schweigen.hören.öffnen

> *„Der Neuanfang eines Dialogs entsteht nicht durch Worte, sondern durch Schweigen, dadurch, dass man nicht stur bleibt, sondern geduldig wieder anfängt, dem anderen zuzuhören, seinen Schwierigkeiten, dem, was er auf dem Herzen hat. Die Heilung des Herzens beginnt mit dem Zuhören.“*
>
> *Papst Franziskus, zitiert nach: https://www.vaticannews.va/de/papst/news/2022-08/papst-franziskus-tweet-dialog-zuhoeren-schweigen-heilung-herz.html*

Dieses Wort habe ich heute Morgen nach der Laudes gelesen.

Es traf mitten in meine Erfahrungen als Seelsorger in einer Psychiatrie.

Immer wieder erlebe ich, dass die Augenblicke, wo wir – **beide** Gesprächspartner – im Gespräch schweigen, keine leeren Augenblicke sind.
Es ist ein **Verweilen**, ein **Hineinhorchen** bei dem, was die andere Person gesagt hat.
Und in diesem Verweilen und Hineinhorchen geschieht auch etwas bei mir.
Die gehörten Worte bewegen bestenfalls etwas in mir.
Gedankliche Reaktionen, aber auch **Gefühle und Bilder** steigen in mir auf.

Das sind alles **GESCHENKE**, die mein Gegenüber mir durch seine Worte schenkt.
Dieses Geschenk wertschätzend anzunehmen, das ist eine Übung, die manchmal nicht leicht ist, vor allem, wenn das Gehörte mich persönlich **innerlich bewegt, erregt, verärgert.**
Und dieses **Bewegung, Erregung und Verärgerung** kommen nicht in erster Linie als Reaktion auf mein Gegenüber sondern als Reaktion auf das, was ich gehört habe.
Solche Verärgerung ist bei mir nämlich oft auch **empathische**

Solidarisierung mit dem, was ich von meinem Gesprächspartnern erfahren habe.
Ihre Erzählungen, ihre Erfahrungen und Lebensgeschichte lassen mich **nicht unberührt.**
Natürlich ergeben sich auch Augenblicke von solidarisierender Freude oder auch Traurigkeit.

All dieses Dinge dürfen bei mir sein – ich muss mich ihrer nur bewusst werden!

Denn diese Reaktionen, die ein Gespräch bei mir auslösen, müssen weiterhin hilfreich sein für unser Gespräch, für unsere Begegnung.
Sie dürfen mich **nicht blockieren**, oder – wie Papst Franziskus es formuliert – zur **„Sturheit“** führen.

Meine Aufgabe als Seelsorger ist es, dass das **Gespräch und die Begegnung möglichst im Fluss bleiben** kann.
Und ja: das ist nicht immer einfach, manchmal sogar unmöglich.
Auch das ist erst einmal nicht schlimm.

Schlimm wird es nur für das Gespräch und die Begegnung, wenn ich es als professioneller Seelsorger nicht merke.

Deshalb ist auch das **Schweigen**, von dem Franziskus spricht, in solchen Gesprächen **existentiell wichtig**.
Denn das Schweigen ist nicht nur einfach eine Zäsur, sondern **es gibt mir Zeit**, **von mir und meinen Reaktionen etwas Abstand zu nehmen**, auf sie zu schauen, sie zu betrachten und zu reflektieren.

Die Kunst der **Reflexion**, besonders der **Selbstreflexion**, innerhalb eines Gespräches ist immens wichtig.
Dafür bedarf es Gesprächspausen und auch gemeinsames Schweigen.

Es steckt – wenn man es recht bedenkt – ganz viel Wahrheit in dem Sprichwort:

„Reden ist Silber,
Schweigen ist Gold.“