

Religiöses Zuhören

«Wie durch Zuhören Wiederverbindung entstehen kann»

Mathi van der Duijs

Ich kenne viele Menschen, die ihre Schwächen kennen und sie auch benennen können. Ich habe noch nie jemanden getroffen, der von sich selber sagt, dass er oder sie nicht so gut zuhören kann. Trotzdem kenne ich nur wenig Menschen, die wirklich zuhören können.

Beispiele von Gesprächen, bei denen nicht zugehört wird, gibt es viele. Die erste TV-Debatte zwischen Joe Biden und Donald Trump wurde von vielen Menschen als sehr schlecht bezeichnet. Sie ließen einander fast nie ausreden und es schien, als ob sie nicht mal hörten, was der andere sagte. Wenige haben sich selber in diesem Gespräch erkannt, aber wenn wir ehrlich sind, geht es uns in einem Streitgespräch oder einer heftigen Diskussion oft genauso. Auch wenn wir die Höflichkeit haben, einander ausreden zu lassen, heißt das noch lange nicht, dass wir besser zuhören. Im Gegenteil, während der andere redet, sind wir damit beschäftigt, unsere eigenen Gegenargumente zu positionieren und wir hören nur mit einem halben Ohr zu. Wie wäre dieses Gespräch gewesen, wenn jeder, bevor er seine eigenen Argumente hervorbringen dürfte, erst die Argumente des Gegners wiederholen müsste?

Wenn man diese Übung macht – man kann sie auch sehr gut in einer Gruppe machen – dann wird man bemerken, dass das Aktive Zuhören dazu führt, dass man seinem Gegenüber besser zuhören muss und dass man, während der andere spricht, nicht schon seine eigenen Gegenargumente in Stellung bringen kann. Es geht aber nicht um die bloße Übung, sondern darum, dass man sich wieder auf die unvoreingenommenen Sinneswahrnehmungen des Gehörs zu verlassen lernt. Das Resultat ist sehr erstaunlich und führt dazu, dass man ein wirkliches Gespräch zu führen lernt, indem man aktiv zuhört, anstatt nur seine Meinungen auszutauschen.

Was ist eigentlich Aktives Zuhören?

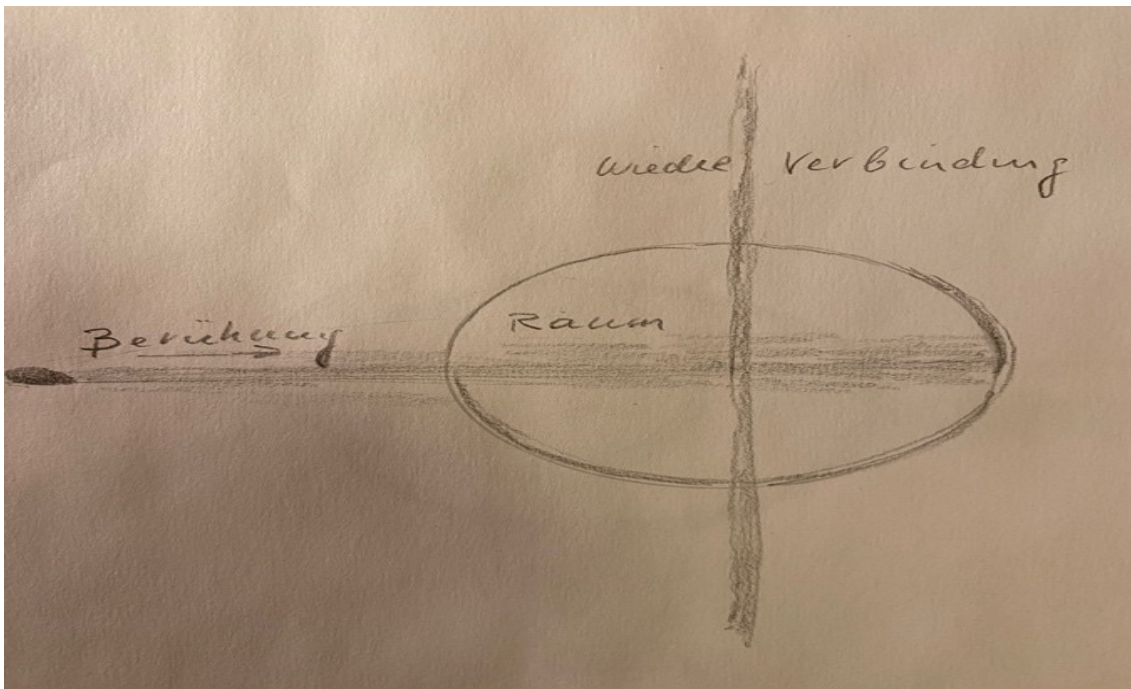
Aktives Zuhören nach Rogers:

