



Die Text-Rechte liegen bei den Autoren und beim Katholischen Rundfunkreferat. Verwendung nur zum privaten Gebrauch!

Kirche in WDR 3 | 18.05.2016 07:50 Uhr | Michael Bredeck

## Gute und schlechte Worte

### Gute und schlechte Worte

Guten Morgen!

Vor einigen Wochen war ich eingeladen, eine Predigt zu halten zum Thema: ‚Ich rede gut von dir‘. Aus der Vorbereitung ist bei mir ein Vorsatz übrig geblieben: Ich habe mir vorgenommen, in diesem Jahr einmal bewusster als sonst auf die vielen Worte zu achten, die ich Tag für Tag von mir gebe. Im Grunde ist es ja einfach, das zu tun. Denn immerhin entscheide ich ja selbst, welche Worte ich wähle. Aber ehrlich gesagt merke ich erst bei genauer Überlegung, wie schwer es ist, die richtigen Worte zu finden. Je nach Stimmung, Anspannung oder Gefühl lässt es sich nämlich doch nicht ganz so einfach steuern, was ich sage. Und das bei ca. 16.000 Worten, die jeder Mensch durchschnittlich pro Tag von sich gibt.

Fatal ist zudem: Welche Worte ich auch wähle, sie haben immer Auswirkungen. Worte haben große Kraft. Ich erinnere mich noch recht gut an lang zurückliegende Worte, die mich verletzt haben. Aber auch an solche, die mich froh gemacht haben. Worte sind wie virtuelle Hände, mit denen wir Menschen streicheln oder auch zuschlagen können. Worte können Menschen bloßstellen oder groß machen, verletzen und beleidigen oder stärken und aufbauen. Deshalb mein Vorsatz, einmal bewusst auf meine Worte zu achten, sensibel zu sein für das, was ich durch Worte hervorbringe – im Guten wie im Schlechten.

Um nicht missverstanden zu werden: Das soll nicht heißen, Dinge zu verschweigen, die nicht in Ordnung sind. Im Gegenteil: Worte zu sagen, kann ja auch bedeuten, einem anderen Menschen ein Feedback zu geben, zum Beispiel darauf, wie er wirkt, wie er rüberkommt oder ob und wie er verstanden wird.

Außerordentlich stark fand ich zum Beispiel, was Papst Franziskus in seiner Weihnachtsansprache an die Römische Kurie im Jahre 2014 gesagt hat: Er sprach Dinge an wie Klatsch und Tratsch, üble Nachrede und Verleumdung in der römischen Kurie. Er meinte, dass das einer Kurie unwürdig sei. Ich meine, dass diese Dinge nicht nur einer Kurie unwürdig sind, sondern sie sind ganz einfach unmenschlich. Und erst recht sind sie eines Christen und einer Christin unwürdig.

Von Natur scheint es wohl leichter zu sein, etwas Schlechtes oder Negatives zu sagen als gute Worte zu finden. Aber ich spüre, wie sehr ich selbst doch von guten Worten lebe und

umgekehrt unter schlechten Worten leide, die mich verletzen. Und es fällt mir mehr und mehr auf, wie sehr es mir selbst gut tut, wenn mein Wort andere Menschen positiv berührt und nicht verletzt.

Schließlich frage ich mich inzwischen grundsätzlicher ob das, was ich den Tag über gesagt habe über andere Menschen, überhaupt richtig und nötig war. War es nötig diese oder jene negative Stimmung angeheizt zu haben? War es richtig dieses oder jenes Vorurteil bekräftigt zu haben? Umgekehrt ist es auch wichtig, dass ich mich traue, dann eine gute Erfahrung mit einem Menschen zu erzählen, wenn dieser gerade schlecht gemacht wird. So den eigenen Worten nachzudenken führt mich inzwischen öfter zu einem kurzen Gebet. Es geht einfach so: "Gott, gib mir die richtigen Worte. Das erbitte ich jetzt auch für heute, für diesen neuen Tag."

Ich wünsche Ihnen alles Gute und vor allem gute Worte. Ihr Domvikar Michael Bredeck aus Paderborn.

\* Vgl. Süddeutsche Zeitung Magazin 27/2010:  
<http://sz-magazin.sueddeutsche.de/texte/anzeigen/34262/Wir-muessen-reden>