

Von der Vergiftungsgefahr des Herzens- Wenn Lästern zur Kultur wird

**Predigt am Sonntag, den 11. November 07 zu Matthäus 15, 18+20 und Jakobus 3, 2-8
Braunschweiger Friedenskirche- Pastor Dr. Heinrich Christian Rust**

„Ich bin klein, mein Herz ist rein, soll niemand drin wohnen als Jesus allein!“

So mancher kennt dieses Kindergebet. Nun ist er aber groß geworden und es müsste vielleicht etwas anders lauten. Etwa so: „Ich bin nun groß, mein Herz ist unrein, es ist voll gepackt mit vielen Dingen, die von mir Besitz ergreifen wollen. Herr, erbarme dich!“

In diesem Monat November wollen wir ja darüber nachdenken, was es bedeutet, wenn wir etwas von der Ewigkeit in unserem Herzen haben.

Das „Herz“ – was ist das eigentlich?

Da ist ein Ort in mir, der offenbar sehr zentral ist. In der Bibel wird über 1000-mal von diesem Ort gesprochen und die Anthropologen mühen sich bis heute, diesen zentralen Ort des Menschseins stärker unter die Lupe zu nehmen. Das Herz wird hier also nicht nur im organischen Sinn verstanden, sondern damit wird etwas in mir beschrieben, was wie eine innere Steuerungszentrale meines Lebens ist. Mein Herz sagt mir, was ich zu tun habe oder auch tun will. Mein Herz ist aber auch eine Wertezentrale. Da entscheide ich, was mir im Leben wichtig und wertvoll ist, und was weniger Wert und Beachtung bekommt. Und schließlich –und vor allen Dingen- ist das Herz so etwas wie eine Beziehungszentrale. Dort entscheidet sich, mit wem ich in Beziehung lebe, und wem ich gehöre und auf wen ich höre. Diese innere Zentrale des Menschen bedient sich dabei der Funktionen des gesamten Menschseins. Das Herz des Menschen ist geprägt von seinem Gehirn, seinem Körper, seiner Psyche, seinem Verstand und auch seiner gesamten Sozialisation, also etwa von seiner Prägung in der Kindheit.

In der Bibel wird oft von diesem inneren Steuerungs-, Werte-, und Beziehungszentrum, dem Herzen des Menschen gesprochen. Jesus sagt: „Wo dein Schatz ist, da ist auch dein Herz!“ (Mt 6,21). Gott möchte, dass mein Herz auf ihn ausgerichtet ist, dass es ihm ganz gehört. Wir sollen Gott lieben von ganzem Herzen (Mt 22,37). Jesus sagt in seiner Bergpredigt, dass ein Mensch mit einem reinen, ungeteilten Herzen, Gott schauen und erkennen wird (Mt 5,8).

Wie steht es um dein Herz?

„Ich bin klein, mein Herz ist rein, soll niemand drin wohnen als Jesus allein“ – Ist das dein Gebet? Wem gehörst Du? Was ist Dir wichtig?

Diese innere Zentrale unseres Lebens ist auch immer wieder in Gefahr. Wir werden angehalten, auf unser Herz zu achten, denn es gibt auch die Möglichkeit, dass wir ein geteiltes Herz haben. „Das zerreißt mich“ sagen wir dann oft. In den Schriften der Bibel finden wir auch den Zustand des verunreinigten Herzens beschrieben und zwar mit all den negativen Auswirkungen im Leben. Da ist nicht die Liebe, die unsere Herzen erfüllt, sondern oft Angst und Hass und Bitterkeit. Da ist nicht die Reinheit, sondern Kompromisse und zugeschmierte Sünde, die unser inneres Zentrum verklebt. Wie viele Herzen sind zugesperrt mit Sünde und Schuld! Ja, wie viele Herzen sind geradezu vergiftet und verseucht, - und dann wundern wir uns, dass wir unser Leben nicht mehr richtig voreinander bekommen. Da hilft es dann auch nicht, wenn wir äußerlich alles aufmotzen und aufputzen. So mancher investiert ja hier in die äußere Fassade seines Lebens, anstatt einmal innerlich einen schon lang anstehenden Haus- bzw. „Herzputz“ vorzunehmen. Zur Zeit Jesus gab es die frommen Leute, die viel Wert auf die äußeren Dinge legten, z.B. dass man sich vor dem Essen die Hände wusch. In einer

