seid langsam zum Reden - Seid langsam zum Zorn. Dass diese Ermahnung auch gerade für die heutige Zeit hoch aktuell ist, brauche ich ja wohl nicht zu erwähnen. Und ich wünsche mir, dass dieser aktuelle Monatsspruch immer wieder dann in Dein und mein Gedächtnis kommt, wenn es gerade notwendig ist. .