

Lästern belastet

Schluss mit dem Spass auf Kosten anderer



Lästern bleibt nie unbemerkt.

Quelle: Envato / YuriArcursPeopleimages

Es ist so leicht, über andere zu lästern. Aber im Vergleich zu dem, was Worte anrichten können, steht das Vergnügen in keinem Verhältnis. Und auch wenn viele glauben, dass Lästern zusammenschweisst, passiert in Wahrheit genau das Gegenteil.

Lästern ist gesellschaftsfähig und gleichzeitig so zerstörerisch. Schon das Wort «Lästern» entlarvt den eigentlichen Kern dieser Angewohnheit. Es kommt von dem Wort «Laster», also eine schlechte Gewohnheit, die zu Lasten anderer fällt.

Warum Lästern leicht fällt

Jeder Mensch hat Macken und Eigenheiten. Man kann sich quasi über jeden lustig machen und alle – bis auf das Opfer – können mit einstimmen. Wer wilde Geschichten über andere erzählen kann, lenkt von seinen eigenen Schwächen ab und stellt sich selbst besser dar.

Doch Worte können verletzen und zerstören. Lästern grenzt andere aus und macht sie nieder. Mit welchem Recht erlaube ich mir, andere zu mobben, klein zu machen und auf ihre Kosten Witze zu machen? Machen Sie sich bewusst, wie negativ Lästern ist und entscheiden Sie sich gegen diese destruktive Angewohnheit.

Wie Lästereien verstummen

Wenn jemand mit dem neuesten Tratsch auf Sie zukommt, zeigen Sie sich uninteressiert. Wechseln Sie das Thema. Wenn das nicht klappt, dann sprechen Sie es direkt an: «Ehrlich gesagt, ich möchte nicht über Leute reden, die nicht dabei sind.»

Wenn Sie mutig sind, versuchen Sie das Gespräch zu drehen und eine positive Eigenschaft des Opfers zum Thema zu machen: «Ich finde XY ist immer sehr freundlich und hilfsbereit.»

Gerüchte wieder loswerden

Erst wirkt es schmeichelhaft, eingeweiht zu werden, aber es kann einen auch belasten. Oft sind Details so verwirrend, dass man nicht mehr aufhören kann, darüber nachzudenken und eigentlich gern mit jemand anderem darüber reden möchte.

Wenn Sie merken, dass das Gespräch in eine ungute Richtung geht, dann beenden Sie es so schnell wie möglich. Versuchen Sie sich dann mit anderen Menschen über neue Themen zu unterhalten, damit das brisante Gerücht mit anderen Eindrücken überlagert wird.

Wenn es Sie doch nicht loslässt, sagen Sie es Gott: «Vater im Himmel, ich gebe dir alles, was gesagt wurde. Bei dir ist es gut aufgehoben, denn du weißt, ob es wahr ist oder nicht. Du machst alles gut. Ich vertraue mich deiner guten Führung an.»

Sich für das Gute entscheiden

Beissen Sie sich auf die Zunge, wenn zynischer Spott oder negatives Gerede aus Ihnen herausbrechen will. Sie selbst können entscheiden, ob Sie Müll oder Segen über andere aussprechen wollen.

Prüfen Sie für sich: Ist Ihr Opfer wirklich eine hoffnungslose Null? Oder ist es ein Mensch, den Gott genau so liebt, wie er Sie liebt?

Gott ist uns und unseren Schwächen gegenüber so gnädig. Sein Urteil über uns ist sanft, voll Liebe und Erbarmen. Entscheiden auch Sie sich für das Gute, es wird Ihr Umfeld verändern.

Bei diesen Artikel handelt es sich um eine Neuauflage. Er erschien bereits am 30.08.2015 bei Jesus.ch.

Zum Thema:

[Den Glauben entdecken](#)

[Ist die Kirche das Problem?: Gott und sein Bodenpersonal](#)

[Wende im Traum: Ein hasserfüllter Atheist findet Frieden](#)

[Bibel im Kino: «Noah» – verboten, kritisiert, aber keineswegs untergegangen](#)

Datum: 23.01.2024

Autor: Miriam Hinrichs

Quelle: Jesus.ch

Tags

[Ratgeber](#)

[Leben als Christ](#)

[Beziehungen](#)