

Klare Worte

Unsere Sprache ist ein Werkzeug, das uns dazu befähigt, unsere Gedanken einem anderen Menschen mit Worten mitzuteilen. Wir Deutschen haben die Ehre eine der schönsten Sprachen der Welt sprechen zu dürfen, nämlich die der Dichter und Denker. Goethe, Schiller, Lessing und viele andere bedienten sich ihrer und brachten Meisterwerke in Wort und Schrift hervor. Leider ist dies vielen Menschen nicht mehr bewusst und unsere prachtvolle Sprache verflacht zunehmend. Sie wird immer mehr vereinfacht, Worte verlieren ihren ursprünglichen Sinn oder werden durch internationale Ausdrücke ersetzt. Nehmen wir einmal das Wort „Wahnsinn“. Dieses Wort hat sich im Laufe der Zeit bei uns als Synonym für „toll“, „großartig“, „unglaublich“ oder „sehr schön“ manifestiert. Oft hört man es beispielsweise bei Interviews von Sportlern im Fernsehen wenn diese von ihren Erfolgserlebnissen berichten. Leider wissen die wenigsten was dieses Wort übersetzt bedeutet. Da es vom mittelhochdeutschen Wort *wan* (=leer) her stammt steht es also für „leer von Sinn“. Sollten wir nicht die Worte wählen und aussprechen die genau das ausdrücken was wir denken?

Das Aussprechen klarer Worte die sich mit dem decken was wir fühlen und denken erleichtert uns unser Leben enorm. Zu oft machen wir Gebrauch von dem Wort „*eigentlich*“. Dieses Wort ist (eigentlich) völlig überflüssig. Es sagt aus das man sich einer Sache nicht sicher ist. Aber ist man sich denn wirklich unsicher? Wir haben die Wahrheit in uns und diese ist immer klar. In uns gibt es JA und NEIN und beides ist deutlich zu spüren als Gefühl, wahrzunehmen als Gedanke und zu sprechen als Wort. Unser Gefühl teilt uns immer unmittelbar mit wie wir empfinden, ehrlich und konsequent. Sobald aber ein Gedanke daraus entsteht, fließen Erinnerungen und Erfahrungen mit ein und es kommt zu Unsicherheit die sich in Folge dessen in Worten wie „*eigentlich*“ ausdrückt. Leider können wir das klare Gefühl, was wir wollen und wie wir etwas wollen, oft durch unsere geistige Verwirrung nicht greifbar für uns machen. Was dazu führt das letztlich eine unklare Sprache entsteht. Diese wirkt sich auf uns und unser Leben aus.

Sprache ist dafür da, dass zu sagen was man denkt und fühlt. Unser Gegenüber weiß nicht was in unserem Kopf vorgeht, hört aber was wir sprechen. Er kann nur auf das reagieren was wir ihm mitteilen. Drücken wir unsere Gedanken klar, deutlich und ehrlich aus gibt es keine Missverständnisse. Diese entstehen vielmehr beim Versuch es dem Anderen „recht machen zu wollen“ indem wir etwas sagen wovon wir denken, dass der andere es hören möchte. Wir bedienen uns an diesem Verhalten aus Angst vor dessen Reaktion auf unsere Worte. Wie oft werden wir von Freunden oder Bekannten gefragt ob wir z. B. auf eine Veranstaltung mitgehen möchten und obwohl uns unser Gefühl sofort aufzeigt, dass wir nicht wollen, schaffen wir es nicht, dies direkt zu sagen. Wir sind in diesem Moment nicht authentisch sondern spielen dem anderen etwas vor was nicht mit unseren echten Gefühlen übereinstimmt. Dies schadet uns selbst und es ist unfair gegenüber dem Mitmenschen. Das was wir fühlen ist das ehrlichste was es gibt in diesem Universum, es ist ein Geschenk Gottes an uns um immer die für uns richtige Wahl zu treffen in allen Belangen. Um diese Wahl unseren Mitmenschen mitteilen zu können, gab uns Gott das Wort und er vertraute darauf, dass wir dies ehrlich und mit Respekt benutzen. Nehmen wir uns doch alle zu Herzen in Zukunft darauf zu achten.

Stephanie Kaschak
Heilpraktikerin / Psychotherapie