Auseinandersetzung mit diesen Leuten macht Jesus hierzu dann aber eine bemerkenswerte Aussage, wir lesen sie im Matthäusevangelium in Kapitel 15, 18-20

18 Was aber aus dem Mund herauskommt, kommt aus dem Herzen, und das macht den Menschen unrein. 19 Denn aus dem Herzen kommen die bösen Gedanken und mit ihnen Mord, Ehebruch, Unzucht, Diebstahl, falsche Zeugenaussagen und Lästerung. 20 Das ist es, was den Menschen unrein macht, aber nicht, dass er es unterlässt, sich vor dem Essen die Hände zu waschen.

Es gibt also eine ganze Menge von Dingen, die diese innere Steuerungszentrale meines Lebens verseuchen und beeinträchtigen können. Jesus spricht hier von den negativen, bösen Gedanken- denken wir z.B. an Hass oder auch Ängste. Da ist von Mord, Ehebruch oder auch sexueller Unzucht, von Lügen und Lästerung die Rede.

Ich möchte uns einladen, heute über eine dieser Giftquellen in unserem Leben besonders nachzudenken. Es geht um das Lästern.

So lautet unser Predigtthema heute:

**Von der Vergiftungsgefahr des Herzens-
Wenn Lästern zur Kultur wird**

„Eigentlich sollte man ja nicht über andere reden, aber Du kannst es ja für Dich behalten. Also: Haste schon gehört...?“

Wir alle kennen das und sicher auch den Reiz, der von solchen Geschichten ausgeht. Man flüstert sich hinter vorgehaltener Hand etwas zu und schon ist man am Lästern.

Wir müssen jedoch erkennen, dass viele dieser Worte, die wir sprechen, eine ungeheure Wirkung haben, nicht nur für andere, sondern auch auf uns selber. Worte können wie Gift sein. Diese Erfahrung mussten die Menschen leider schon immer machen. So bekennt z.B. der alttestamentliche König David, dass er sich von solchen Verleumdern und Lästern umgeben sieht und dieses Herzensgift abbekommt.

Ihr Kopf steckt voll von bösen Plänen, ständig brechen sie Streit vom Zaun. Sie sind gefährlich wie züngelnde Schlangen. Ihre Worte sind wie tödliches Gift.

(Psalm 140,3+4)

Auch im neutestamentlichen Brief von Jakobus lesen wir hierzu ausführlich:

Die gefährliche Macht der Zunge – Jakobus 3, 2-8

2 Wir alle sind in vieler Hinsicht fehlerhafte Menschen. Wer nie ein verkehrtes Wort redet, ist ein vollkommener Mensch; er ist fähig, auch seinen ganzen Leib im Zaum zu halten. **3** Wir legen den Pferden das Zaumzeug ins Maul, damit sie uns gehorchen; so lenken wir das ganze Tier. **4** Oder denkt an ein Schiff: Es ist groß und wird von starken Winden getrieben; trotzdem wird es mit einem winzigen Ruder gesteuert, wohin der Steuermann es haben will. **5** Ebenso ist es mit der Zunge: Sie ist nur klein und bringt doch gewaltige Dinge fertig. Denkt daran, wie klein die Flamme sein kann, die einen großen Wald in Brand setzt! **6** Auch die Zunge ist ein Feuer. Sie ist eine Welt voller Unrecht und beschmutzt den ganzen Menschen. Sie setzt unser Leben von der Geburt bis zum Tod in Brand mit einem Feuer, das aus der Hölle selbst kommt. **7** Der Mensch hat es fertig gebracht, alle Tiere zu bändigen: Raubtiere, Vögel, Schlangen und Fische. **8** Aber die Zunge hat noch niemand bändigen können, diesen ruhelosen Störenfried, voll von tödlichem Gift.

Mit dem, was wir reden, richten wir also enorm viel aus. Leider auch sehr viel Zerstörerisches und Giftiges. Worte können ganze Brände entfachen, Menschen zerstören. Deshalb ist es so wichtig, dass wir sorgsam mit den Worten umgehen, und ganz besonders, wenn wir etwas über andere sagen. Es handelt sich hier um eine Lebensweisheit, von der auch schon die Philosophen der Antike gewusst haben.