«Laut dem amerikanischen Psychologen Carl Rogers ist beim Aktiven Zuhören der emotionale Inhalt einer Nachricht wichtiger als der Sachliche. Deswegen sollte die Aufmerksamkeit eher auf die Seite des „Herzens“ und nicht auf der „Vernunft“ gerichtet sein. Außerdem würde keine Technik helfen, wenn der Zuhörer nicht eine Haltung der Authentizität und des Verständnisses annimmt.»

Das liebevolle Zuhören auf der Seite des Herzens können wir also als eine Grundvoraussetzung sehen. Wie kann aber aus diesem fühlenden Zuhören als Grundhaltung ein Zuhören entstehen, das eine religiöse Erfahrung ermöglicht? Eine Religiöse Erfahrung bedarf immer eines Berührtwerdens.

Ein Kind lernt durch natürliche und liebevolle Tastsinn-Erlebnisse, sich selbst zu erfahren. Die eigene Haut, den eigenen Raum, die eigenen Grenzen, das macht, dass ein Kind ein Urvertrauen im Leben hat. Wenn dieser Entwicklungsprozess, der bei vielen Kindern natürlich verläuft, aus irgendeinem Grund nicht stattfindet, kann er im späteren Leben kaum noch nachgeholt werden. Unentbehrlich für diesem Prozess ist die liebevolle Berührung des Kindes durch Eltern und/oder andere Bezugspersonen. Berührungen bleiben unser ganzes Leben lang wichtig, müssen aber im späteren Leben nicht immer körperlich sein. In einem Gespräch kann eine solche Berührung auch stattfinden. Durch aktives Zuhören, das sich auf das Herz konzentriert, kann eine Berührung von einem Ich zum anderen Ich stattfinden. Wir alle erkennen dies als das warme Gefühl in unserem Herzen, das wir haben, wenn die andere Person uns in einem Gespräch wirklich gesehen hat. Es ist eine Berührung, die uns rührt, und daraus kann ein neuer Raum entstehen.

In meiner Präsentation im Sommermodul habe ich über das Bild des Gartens als unserem innerlichen seelischen Raum gesprochen. Wenn der Gärtner zu wenig in seinem Garten oder zu viel allein in seinem Garten ist, kann es sein, dass sein Garten vernachlässigt wurde oder er den Überblick verloren hat. Es kann hilfreich sein, jemanden in diesen Garten einzuladen, der dem Gärtner und seinen Problemen wirklich zuhört. Das Erzählen über den Garten, über die Jahreszeiten, die freudigen und schwierigen Momente im Garten kann den Gärtner dazu bringen, seinen Garten mit anderen Augen zu sehen. Plötzlich weiß er dann, was er zu tun hat, und es entsteht Raum in seinem Garten. In diesem neuen Raum kann sich der Gärtner wieder mit dem großen Gärtner verbinden, der in seinem Garten neues Wachstum ermöglicht.



Der Priester ermöglicht durch sein liebevolles Zuhören eine Berührung von einem Ich zum anderen Ich. Durch diese Berührung kann ein Raum entstehen und in diesem Raum kann eine neue Wiederverbindung geschehen. Nicht der Priester, sondern Christus kann in diesem Raum heilend wirken. Das liebevolle Zuhören des Priesters könnte man auch „in Christi Namen anwesend sein“ nennen: «Denn wo zwei oder drei in meinem Namen versammelt sind, da bin ich mitten unter ihnen» (Matthäus 19)