

Weg-Wort vom 8. November 2023

Wir wünschen Ihnen einen guten und gesegneten Tag!
Die Seelsorger und Seelsorgerin der Bahnhofkirche

*Das Weg-Wort –
Werktagsgedanken aus der Bahnhofkirche Zürich*

Bahnhofkirche
Postfach, 8021 Zürich
Tel. 044 211 42 42
info@bahnhofkirche.ch
www.bahnhofkirche.ch
PC 87-330962-2

Sichtbarer werden

«Jemand sollte mal den Abfall rausbringen.» – «Wenn man so angestarrt wird, fühlt man sich unwohl.» Ob im Zweiergespräch oder in Gruppen: Oft erlebe ich unpersönliche Formulierungen, wo eigentlich «Du» oder «Ich» gemeint sind. In ebendiese Gewohnheit falle ich selbst mehr als mir lieb ist und ich frage mich: Warum ist das so?

Möglicherweise hat es einen kulturellen Hintergrund. Selbstlosigkeit zählt zu den hohen Werten und wird schon früh an Kinder weitergereicht. «Spiel dich nicht so auf! Sei bescheiden und halte dich ruhig!» Menschen können verlernen, sich selbst wahrzunehmen und Bedürfnisse offen zu benennen. Sie fangen an zu reden wie im Beispiel mit dem Abfall anstatt zu fragen: «Würdest du heute den Kübel hinausbringen?»

Welche der beiden Formulierungen empfinden Sie als angenehmer? Für mich ist es jedenfalls die direkte Frage. Damit fühle ich mich angesprochen.

Verallgemeinerungen können der Vermeidung von Unangenehmem dienen. «Sowas macht man nicht!» bringt mich weniger ins Spiel als: «Ich will nicht, dass du das tust!» Und sie können ein Schutz sein, um die eigene Verletzlichkeit weniger blosszulegen. «Ich mag nicht, dass du mich so anstarrst.» macht mich sichtbarer als der unpersönliche Beispielsatz am Anfang.

«Ihr seid das Licht der Welt.» heisst es in der Bergpredigt (Mt 5,14). Es ist wertvoll und bringt Dinge in Bewegung, wenn ich mich zeige mit dem, was in mir vorgeht, was ich möchte oder brauche, und mit dem, was mir wichtig ist und was mich trägt. Es macht einen Unterschied, wenn ich dabei meine Worte achtsam wähle und benenne, wer oder was gemeint ist. Dadurch wird mein Leben echter und unser Zusammenleben wird reicher und tiefer.



Bild von Hermann Traub auf www.pixabay.com