Zu dem griechischen Philosophen Sokrates kam eines Tages ein Bekannter und sagte: "Du, ich muss dir über einen deiner Freunde eine Geschichte erzählen, die ist wirklich unglaublich. Pass auf ...". "Halt", sagte Sokrates, "hast du deine Geschichte schon durch die drei Siebe gefiltert?" "Drei Siebe? Was ist los? Mensch, glaub mir: Die Geschichte ist gut; lass mich doch erst mal anfangen zu erzählen..." "Also, das erste Sieb ist die Wahrheit. Ich frage: Ist die Geschichte, die du mir erzählen willst, wahr?" "Was heißt schon wahr? Ich habe sie von einem gehört, der kennt den Zwillingbruder von der, die dabei gewesen sein will." Sokrates fuhr fort: "Du weißt also nicht, ob die Geschichte wahr ist. Gut, testen wir das zweite Sieb, das der Güte. Kommt die Person, von der die Geschichte handelt, darin gut weg?" "Nein, ganz im Gegenteil, das ist ja das Interessante ..." "Dann", fragte der Philosoph weiter, "bleibt noch das dritte Sieb, nämlich das der Notwendigkeit. Gibt es einen triftigen Grund, warum du mir das alles erzählen willst." "Na ja, notwendig ist es nicht - aber lustig ..." "Weißt du", sagt Sokrates, "wenn das, was du mir erzählen willst, weder wahr noch gut noch notwendig ist, dann erspare es mir und belaste weder dich noch mich damit."

Diese Geschichte ist ziemlich bekannt und sie macht ebenfalls deutlich: Die Lust am Lästern gab es schon immer, aber auch ein Wissen davon, dass Lästern sehr schädliche Auswirkungen haben kann. Der amerikanische Psychologe Frank McAndrew meint herausgefunden zu haben, dass es zum Menschsein schlechthin gehört, dass er gerne über andere schlecht redet. Auch William Shakespeare bekennt mit seinem Othello: „Denn ich bin nichts, wenn ich nicht lästern darf.“ Und offen gestanden: Es kann ja auch sehr lustig sein, wenn man die Schwächen eines anderen möglicherweise etwas übertrieben weitergibt. Lästern hat geradezu Konjunktur bekommen, besonders auch durch das Fernsehen. Da lästert ein Stefan Raab Abend für Abend in der Flimmerkiste und zieht Menschen durch den Kakao. Alle freuen sich und applaudieren. Da füllen sich die Klatsch –und Tratschspalten der Boulevard-Zeitungen, Vermutungen werden hineingetuschelt. Ist Lästern zur Kultur geworden? Wenn es dabei um das „tödliche Gift“ geht, von dem im Jakobusbrief geschrieben steht, dann sollten wir doch alles dran setzen, um dieser Vergiftung unserer Herzen etwas entgegenzusetzen, oder? Es ist also nicht etwa ein erfrischendes Element einer locker gewordenen Kultur, sondern es ist ein Ausdruck dafür, dass wir Menschen uns immer weiter von Gott entfernen.

Vielleicht hilft es uns, wenn wir drei Fragen genauer nachgehen:

- (1) Was ist eigentlich „lästern“?
- (2) Warum lästern wir?
- (3) Was kann ich gegen dieses Gift tun?

1 Was ist eigentlich „lästern“?

Jemand hat es einmal so definiert: „Lästern bedeutet, Dinge zu reden und zu hören, die ich gerne mag über Leute, die ich nicht so gerne mag.“ –

Der Begriff „lästern“ hängt zwar auch mit dem Wort „Laster“- also eine Last haben oder anhängen- zusammen, sein Ursprung ist aber auch in den alten Verordnungen über den Deichbau zu finden. „Lästern“ bedeutete dabei so viel, wie die gefährlichen Fehler eines Dammes bemerken. Wer an der Nordsee „lästerte“, der schaute eben nach, wo es leckt, wo etwas nicht stimmt, wo die Schwachstellen im Deich waren. Wer heute lästert, der sucht in

den Schutzschichten der Menschen nach undichten Stellen. Wir prokeln und stochern in den wunden Punkten anderer mit Worten herum, allerdings nicht, um sie zu heilen, sondern um sie noch größer zu machen.

