

Vom „Positiven Reden“ oder „Wie man es lernt, seine Zunge im Zaum zu halten“

Die Art und Weise, wie wir reden, ist nicht egal. Als Christen sind wir herausgefordert, so zu reden, dass es Gott Ehre macht. Jakobus beschreibt in seinem Brief eindrucksvoll die Macht der Zunge: *Sie kann Segen bringen, aber auch zerstören. Trotz ihrer geringen Größe beeinflusst sie unser Leben und das Leben anderer, ähnlich wie ein Zaumzeug ein Pferd lenkt oder ein kleines Ruder ein großes Schiff steuert (Jak. 3,2-12).*

Jakobus schreibt sogar, dass unkontrollierte Worte die gesamte Gottesverehrung wertlos machen (Jak 1,26). **Aber wir können lernen, unsere Zunge im Zaum zu halten:**

1. Gebrauche Worte für positive Veränderung.

Unsere Worte haben Kraft – sowohl auf uns selbst als auch auf andere. Sie können ermutigen, stärken und aufbauen oder entmutigen und zerstören. Jakobus vergleicht die Zunge mit einem Zaumzeug oder Steuerruder, um ihre große Wirkung zu verdeutlichen. Die Art und Weise, wie wir reden hat eine Wirkung auf uns selbst. Es kann uns selbst beschmutzen und zeigt außerdem, wie es in unserem Herzen aussieht. Aber es hat auch eine Wirkung auf andere. Wenn sich die Gelegenheit bietet, etwas Positives zu sagen, sollten wir diese nutzen (Phil. 4,8).

2. Mach dir bewusst, mit wem du redest.

Wenn wir mit Gott reden, tun wir das vermutlich mit Ehrfurcht. Es käme uns nicht in den Sinn, ihn zu beleidigen oder anzulügen. Jakobus fordert uns auf, respektvoll und wertschätzend miteinander umzugehen. Wir sprechen nicht nur mit irgendeiner Person, sondern mit jemandem, der nach dem Ebenbild Gottes geschaffen ist. Dieses Bewusstsein sollte unser Miteinander prägen.

3. Zeig durch dein Reden, wer du wirklich bist.

Die Art und Weise, wie wir sprechen, zeigt, wer wir wirklich sind. Jakobus macht deutlich, dass aus einem und demselben Mund Fluch und Segen hervorkommen können. Unsere Zunge zu bändigen, erfordert keine Rhetorikkurse, dafür brauchen wir Gottes Hilfe. Was aus unserem Mund kommt, stammt aus unserem Herzen (Mt. 15,18). Eine Veränderung des Herzens geschieht durch die Beziehung zu Jesus, und diese innere Erneuerung zeigt sich in unserem Leben und Sprechen.

4. Behalte Kontrolle über deine Zunge

Es gibt konkrete Schritte, die wir tun können. Jakobus sagt: Wer seine Zunge im Griff hat, hat sich komplett im Griff. Die Bilder von Zaumzeug und Steuerruder machen deutlich, dass derjenige, der das Zaumzeug oder das Ruder hält, in der Lage ist, das Pferd bzw. das Schiff zu lenken und zu kontrollieren.

Die *Übung der Stille*, einfach mal schweigen, kann hilfreich sein. Jeder sollte bereit sein, zuzuhören und sich Zeit zu lassen, bevor er spricht (Jak. 1,19). Auch in unserer Beziehung zu Gott kann Stille wichtig und eine Form der Anbetung sein (Ps. 46,11; Hab. 2,20). Vielleicht ist es gut zu prüfen, ob etwas **wahr, gut und notwendig** ist, bevor wir was sagen.

TEXTSTELLEN

Jak. 3,2-12

Jak. 1,26

Phil. 4,8

Mt. 15,18

Jak. 1,19

Ps. 46,11

Hab. 2,20

HERZENSMENSCH

FÜR DEN ICH BETEN MÖCHTE:

GESPRÄCHSSTOFF

Einstieg: Wann hat dir jemand das letzte Mal etwas Positives gesagt, oder wann hast du das zu-letzt selbst getan?

1. Wie beeinflussen deine Worte dein eigenes Leben und das Leben der anderen um dich herum?
2. In welchen Situationen fällt es dir schwer, deine Zunge zu kontrollieren?
3. Was könnte dir helfen, in diesen Momenten still zu bleiben oder über deine Worte nachzudenken, bevor du sprichst?
4. Welche Rolle spielt die Ehrfurcht vor Gott in der Art und Weise, wie du sprichst? Bist du dir bewusst, dass du mit jemandem sprichst, der nach Gottes Ebenbild geschaffen ist?
5. Wie kannst du deine Worte gezielt einsetzen, um andere zu ermutigen und aufzubauen?
6. Welche konkreten Schritte kannst du unternehmen, um deine Zunge besser zu beherrschen und deine Worte gezielt für Gottes Ehre zu gebrauchen?