

Sprachen der Liebe

1. Lob und Anerkennung

Ziel: Mehr loben, ermutigen und einander anerkennen.

EINLEITUNG

- I. Eine Möglichkeit, Liebe auszudrücken, besteht darin, dass wir **Loben und Ermutigen**.
- A. Um positive Fortschritte zu erzielen, brauchen *wir alle* viel Lob und Anerkennung.
- B. Sprüche 27,2: „*Ein anderer soll dich rühmen, und nicht dein eigener Mund...*“
1. „Eigenruhm stinkt“, sagen wir in der Volkssprache.
 2. Für viele ist das Selbstlob oft das letzte Mittel, weil sie kaum Lob kriegen.
 3. Sie signalisieren, dass sie seelisch nach Lob hungern und dürsten.
 4. Doch wie reagieren *wir* auf Eigenruhm?
 - a) Wir reagieren oft mit Ablehnung, eventuell sogar mit Eifersucht.
 - b) Für die Meisten ist es abstoßend, wenn einer sich selbst loben muss.
 5. Wie wäre es, wenn wir uns überlegen, *wo* und *wie* wir gerade solchen Menschen unaufgefordert Lob und Anerkennung schenken können?
 - a) Aus den Sprüchen 25,11 lernen wir: „*Goldene Äpfel in silbernen Schalen, so ist ein Wort, das zur rechten Zeit gesprochen wird.*“
 - b) Sprüche 12,25: „*Sorge drückt das Herz eines Mannes [einer Frau] nieder, ein gutes Wort aber erfreut es.*“
 - c) Lobende Worte können also Sorgen in neue Lebensfreude verwandeln.
 6. Wenn wir wissen, wie aufstellend ein Lob sein kann, warum loben wir dann z. Bsp. unseren Ehepartner nicht mehr?
- II. Warum reisst bei vielen Ehepartnern der Gesprächsfaden oft ab?
- A. Weil es an Lob und Anerkennung mangelt.
- B. Weil die Schwächen des Andern mit der Zeit wohlbekannt sind und überbetont werden.
- C. Wir neigen dazu, uns gegenseitig Vorwürfe zu machen, statt einander zu loben.
1. Dabei hat jeder Mensch auch Stärken.
 2. Doch die guten Seiten nehmen viele als selbstverständlich.
- D. Sprüche 16,24: „*Freundliche Worte sind wie Honigwaben, süß für die Seele und heilsam für die Glieder.*“
1. Heilsam auch für die Beziehung.
 2. Wie will eine **Frau** behandelt werden? (Eph. 5,25: Liebe, Fürsorge, Dienst)
 3. Wie will ein **Mann** behandelt werden? (Eph. 5,33: Respekt, d. h. Anerkennung)
- E. Wie muss die goldene Regel verstanden werden? (Mt. 7,12)
1. Generell ist dieses Prinzip ein guter Massstab, wie andere Menschen behandelt werden sollen.
 2. Detailliert betrachtet sollte beachtet werden, dass wir Menschen unterschiedlich sind und andere oft nicht dieselbe Behandlung mögen, wie wir (z. B. Spargeln).

HAUPTTEIL

I. Lobende Worte und Kritik

- A. **Matthäus 12,33-37** (alles fängt im Herzen an)
1. Wer seine Zunge züchtigen will, der sollte im Herzen beginnen.
 2. Wer sein Herz durch den Geist Gottes zum Guten verändern lässt, der wird immer mehr Worte des Lobes und der Anerkennung für andere finden.
 3. Nur so können wir einen positiven Einfluss auf andere haben.