Das griechische Wort für „lästern“ heißt „blasphemieren“. Es bedeutet so viel wie „schlecht reden“. Es bezieht sich aber nicht nur auf das schlechte und destruktive Reden im zwischenmenschlichen Bereich, sondern auch über das schlechte Reden in Bezug auf Gott. Wir sprechen dann von der Gotteslästerung. Lästern hat es immer mit Lüge, mit Heimlichkeit zu tun. Und auch hier ist deutlich: Lästern ist lebensvernichtend. Ja, es ist etwas, was den Charakter des Teuflischen trägt. So bezeichnet Martin Luther den Teufel als den „Lästerer“ schlechthin (Eph 4,27).

Lästern ist etwas, das weder uns noch anderen gut tut. Aber dennoch: Lästern macht Spaß, aber es ist eben kein Spaß! Alle Worte der Bibel, ja selbst ein Sokrates bestätigen uns: Zum Lästern gehören immer zwei: Diejenigen, die über andere herziehen wollen, und diejenigen, die es sich gerne anhören. Der Reiz des Lästerns liegt nicht nur in den z.T. lustigen Episoden, sondern das Lästern macht etwas mit mir. „Komm, wir gehen ins nächste Cafe und lästern ein bisschen ab!“ sagte kürzlich ein junges Mädchen zu ihrer Freundin sagen. Es scheint so zu sein, dass Lästerei uns geradezu aufbaut und gut tut. Wir fühlen uns besser, wenn wir andere schlechter machen, das ist wohl die Logik der wir hier begegnen.

In einem Buch des Theologen und Schriftsteller Fabian Vogt kann man viel Gutes über dieses Thema lesen. Auch er zeigt auf, wie stark Lästern zu einer Kultur geworden ist. Vogt – von dem ich viel wiedergeben möchte, in dieser Predigt, spricht sogar von der Fünffinger-Lästerregel, die man dann heutzutage zu beherzigen habe, wenn man gut lästern will:

Regel 1: Wenn schon lästern, dann richtig. Je schlechter Sie einen anderen Menschen machen, desto besser stehen Sie da.

Regel 2: Verallgemeinern Sie das Elend. Halten Sie sich nicht mit Einzelerfahrungen auf, machen Sie die Menschen ganz fertig.

Regel 3: Alle Fakten mindestens mit zehn malnehmen. Die Wahrheit pur ist langweilig.

Regel 4: Typische Lästersprache benutzen. Das heißt: Viel "Wahnsinn, boahh, irre usw." Der Ton macht die Kritik.

Regel 5: Andeuten, dass das alles nur die Spitze des Eisbergs ist. Das Wichtigste sollte man nur süffisant andeuten.

Ein Beispiel - so richtig aus dem Leben gegriffen: Christoph ist gestolpert. Man könnte ja einfach sagen: Der Christoph ist gestolpert. Aber das ist ja todlangweilig. Und darum tritt jetzt die Fünffinger-Lästerregel in Kraft. 1. Boahh, das hättste sehen sollen: Der Christoph, der hat sich gestern unglaublich blamiert. 2. Na ja, war ja auch nicht anders zu erwarten bei dem Depp. 3. Der fällt doch an jedem Abend bestimmt siebzehnmal 4. so unglaublich auf die Brezel, dass es kracht. 5. Kein Wunder, bei dem Lebensstil. Wie der überhaupt immer rumläuft... Weil die andern diese Regeln unbewusst kennen, warten sie nur darauf, dass übertrieben wird. Wenn am Ende nur ein bisschen davon wahr ist, dann hat sich das Zuhören gelohnt. Warum ist das so? Weil wir es gar nicht so schlecht finden, wenn es anderen schlecht geht. Wir hoffen, dass es uns dann besser geht. Und: Wenn wir Lästereien hören, erwarten wir, dass immer doch ein Körnchen Wahrheit dran ist. Man braucht nur von einem Lehrer herumzuerzählen, dass er zum Beispiel angeblich zwei Schülerinnen angegrapscht hat.

Dann wird man erleben, dass man ihn, weil er natürlich unschuldig ist, frei spricht; aber ganz frei von dem Vorwurf wird er nie mehr. Es bleibt immer etwas hängen. Ergebnis: Würden Sie Ihre Tochter so einem Typen mit auf die Klassenfahrt geben? So entstehen Gerüchte.

