

Endlich leben!

Die Wahrheit reden

Leitvers

Eph. 4, 14-16 + 25

Wir sollen **keine unmündigen Kinder mehr** sein; wir dürfen uns **nicht mehr vom Kurs abbringen lassen** durch jede beliebige Lehre wie ein Schiff, das von Wind und Wellen hin und her geworfen wird, und dürfen nicht mehr auf die **Täuschungsmanöver betrügerischer Menschen** hereinfließen, die mit uns ein **falsches Spiel** treiben und uns in die Irre führen wollen. Stattdessen sollen wir in einem Geist der Liebe **die Wahrheit festhalten, damit wir wachsen** im Glauben und in jeder Hinsicht mehr und mehr dem ähnlich werden, der das Haupt ist, Christus. Ihm verdankt der Leib sein gesamtes Wachstum. Mit Hilfe all der verschiedenen Gelenke ist er **zusammengefügt**, durch sie wird er **zusammengehalten** und **gestützt**, und **jeder einzelne Körperteil leistet seinen Beitrag entsprechend der ihm zugewiesenen Aufgabe**. So wächst der Leib heran und wird durch die Liebe aufgebaut ...

Darum **legt alle Falschheit ab** und **sagt die Wahrheit, wenn ihr miteinander redet**. Wir sind doch Glieder ein und desselben Leibes!

Definiere „Falschheit“

Wie Falschheit entsteht

- Aus Angst vor Ablehnung, Enttäuschung und Frust, Image-Verlust, Unverstanden-Sein oder Verlassen-Werden
- Wahrheit preis gegeben „um des lieben Friedens willen“
- Beziehungen werden immer oberflächlicher
- Missverständnisse häufen sich und werden ausdiskutiert
- Gefühle werden verletzt, aber nicht offen gelegt
- Frust kann sich nicht „Luft machen“
- Unsicherheit bleibt, weil sie nicht sein darf
- Das Ergebnis sind „Pseudo-Gemeinschaften“ in einem trügerischen Frieden aus „höflicher“ Distanz, und erkalteter Gefühle, durchtränkt mit Bitterkeit und Misstrauen

Offene Kommunikation

- Die Wahrheit reden – und zwar die „ungeschmickte“
- Die Fähigkeit über die eigenen Ängste, Fehler, Niederlagen, Schwächen, Versagen und Zweifel genau so ehrlich, frei und offen reden zu können wie über die eigenen Erfolge, Siege und Stärken.

Ziel: Authentizität

- Übereinstimmung (wenn aus beiden Quellen dasselbe Lied erklingt)
- Einklang bzw. Zusammenklang (durchaus von mehreren Stimmen und Instrumenten)
- „ungekünstelt“, echt, glaubwürdig
- Das Gegenteil davon ist eine Fälschung

Problem: Narzissmus

- Die Verliebtheit in „sein Bild von sich“
- Die Neigung, sich schöner zu sehen
- Authentizität verlangt eine gute Kenntnis der eigenen Stärken, Schwächen, Ängste, Gefühle und Motive
- Kommt durch Reflexion (Besinnung)
- Kommt durch Kritik (eine Seite des prophetischen Dienst)

Problem: Opportunismus

- Anpassung an die jeweilige Situation
- Zweckmäßige Nutzung der Gelegenheit
- Authentizität verlangt ein konsequentes Handeln nach den eigenen Werten und Überzeugungen
- „Der tut, was er sagt“
- „Der sagt, was er meint“

Problem: Feindseligkeit

- Meist nicht offen, sondern verdeckt
- Meist wegen Enttäuschungen
- Meist wegen (nicht absichtlicher) Verletzungen
- Meist wegen fehlender Aussprache
- Was nicht angesprochen wird, wird hintenrum gesprochen und was nicht ausgeräumt wird, steht meist dazwischen.

Verdeckte Kommunikation

Der Andeuter:

- Deutet sein Anliegen durch sehr sorgfältig platzierte Bemerkungen an, aber sagt nie wirklich, was er eigentlich meint.

Verdeckte Kommunikation

Der Manipulator:

- Weiß zwar genau, was er will, sagt es aber auch nicht immer offen. Versucht statt dessen den anderen dahin zu bringen, dass der tut, was der seiner Meinung nach tun sollte (z.B. mit Nerven, Druck machen ...)

Verdeckte Kommunikation

Der Schuldzuweiser:

- Versucht ein schlechtes Gewissen im andern hervor zu rufen und ihn damit in die Pflicht zu nehmen. (z.B.: „Nach allem, was ich für Dich getan habe ...“ oder „Wenn ich Dir wirklich etwas bedeute ...“)

Verdeckte Kommunikation

Der Einschüchterer:

- Hat keine Probleme, seine Gefühle (wie Druck, Frust, Ungeduld, Wut etc.) mitunter auch sehr massiv (der typische „Mecker“) zum Ausdruck zu bringen. Er greift an, beleidigt und droht.

All das sind „Spielchen“

Was tun?

1. Durchschauen
2. Nicht mehr mitspielen
3. Den wunden Punkt identifizieren
4. Baldiges Treffen zur Aussprache
5. Die Beziehung versöhnen
6. Das Problem lösen

Form: Beschreiben statt beschuldigen

Echte Beziehungen

- Zur Freiheit echter Beziehungen geht es meist nur durch den Tunnel des Chaos unserer wahren Gefühle.
- Meist eine Mischung, z.B. aus Schmerz und Hoffnung (siehe 2. Kor. 4, 7-18)
- Weigere Dich, Angst, Wut, Schmerz, Kummer und Frust zu leugnen, denn das wäre nichts anderes (Selbst-)Betrug

Innere Kämpfe

- Gott kommt mit dem Aufschrei unserer Schmerzen und Enttäuschungen, unseres Ärger und Frustes zurecht und kann uns helfen, mit diesen Gefühlen klar zu kommen und sie zu verarbeiten.
- Beispiel 1: Ps. 22, 1-27
- Beispiel 2: Ps. 28, 1-9
- Beispiel 3: Ps. 30, 1-13