

# Wenn der überaktive Mund still bleibt



Kurt Bubna

Quelle: Kurtbubna.com

Wegen einer Erkältung, flankiert von üblen Halsschmerzen, blieb der Mund vom amerikanischen Pastor Kurt Bubna für einmal stumm. «Das Sprechen schmerzte, also sprach ich nicht.» Mit interessanten Erkenntnissen.

Als Pastor von der Eastpoint Church in Spokane Valley, Washington ist das Reden von zentraler Bedeutung. «Einen Grossteil meiner Zeit und Energie verbringe ich damit, Botschaften zu verbreiten oder Menschen zu trösten und ihnen Rat zu geben. Ehrlich gesagt rede ich gerne, und ich fürchte, ich falle unter die Kategorie der Menschen, die den Klang ihrer eigenen Stimme mögen. Natürlich gehört zu meinem Job auch das Zuhören, aber ich neige dazu, mehr zu reden als zuzuhören.»

Das vielleicht Beste am Kranksein war, was er über das Zuhören lernte. Es seien vier Dinge, die er durch sein ungeplantes Schweigen gelernt hat.

**1. Zuhören ist der beste Weg, um zu lernen**

«Niemand wird schlauer oder weiser, wenn er redet. Wenn wir viel reden, fühlen wir uns vielleicht schlau oder sehen klug aus, aber Zuhören ist der einzige Weg, durch den wir wirklich wachsen.»

**2. Zuhören vermittelt anderen einen Mehrwert**

«Ich kann jemandem sagen, dass ich ihn liebe; und das ist gut. Aber Zuhören sagt dies besser. Jemandem zuzuhören vermittelt: 'Du bist mir wichtig.'»

**3. Zuhören ist selbstlos, beim Reden dreht sich alles um mich**

Es kostet Mühe, zu hören und zu verstehen, was jemand sagt. Und es braucht Geduld, den Redner nicht zu unterbrechen. Allzu oft bin ich nicht ganz präsent, während jemand spricht, sondern denke darüber nach, was ich sagen möchte. Zuhören ist immer aufopferungsvoll und anders.»

**4. Zuhören ist der Weg zu Intimität**

«Ich werde in eine tiefere und bedeutungsvollere Beziehung hineingezogen, wenn ich das Herz eines Menschen höre und mich durch Zuhören mit seiner Seele verbinde. Natürlich ist die Zwei-Wege-Kommunikation entscheidend für die Intimität, aber es ist immer am besten, zuerst zuzuhören.»

## Mit König Salomo im Boot

König Salomo schrieb einmal: «Selbst wer schon über viel Wissen und Erfahrung verfügt, kann noch dazulernen. Neue Gedankenanstöße helfen ihm» und «wer antwortet, bevor er zugehört hat, zeigt seine Dummheit und macht sich lächerlich.» (Die Bibel, [Sprüche Kapitel 1, Vers 5](#) sowie [Kapitel 18 Vers 13](#)).

Jakobus gab folgenden Rat: «Seid sofort bereit, jemandem zuzuhören; aber überlegt genau, bevor ihr selbst redet. Und hütet euch vor unbeherrschtem Zorn!» ([Die Bibel Jakobus Kapitel 1, Vers 19](#)).

Kurt Bubna: «Wie das Sprichwort sagt, gibt es vielleicht einen Grund, warum Gott uns zwei Ohren und einen Mund gegeben hat.»

*Zum Thema:*

[Aufbauende Kommunikation: Reden ist Silber, Zuhören ist Gold](#)

[Die vergessene Kunst: «Jetzt hör mal zu!»](#)

*Seelsorge im Linien-Bus: «Zuhören ist das Wichtigste»*

Datum: 23.09.2023

Autor: Kurt Bubna / Daniel Gerber

Quelle: Outreach Magazine / gekürzte Übersetzung: Livenet

Tags

[Gesundheit](#)

[Leben als Christ](#)

[Amerika](#)