

„Sprich nur ein Wort, so wird meine Seele gesund.“

Ich kann nicht sagen, wann genau mich diese Worte, jahrzehntelang in jeder Liturgie vor der Kommunion gemeinsam gesprochen, auf einmal anders trafen. Sie traten aus einem langen Schattendasein heraus und sind mir seitdem kleine Kraftquelle in jedem Gottesdienst.

Im Evangelium hören wir von einem heidnischen Hauptmann, dessen Diener schwer erkrankt ist. Er ist ein fürsorglicher Chef, schätzt seinen Diener und glaubt daran, dass Jesus ihm helfen kann. Obwohl selbst ein mächtiger Mann, zeigt er eine Haltung, die man mit „Demut“ umschreiben kann. Er erkennt seine eigene Hilflosigkeit und anerkennt die Position Jesu. Er bittet Jesus nicht in sein Haus, auch um diesen nicht in Schwierigkeiten zu bringen. Denn nach dem Gesetz wurde ein Jude, der sein Haus betrat, unrein. „Herr, ich bin es nicht wert, dass du unter mein Dach gehst.“

Für mich in der Liturgie der schwierigere Teil des Satzes: „Herr, ich bin nicht würdig, dass du eingehst unter mein Dach“ ... Da regt sich auch Widerspruch: Bin ich unwichtig, wertlos? Reiht sich dieser Satz ein in die Bekenntnisse der Schuldhaftigkeit des Menschen vor Gott, immer angewiesen auf Vergebung?

Der Hauptmann bekennt „Ich bin nicht würdig“, weil er ahnt, dass er nicht vor irgendeinem Menschen steht, sondern dass er an Gott gerät, wenn Jesus zu ihm kommt. Es ist eine besondere Art der Beziehung, der Begegnung mit Jesus als jemandem, der die Wahrheit und die Liebe ist. Den Unterschied zwischen Gott und Mensch, zwischen Schöpfer und Geschöpf auch im gesprochenen Wort anzuerkennen, macht den Menschen, meine ich, nicht kleiner, sondern größer.

Der Hauptmann bittet Jesus um nur ein Wort, ohne Umschweife, ohne zu zweifeln. In seiner Stellung wusste er um die Macht eines Wortes. Als Praktiker im Hinblick auf Befehl und Gehorsam kannte er sich bestens damit aus und sagte dies auch.

„Sprich nur ein Wort, so wird mein Knecht gesund“, darin kommt aber mehr zum Ausdruck als die Überzeugung: Du hast die Macht zu heilen. Es bedeutet doch vielmehr: Ich vertraue deinem Wort, der heilenden Kraft deines Wortes, setze all meine Hoffnungen auf dich.

In der Liturgie wende auch ich mich – gemeinsam mit den anderen – an Jesus und bitte ihn: Sprich nur ein Wort, so wird meine Seele gesund. Was mich bewegt, bedrückt, ängstigt, mein Unvermögen, meine Unsicherheit, meine Klage, meine Trauer, halte ich Jesus hin und vertraue darauf: Sein Wort, seine

Liebe, kann mich stärken, aufrichten, ermutigen, mir einen Neuanfang ermöglichen.

In meiner Arbeit als Förderschullehrerin an einer Grundschule ist mir immer klarer geworden, wie wichtig es ist, wie wir miteinander sprechen, welche Worte wir benutzen. Und damit meine ich die ganz alltägliche Kommunikation genauso wie die gezielte pädagogische Intervention.

Wir alle kennen Sätze wie: Nie hörst du mir zu! Wenn du dich nicht anstrengst wird das nichts! Schrei nicht immer so laut! Stell dich nicht so an! Du kommst schon wieder zu spät.

„Wolfssprache“ heißen solche Worte in der Theorie der gewaltfreien Kommunikation. Sie sind der missglückte Versuch, ein Bedürfnis auszudrücken. Sie bewerten, interpretieren, fordern und führen meistens beim Gegenüber zu einem schlechten Gefühl, zu Abwehr und Ablehnung. Bei Kindern wie bei Erwachsenen.

Die Alternative ist die „Giraffensprache“. Giraffe, weil sie das größte Herz hat und natürlich den Überblick. Die Giraffensprache beobachtet und nimmt wahr, statt zu bewerten, bittet oder wünscht, statt zu fordern, übersetzt Vorwürfe in Gefühle und Bedürfnisse. Dann heißt es z.B.: „Ich möchte dir etwas erzählen. Bitte hör mir zu.“ – „Sag leiser was du möchtest.“ Solche Bilder helfen vielleicht, sich die Unterschiede dessen, was ich sage und meine und wie es mein Gegenüber versteht, bewusster zu machen.