Jeder, der einmal Opfer eines solchen Gerüchtes geworden ist, weiß, wie verheerend das sein kann. Manchmal werden auch ganz absichtlich Gerüchte in die Welt gesetzt, um Menschen zu schaden, um sie zu vertreiben oder ihnen etwas anzuhängen. Wir kommen dann in den ganzen Bereich von Mobbing. Oft sind es Menschen, die ohnehin schon mit sich selber zu tun haben, die dann auch noch Opfer von Mobbing werden. Durch Lästern können auch ganze Familien und Freundeskreise sich entzweien. Etwas humorvoll hat es der Dichter Eugen Roth einmal zum Ausdruck gebracht:

wischenträgerien

Ein Mensch, in seiner ersten Wut,
Tut, was sonst nur ein Unmensch tut:
Er lässt sich, böse auf einen zweiten,
zu übler Schimpferei verleiten -
was dieser zweite erst erfährt,
als längst der alte Streit verjährt.
Der zweite, jetzt mit Wut geimpft,
gewaltig auf den Menschen schimpft,
was diesem, trotz Verschweigens-Bitte,
brühwarm berichtet nun der dritte.
Jetzt bricht der Mensch, kein Zorn-Verberger,
jäh mit dem zweiten, voller Ärger
und der mit dem, der nicht gezaudert
und das Geschimpfe ausgeplaudert.
Der dritte grollt natürlich beiden:
Drei können nie sich wieder leiden.
Ein vierter, brav, als Brückenschläger,
wird abgetan als Wischenträger,
ein fünfter, allen vier gewogen,
wird in den Streit hineingezogen
und auch dem sechsten, siebten, achten
missglückts, zu einen die Verkrachten.
Ein alter Freundeskreis zerfällt,
wenn *einer* nur sein Maul nicht hält.

[Eugen Roth]

Lästern hat- bei allem Spaß- verheerende Folgen: Zum einen für denjenigen, über den gelästert wird, zum anderen aber auch für denjenigen, der lästert. Er vergiftet sein Herz, seine Beziehungszentrum. Freundschaften zerbrechen, nach dem Motto: Der Witz ist mir die Freundschaft wert. Lästerei führt aber nicht nur in Beziehungsstörungen der Menschen untereinander, sondern auch zu einer Beziehungsstörung zu dem lebendigen Gott. Wenn das so ist, warum wird dann trotzdem so viel gelästert? Das führt mich nun zu meiner zweiten Frage:

2. Warum lästern wir?

Es mag sicher viele Gründe geben. Wenn ich viel lästere, so sagt das zunächst mehr über mich aus, als über diejenigen, über die ich lästere. Es könnten hier z.B. folgende Motive eine Rolle spielen:

1. Grund: Ich stehe besser da

Wer lästert, der tut das, weil ein ganz einfacher Grundsatz gilt: Wenn ich einen anderen kleiner mache, dann werde ich größer. Je spöttischer ich über andere rede, desto deutlicher sage ich: Ich bin natürlich ganz anders. Lästern gibt mir die Möglichkeit, mein Selbstwertgefühl zu steigern. "Seht euch diesen armen Hansel an, dann wisst ihr, was ihr an mir habt." Aber: Das ist natürlich eine sehr schwache Art, stark zu werden. Wer sich nur groß fühlt, wenn er andere klein macht, sagt damit, dass er überhaupt kein Selbstbewusstsein hat. Da er es nicht schafft, aus eigener Kraft größer zu werden, drückt er andere runter. Das kann man überall erleben: Diejenigen, die am unsichersten sind, unterdrücken am meisten. Wer sein Selbstwertgefühl über das Lästern bekommt, der ist wirklich arm dran.

2. Grund: Ich muss nicht vollkommen sein

Wer lästert, der genießt noch etwas anderes: Bei all dem vielen Versagen und all den Fehlern, über die ich mich amüsiere, fällt es mir leichter, mit den eigenen Schwächen zu leben. Viele Menschen leiden sehr an ihrer Unvollkommenheit - mehr als man glaubt. Aber sie haben keinen Mut, sich ihren Fehlern zu stellen und daran zu arbeiten, also trösten sie sich mit dem Scheitern anderer. Große Lästere haben oft große Probleme, sich selbst anzunehmen. Sie nehmen die Schwächen anderer wie Nahrung auf, die ihnen die Kraft gibt, nicht an den eigenen Grenzen zu verzweifeln.

