Zeitschrift: Sonos / Schweizerischer Verband für Gehörlosen- und Hörgeschädigten-Organisationen

Herausgeber: Sonos Schweizerischer Verband für Gehörlosen- und Hörgeschädigten-Organisationen

Band: 98 (2004)

Heft: 5

Rubrik: Leben und Glauben

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 13.12.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Die Sache mit dem Balken

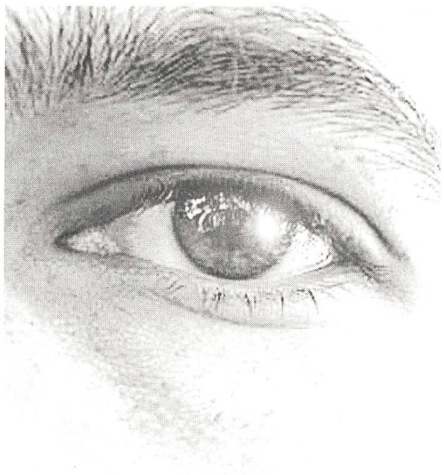
Susanne Bieler
Pfarrerin HBG

Wie umständlich der das macht! Hat die das schon wieder vergessen? Immer diese Unruhe! Die spinnt wohl! Immer hat er was zu kritisieren? Wie oft am Tag gehen uns diese oder ähnliche Gedanken durch den Kopf. Wenn andere Leute sich nicht so verhalten oder nicht so handeln, wie wir es erwarten, urteilen wir schnell über deren Unfähigkeit.

Meist sprechen wir unsere Gedanken nicht aus. Wir sind ja höflich. Unser Verstand sagt uns: Lass den oder die doch machen. Aber wir gehen auf Abstand.
Ist das immer die richtige Haltung, für uns und andere?
Sicher, einfach drauf los schimpfen oder kritisieren, bringt nichts, im Gegenteil. Es macht die Situation nur noch schlimmer. Da ist Schweigen schon klüger.
Aber gibt es vielleicht noch einen dritten Weg zwischen Schweigen und postwendend reagieren?

Das innere Gespräch

Ich denke schon: Das innere Gespräch. Da schlucke ich meine Wut nicht einfach runter oder schiebe sie bei Seite. Ich nehme meinen Unwillen oder meine Wut wahr. Ich nehme sie ernst. Ich versuche, ihre Kraft zu nutzen. Ich beginne mit ihr ein Gespräch.
Ich kann mich zum Beispiel fragen, warum ich mich so über das Verhalten des anderen aufrege. Da bleibe ich bei mir und kann eine Menge über mich erfahren. Nervt mich diese Chaotin vielleicht so, weil ich gerne auch etwas lockerer wäre, nicht immer alles so bitter ernst nehmen möchte? Aber es gelingt mir nicht. Ich bin immer angespannt.
Ich habe ständig Angst, etwas falsch zu machen. Woher kommt eigentlich meine Angst? Ist sie wirklich nötig? Hindert sie mich nicht mehr als sie mir nutzt? Bin ich auf den anderen wütend oder im tiefsten Grund auf mich selbst? Kann ich die Kraft meiner Wut nutzen, Abstand von meiner Angst zu kriegen?
" Was siehst du den Splitter in deines Bruders Auge und nimmst den Balken in deinem Auge nicht wahr?" So sagt es Jesus in der Bergpredigt. (Mtth 7,3)Das Auge des anderen, das Verhalten der anderen ist der Spiegel meiner selbst. Der Splitter im Auge des anderen ist nur das Spiegelbild des Balkens in meinem Auge. Wenn ich mich über den Splitter im Auge meiner Schwester aufrege, dann verpasse ich die Chance, endlich mal meinen Balken zu fassen zu kriegen.



Der Blick kann frei werden

Wenn ich mir den ziehen kann, dann wird mein Blick frei: ich sehe die liebenswerte und hilfreiche Seite der Chaotin. Ich sehe die Achtsamkeit des Umstandskomissars. Ich sehe den Weitblick des ewigen Kritikers. Ich bemerke staunend die Kreativität des Spinners. Und vielleicht wage ich auch, ein bisschen chaotisch, achtsam, kritisch und kreativ zu sein – und werde dabei ganz plötzlich etwas weniger ängstlich.

" Was siehst du den Splitter in deines Bruders Auge und nimmst den Balken in deinem Auge nicht wahr?"
(Mtth 7,3)