Täglich habe ich mit Kindern zu tun, denen das Lernen nicht leichtfällt, die Ängste entwickeln, frustriert, mutlos oder unsicher sind, wütend, aggressiv oder traurig werden. Nicht selten hören sie entmutigende Worte: „Du hast wieder nicht aufgepasst! Streng dich doch mal an! Konzentrier dich! Sei nicht immer so aggressiv.“ Sie selbst sagen Sätze wie: „Das schaff ich nie! Lass mich in Ruhe! Du bist blöd!“ Und Sätze, die ich hier gar nicht zitieren möchte.

Auf der Suche nach Lösungen in der Unterstützung sogenannter „schwieriger Kinder“ bin ich vor vielen Jahren auf ein Programm eines finnischen Psychologen, Ben Furman, gestoßen: Es heißt „Ich schaffs“ – schon der Titel ein Gewinn. Finden die Kinder auch, zumal es auch wunderbar spielerisch aufbereitet ist.

Der Ansatz: Welche Fähigkeiten muss das Kind lernen, um Probleme zu überwinden? Der Gedanke, eine Fähigkeit zu entwickeln, ist viel attraktiver und motivierender als die Vorstellung, Schwierigkeiten überwinden zu müssen.

„Ich übe zu warten, bis ich dran bin“ statt: „Ich soll mich nicht vordrängeln.“
„Ich übe, ruhig zu sprechen“ statt: „Ich soll nicht schreien.“ Mit etwas aufzuhören, ist keine Fähigkeit.

Mich beeindruckt an diesem Programm die Art, wie Kinder, Eltern und Lehrkräfte gemeinsam nach Lösungen suchen, indem sie über ungewöhnliche Fragen nachdenken: „Meinst du nicht, dass es gut wäre, wenn du lernen würdest, etwas mehr Geduld zu haben? Welche Vorteile hätte es für dich, wenn du das üben würdest? Warum glaubst du, dass du es schaffen wirst? Warum glaubt deine Mama, dass du es schaffen wirst? Wo ist es dir schon mal gelungen? Mal angenommen, du könntest es schon, woran würden wir das merken? Wer könnte dir helfen?“

Nach anfänglicher Irritation erlebe ich oft kreative, überraschende Antworten. Und diese bedeuten fast immer: Ermutigung, Stärkung, Freude, Wertschätzung. Ressourcen, die da sind, werden hervorgehoben, und sowohl Kinder als auch Eltern fühlen sich ernst genommen und einbezogen. Die Kinder wachsen vor allem daran, dass andere an sie glauben und das auch sagen und begründen. Zum Beispiel im sogenannten „Dreifachlob“: „Das hast du gut gemacht. Das war sicher nicht leicht. Wie hast du das hinbekommen?“

Worte, die aufrichten und die uns miteinander verbinden. Sprich nur ein Wort, so wird meine Seele gesund. Das erbitte ich nicht nur für mich, sondern auch für die vielen Menschen, deren Seele verletzt ist.

In einer Kolumne der Zeitschrift „Chrismon“ schreibt Herausgeberin Annette Kurschus: „Wo sind Worte ewigen Lebens? Worte, die sich klar unterscheiden von schnell herausgekrähter Meinung, von Wissen und Besserwissen, von Verdammung und Verdummung? Wo sind Worte, die aus dem Lebensfrust, aus der Angst holen? Mir fallen zahlreiche (Jesusworte) ein“, schreibt sie:

„Kommt her zu mir, alle, die ihr mühselig und beladen seid. Ich will euch erquicken.“ – „Selig die Barmherzigen, denn sie werden Barmherzigkeit erlangen.“ – „Wer zu mir kommt, den werde ich nicht abweisen.“

Solche Worte sind es wert, sie auswendig zu kennen, „known by heart“, mit dem Herzen. Solche Worte sucht man nicht – sie finden uns.“

„Sprich nur ein Wort, so wird meine Seele gesund“ – Ein Wort, das mich gefunden hat. Welches Wort ist Ihnen unvergessen im Gedächtnis? Um welches Wort bitten Sie?