3. Grund: Ich weiche dem direkten Gespräch aus

Wer lästert, der hat eine Möglichkeit, Aggressionen, die ich in Bezug auf eine Person habe, abzubauen. Ich lästere über jemanden, und die Wut, die ich auf diese Person habe, findet einen Kanal und läuft anscheinend ab. Der Haken an der Sache ist, dass wir meistens des Guten (oder des Schlechten) zu viel tun. Weil's so schön ist, geben wir unheimlich viel Gas. Und dann verkehrt sich alles ins Negative. Ich kann dem andern mit Worten mal so richtig eins geben. Ich kann mich revanchieren. Da ich ja nur mit Dritten rede, muss ich auch keine große Verantwortung für meine Geschichten übernehmen, kann freigebig mit guten Ratschlägen um mich werfen und mich vor einer offenen Gegenüberstellung drücken. Ich weiche dem direkten Gespräch aus. So gut es sein kann, Aggressionen loszuwerden, so viel besser ist es, die Dinge direkt zu klären. Aber dazu sind wir oft unfähig. Darum hauen wir andern eins drüber, damit's uns selbst besser geht. Dahinter steht im Grunde Feigheit.

4. Grund: Ich mache mich interessant

Wer lästert, der ist nicht nur interessiert, der ist auch interessant. Es gibt Leute, zu denen geht man gerne, weil die immer kleine Heimlichkeiten ausplaudern oder süffisante Anekdoten zum Besten geben können. Wer etwas hat, über das er reden kann, der ist in Gesellschaften ein gern gesehener Gast. "Ich kenne viele intime Details, ich bin unterrichtet, ich bin ein Mensch von Welt." Aber es bleibt die Frage: Warum leben wir von anderen? Warum leben wir auf Kosten anderer? Ist unser eigenes Leben so langweilig, dass wir nichts Eigenes zu bieten haben? Müssen wir uns die Missgeschicke anderer holen, um Anerkennung zu finden?

Hinter dem Gerede über andere sind oft eigene Abgründe verborgen. Ich lästere, um besser dazustehen, weil ich unsicher bin. Ich lästere, um eigene Schwächen zu verdrängen, aber ich mache Fehler. Ich lästere, um dem direkten Gespräch auszuweichen, weil ich feige bin. Ich lästere, um mich in den Mittelpunkt zu stellen, vielleicht, weil ich mich selber langweilig finde.

Die eigenen Abgründe werden durch das Lästern allerdings nicht überwunden. Im Gegenteil: Lästern ist im Grunde ein Verdrängungsmechanismus. Lästern löst die eigenen Probleme nicht und schafft sogar noch neue. Wie aber können die eigenen Probleme, die hinter dem Lästern stehen, gelöst werden und wie kann mein Herz „entgiftet“ werden? Über diese Frage möchte ich zum Schluss der Predigt mit uns noch nachdenken und uns 7 konkrete Hilfen aufzeigen, die uns vom Evangelium von Jesus Christus her möglich sind.

3. Was kann ich gegen dieses „Gift“ tun?

Jetzt aber legt auch ihr das alles ab: Zorn, Wut, Bosheit, Lästerung, schändliches Reden aus eurem Mund!

Kolosser 3,8

Wenn ich mein Herz „entgiften“ will, damit die Ewigkeit darin wieder Raum gewinnen kann, so können dabei folgende Schritte hilfreich sein:

1. Hingabe an Gott- Ich weiß, wem ich gehöre und wer ich bin

Wir haben erkannt, dass hinter dem vergifteten Lästherz oft ein sehr gestörtes Selbstbild eines Menschen steht. Deshalb mache ich viele Worte der Abfälligkeit, um meinen eigenen Wert höher einzuschätzen. Als Christ aber weiß ich: Gott hat mich geliebt und liebt mich. Ich muss meinen Wert nicht aus der angeblichen Minderwertigkeit anderer ziehen. Ich weiß: Gott hat mich angenommen, so wie ich bin. Ich weiß, wem ich gehöre, und wem mein Herz gehört. Das verschafft mir sehr viel innere Freiheit und Souveränität. Hingabe an Gott ist der Schlüssel zur Freiheit des Herzens. Wenn Dein Herz also zugekleistert ist mit Lästerei, so gib dieses wunde und zugekleisterte Herz in die Hand Gottes. Halte es heute Gott neu hin und sage: Herr, Du Gott der Liebe. Hier ist mein Herz. Ich will, dass dieses Steuerungs- und Beziehungszentrum meines Lebens dir gehört. Ich will mich nicht mehr wichtig machen und tun, weil ich weiß, dass ich in deinen Augen wichtig und wert bin.