4. Sprüche 4,23: „Halte fern von dir die Verkehrtheit des Mundes und meide die Falschheit der Lippen.“
- B. Welchem Problem begegnen wir, wenn wir irgendwelche lobende Worte aussprechen?
 1. Heuchelei, Unehrlichkeit, Übertriebenheit, Selbstzweck, Hass (Spr. 26,25).
 2. Dominanz, Manipulation.
 - a) Wir können jemand mit lobenden Worten unter Druck setzen, indem wir eine gute Tat einfordern:
 - (1) Bsp. „Du hast so starke Oberarme. Sicher ist es für dich eine Kleinigkeit, mir den schweren Müllsack vor das Haus zu stellen.“
 - (2) Bsp. „Du kannst so gut kochen. Darf ich noch einen Teller haben?“
 3. Wir sprechen nicht vom Lob mit Eigennutz, sondern vom selbstlosen Lob, das aus der göttlichen Liebe entspringt!
- C. Unsere Worte haben eine grosse Macht: **Sprüche 18,20-21**
 1. Viele Menschen neigen dazu, zu kritisieren, zu verurteilen und anzuklagen.
 - a) Das führt in jeder Beziehung zu leeren Wasserbrunnen!
 - b) Das ist wie in der Buchhaltung; wenn immer weniger Einnahmen und immer mehr Ausgaben verbucht werden, dann führt das zu roten Zahlen.
 - c) Jesus hat nicht umsonst gelehrt: „*Richtet [verurteilt] nicht, damit ihr nicht gerichtet werdet!*“ (Mt. 7,1)
 2. Die Meisten können mit Kritik schlecht bis sehr schlecht umgehen.
 - a) Sie ist nutzlos für sie, weil sie nicht wissen, wie sie damit umgehen sollen.
 - b) Sie fühlen sich in die Defensive gedrängt, statt darin einen Nutzen zu sehen.
 - c) Was sind die üblichen Reaktionen?
 - (1) Rechtfertigung, eventuell sogar Gegenschlag
 - (2) Verletzter Stolz, gekränktes Selbstwertgefühl usw.
 - d) Doch manchmal ist Kritik angebracht und notwendig.
 3. Welches Modell wird in der heutigen Zeit angewandt, um Verbesserungen anzubringen?
 - a) Wie werden die sogenannten „Qualifikationsgespräche“ in der Geschäftswelt durchgeführt?
 - (1) Der Vorgesetzte erwähnt etwas positives.
 - (2) Der Vorgesetzte kritisiert etwas, um die Möglichkeit zur Verbesserung zu geben.
 - b) Es ist längst bekannt, dass kein Mitarbeiter auf die Dauer nur negative Kritik erträgt!
 - c) Genauso ist es in all unseren anderen Beziehungen!
 - (1) Das Herumnörgeln ist tötend für jede Beziehung (Ehe & Gemeinde).
 - (2) Es fördert das Negative und motiviert nicht zum Guten.
 - (3) Dale Carnegie (Wie man Freunde gewinnt, S. 37) hat gesagt: „Vorwürfe sind wie Brieftauben, sie kehren immer wieder in den eigenen Schlag zurück.“
 - (4) Es ist längst erwiesen, dass sich ein Mensch in positiver Umgebung, wo Lob und Anerkennung kein Tabu ist, zum Guten entwickelt.
 - (5) Ein Ehepaar, das nur noch aneinander herumnörgelt ist abstossend und peinlich.
 4. Die Zunge ist viel gefährlicher als ein kleines Feuer: **Jakobus 3,5.11**
 - a) Ein Brandstifter kann jeweils „nur“ eine bestimmte Region in Brand stecken.
 - b) Eine einzige Zunge kann jedoch über Kontinente springen und ganze Völker zum Krieg gegeneinander aufhetzen.
 5. Was gilt es zu tun, wenn wir glückliche Tage erleben wollen? **1. Pet. 3,10-12**
 - a) Im Umgang mit Menschen dürfen wir nie vergessen, dass wir es nicht mit logischen Wesen zu tun haben, sondern mit Wesen voller Gefühle, Vorurteile, Stolz und Eitelkeit (Carnegie, S. 42).

- b) Kritik ist ein gefährlicher Funke, der im Pulverfass des Stolzes eine Explosion auslösen kann (Spr. 26,20-21).

II. Ermutigungen

- A. Lob ist nur eine Art dem Ehepartner Anerkennung zu geben; aber eine sehr Wichtige.
- B. Ein anderer Dialekt ist die **Ermutigung**.
1. Ermutigung bedeutet dem andern Mut machen.
 2. Sprüche 10,11: „*Eine Quelle des Lebens ist der Mund des Gerechten...*“
 3. Wollen wir Ermutiger sein, oder brauchen wir nicht selbst viel Ermutigung?
 4. Ermutigen kann nur, wer mitfühlt, andere versteht, indem er die Welt mit den Augen des andern sieht! **Spr. 10,32; 12,18**
 5. Wer sich fragt:
 - a) Was ist meinem Ehepartner, Glaubensbruder, Freund usw. wichtig?
 - b) Wie kann ich ihm/ihr meine Liebe und Hochachtung erweisen?
 6. Was ist das Hauptziel aller Ermutigung? – den Menschen näher zu Gott zu führen!
- C. **Epheser 4,29** (kein faules Wort, Liebe baut auf und ermutigt)
1. Welche Gesinnung besitzt jemand, der andere Menschen ermutigt?
 - a) Er liebt seinen Ehepartner, seine Glaubensgeschwister, seine Mitmenschen.
 - b) Er hat Freude daran, andere glücklich zu machen.
 - c) Er ist erfüllt von der Liebe Gottes, die er andern weitergeben möchte.
 - d) Er hat Lust, andere zu motivieren und zu sehen, wie sie sich zum Positiven weiterentwickeln.
 - e) Er besitzt den Geist Gottes, der ihn zum selbstlosen Ermutiger macht.
 - f) Er ist auf andere ausgerichtet und will ein Segen sein (siehe Gemeindelied!).
 - g) Er schätzt den andern höher als sich selbst (Phil. 2,4).
 2. Ermutigung erfordert bedingungslose Liebe und ist sehr wichtig für jede Beziehung, in der Ehe und der Gemeinde.
 - a) Sie fördert die Einheit, die Liebe und die gemeinsame Weiterentwicklung.
 - b) Sie bekämpft wirksam die Eifersucht und die Rivalität.
- D. **Jakobus 1,19.26**: Die Kunst im richtigen Moment schnell oder langsam zu sein (Spr. 18,13; 13,3; 15,1).

III. Anerkennung

- A. Die Liebe ist gütig oder freundlich (1. Kor. 13,5a).
1. Wenn wir unsere Liebe in Worte kleiden wollen, so sollten wir darauf achten, dass sie freundlich klingende Worte sind.
 - a) Auf den Tonfall kommt es an („Der Ton macht die Musik“). (Spr. 26,20-21)
 - b) Derselbe Satz kann, je nach Tonfall, ganz unterschiedlich gemeint sein.
 - (1) Bsp. „Ich liebe dich.“ (=Ausdruck unserer Zuneigung)
 - (2) Bsp. „Ich liebe dich [doch]?“ (=Vorwurfsvoll, aufdrückend, laut)
 2. Liebe ist nicht bloss Sachlichkeit, sondern aufrichtige und ehrliche Anerkennung.
 - a) Das bedeutet, dass der Tonfall freundlich ist.
 - b) Das bedeutet, dass wir zum Ausdruck geben, dass wir den Nächsten schätzen.
 - c) Das bedeutet, dass wir die sieben aufgezählten Punkte (oben) beachten.
- B. **Philippus 4,8** (wenn es irgend ein Lob gibt, dem denkt nach...)
1. Wenn wir wissen, wie aufstellend ein Lob sein kann, warum loben wir dann unseren Ehepartner nicht mehr?
 2. Es gibt immer etwas zu loben, wenn wir anfangen über das Gute nachzudenken!
 3. Es gibt kaum eine Kritik, die ich nicht annehmen kann, wenn sie mit Liebe und Anerkennung angebracht wird.
 4. Wenn wir wissen, wie bedeutsam ein Lob sein kann, warum loben wir dann unseren Ehepartner nicht mehr?
 - a) Ein Grund ist die eigene Zufriedenheit und Dankbarkeit!

- b) Wer in kleinen Dingen dankbar und zufrieden sein kann, der wird auch viele Gründe zum Lob finden.

SCHLUSSTEIL

- I. Gott ist uns allen eine ständige Ermutigung zum Guten!
- A. Er schaut nicht auf unsere Fehler.
 - B. Er lässt uns durch sein Wort ermutigen und liebevoll anleiten zum Guten.
 - C. Sein Wort ist schärfer als jedes zweischneidige Schwert (Heb. 4,12).
- II. Liebe und Lob kann man nicht befehlen, sondern nur motivierend vorleben.
- A. Eine positive Atmosphäre kann sehr ansteckend sein, darf aber nicht erzwungen werden.
 - 1. Manchmal ist es notwendig, dass jemand sich seine frustrierenden Gedanken bei uns von der Seele reden kann und wir aufmerksam zuhören und Verständnis zeigen.
 - 2. Das Leben ist nicht bloss Lob und Halleluja!
 - B. Auf der andern Seite wäre vieles im Leben einfacher, wenn wir einander mehr Anerkennung, Lob und Ermutigungen geben.
 - 1. Römer 15,7: „*Darum nehmt einander an, wie auch Christus euch angenommen hat, zur Ehre Gottes.*“
 - 2. Sachlichkeit muss nicht unbedingt Liebe sein.
 - 3. Wer immer nur sachlich sein muss, weil er sich keinen Fehler erlauben darf, der lebt mit der Zeit ein verkrampftes Christentum.
- III. Was empfinden wir, wenn wir von andern Komplimente erhalten?
- A. Welche Art von Lob macht uns besonders Freude?
 - 1. Lob von Herzen
 - 2. Lob, das Wertgefühl vermittelt
 - 3. Lob tut gut, wenn man sich unsicher fühlt
 - B. Welche Reaktionen haben wir festgestellt, als wir andern ein Lob aussprachen?