2. Bitte um Vergebung- Ich bekenne vor Gott meine Schuld

Es ist deutlich geworden, dass Lästerei aus einem Hochmut heraus geboren ist. Lästerei ist Sünde, ist etwas, was Gott nicht gefällt. Wer lästert, nimmt Gott in seiner Liebe zu anderen Menschen nicht ernst. Menschen, die viel lästern, sind oft sehr hochmütig und hochnäsiger. Gott aber ekelt das an, ja er widersteht dem Hochmütigen, dem Demütigen aber gibt er Gnade. Ich habe also deutlich zu erkennen und auch zu bekennen, dass ich in diesem Bereich meines Lebens schuldig geworden bin vor Gott und den Menschen. Und ich brauche hier Vergebung von Gott. Diese kann ich bekommen, wo ich mit meiner Schuld zu Jesus Christus komme. Ihn hat Gott gesandt, dass unsere Schuld uns nicht mehr von Gott trennen muss. Wir dürfen mit unserem Versagen, mit unserem lockeren Mundwerk, unter das Kreuz Jesu kommen und sagen: „Vater, bitte vergib mir, dass ich mit meinen Worten so viel Schaden angerichtet habe. Vergib mir die Sünde der Lästerei. Erbarme Dich meiner!“

3. Bitte um Vergebung- Ich bitte auch Menschen um Vergebung

Gerade beim Lästern ist es oft so, dass wir anderen Menschen dadurch besonders schaden. Nun müssen wir an diesem Punkt auch umsichtig sein. Wenn ein anderer gar nicht davon weiß, dass wir über ihn gelästert haben, so sollten wir ihn nun nicht auch noch durch unsere Bitte um Vergebung damit belasten. Dann scheint es mir ausreichend, wenn wir ggf vor einer anderen nicht betroffenen Person diese Schuld vor Gott bekennen und auch Vergebung empfangen. Wenn aber die Person, über die wir gelästert haben, davon weiß, ja, wenn wir es vielleicht sogar ganz bewusst auch getan haben, um sie schlecht zu machen in Gegenwart anderer, so ist es auch angebracht, diese betroffene Person selber um Vergebung und Entschuldigung zu bitten. Nicht immer wird uns dann die Vergebung erteilt, aber wir haben zumindest von unserer Seite angezeigt, dass wir uns hier ändern werden und diese Bitte ausgesprochen.

4. Vergebung aussprechen- Ich vergebe auch Menschen, die über mich gelästert haben

Auch dieser Punkt ist im Zusammenhang einer „Entgiftung“ unseres Herzens besonders wichtig. Es gibt niemals nur Täter in diesem Bereich, sondern immer auch Opfer. Wie oft müssen wir erleben, wie Menschen uns wehtun mit ihren Worten, ihrer üblen Nachrede und ihrem Getratsche. Besonders dann, wenn es uns vielleicht schlecht geht. Dann kommen die sog. „Rat-Schläge“, die oft wie Tiefschläge in unserer Seele sitzen. Jesus lehrt uns, dass es hier einen nicht zu übersehenden Zusammenhang gibt: Vergebung kann ich nur empfangen, wenn ich auch Vergebung ausspreche. „Vergib uns unsere Schuld, wie auch wir vergeben unseren Schuldigern“ heißt es im Vaterunser-Gebet. Vielleicht bist Du hier, und diese Worte, die andere über Dich gesprochen oder geschrieben haben, sind wie giftige Pfeile in deinem Herzen. So ziehe diese Pfeile heraus und lege sie unter das Kreuz Jesu. „Herr, Du weißt, wie sehr mich diese Worte der Lästerei getroffen haben. Aber ich will, dass Deine Vergebung wirksam wird. Hilf Du mir dazu!“. Ein solches Gebet ist wirklich wie eine Entgiftungskur des Herzens!

5. Empfange Heilung - Ich empfangen Befreiung , Zuspruch und Heilung von Gott

Ein solch wundes Herz braucht aber auch Befreiung und Heilung und Zuspruch. Das geschieht oft in Prozessen und es geschieht durch das lebendige Wort Gottes. Die Bibel ist voll von solchen Zusagen. „Ich habe Dich je und je geliebt. Du bist mein!“ (Jes 43) zB ist ein solches Wort. Ich mache mir bewusst, dass keine Macht der Welt, kein negatives Wort, das andere über mich ausgesprochen haben, kein Fluch oder sonst etwas Negatives eine stärkere Macht über mich haben, als das Wort Gottes. Gerade in Menschenherzen, die viel Demütigung und Lästerung ertragen müssen, ist dieses heilende Wort Gottes wichtig. Zur Heilung gehört auch, dass ich diesem Wort Gottes mehr Glauben schenke, als den vielen negativen Worten, die andere über mich sprechen. Tauche dein Herz jeden Morgen in das reinigende und heilende Bad des Wortes Gottes ein.

6. Verweigere Dich- Mach nicht mit, wenn andere lästern

Vielleicht erinnern wir uns noch an die drei Siebe von Sokrates, der sich weigerte, eine solche schändliche Geschichte zu hören. Wir müssen nicht alles anhören und mitmachen! Immer wieder werden wir in der Bibel dazu aufgerufen, uns zu verweigern, wenn andere Negatives reden und dumm daher schwätzen. Hören wir nur einmal auf eine Passage im Epheserbrief: „Niemand verführe euch mit leeren Worten...Seid nicht ihre Mitteilhaber!“ (Eph 5,6+7). Es ist so schwer, sich auszuklinken, wenn etwa in einem Betrieb mal wieder „so richtig über den Chef abgelästert“ wird. Es ist nicht einfach, hier zu sagen: Ich mache da nicht mit! Man will

doch kein Spielverderber sein, zumal man dann wohl mit Sicherheit „zum Thema“ wird, wenn man den Raum verlässt. Aber es ist wichtig, dass wir hier Farbe bekennen. Das muss nicht bedeuten, dass wir nicht auch offen und ehrliche Kritik weitergeben sollen, aber bitte nicht heimlich oder „hintenherum“ und hinter vorgehaltener Hand. Wir sollten den Mut haben, offen zu sein und mehr miteinander als übereinander reden. In einer Gruppe von Lästern hast Du nichts zu suchen! Vielleicht musst Du es deutlich anzeigen, dass Du es nicht gut findest und wie Du selber zum Lästern stehst. Das erfordert auch Mut!

7. Sprich Gutes- Ich will die Menschen segnen und gut reden

Gott möchte, dass wir durch unser Reden etwas Gutes und Positives bewirken, ja dass wir Herzen aufbauen und stärken. So argumentiert der Apostel Paulus: „ Wenn man über uns lästert, so reden wir gut“ (1. Kor 4,13). An anderer Stelle heißt es: „ Kein faules Wort komme aus eurem Mund, sondern nur eins, das gut ist zur notwendigen Erbauung, damit es dem Hörenden Gnade gebe!“ (Eph 4,29). Wir können mit unseren Worten so viel Gutes bewirken, indem wir segnend und gut übereinander reden. Damit tun wir nicht nur dem anderen Gut, sondern auch unserem eignen Herzen.

Ich wünsche mir sehr, dass es zu einem Kennzeichen unserer Gemeinde gehört, dass wir hier mehr miteinander reden, als übereinander, dass wir unsere Worte gebrauchen, um einander zu segnen und zu ermutigen. Dann werden wir auch erleben, wie die zugeklebten und mit Lästerung zugedickten Herzen entgiftet werden und wie immer mehr von dem Glanz der Ewigkeit einzieht. Wir sind vielleicht nicht mehr so klein wie die Kinder, aber auch wir wollen in Bezug auf unsere Herzen beten: „Es soll niemand drin wohnen als Jesus allein“.

Vielleicht machen wir uns die Bitte zueigen, die wir in Psalm 19,15 finden:

Lass die Reden meines Mundes und das Sinnen meines Herzens wohlgefällig vor dir sein, Herr, mein Fels und mein Erlöser!

Amen.