

26.07.2026 um 07:30 Uhr

hr2 MORGENFEIER



Ein Beitrag von

Sebastian Lindner,

Pastoralreferent im Schuldienst, Frankfurt am Main

Gib mir ein hörendes Herz!

Manchmal sitze ich am Schreibtisch und merke, ich bekomme einen Knoten im Kopf: zu viele Gedanken, alles durcheinander. Das ist so ein Moment für eine Mini-Alltags-Meditation, um wieder etwas zur Ruhe zu kommen und die Gedanken zu sortieren. Eine Methode für so eine Mini-Meditation ist ganz einfach: Ich mache die Augen zu und versuche, nur auf die Geräusche um mich herum zu hören.

Straßengeräusche draußen, ein Vogelzwitschern dazwischen, Stimmen im Nebenzimmer, das leise Surren vom Laptop. Ich mag diese Art der Mini-Meditation. Mir geht es danach besser. Ich werde ruhiger. Und ich finde es spannend, was ich alles so hören kann – worauf ich normalerweise gar nicht achte, weil es nur Geräusche im Hintergrund sind.

Das Hören ist überhaupt eine spannende Sache. Menschen mit Tinnitus (ich gehöre auch dazu) kennen das: Wenn ich meine Aufmerksamkeit auf das Geräusch im Ohr fixiere, dann höre ich es laut und deutlich – wenn ich stattdessen auf andere Dinge achte, dann vergesse ich es bald wieder.

Warum ist Hören mehr als nur Geräusche wahrnehmen?

In der Kommunikationstheorie hat „hören“ noch eine andere Bedeutung. Da ist gemeint: Eine Botschaft ist angekommen. Es kann total interessant sein, nach einem etwas anspruchsvolleren Vortrag vor einer Gruppe zu fragen, was die Anwesenden denn nun gehört haben.

Meistens haben die Zuhörerinnen und Zuhörer unterschiedliche Dinge gehört. Je nach

persönlicher Verfassung und Einstellung, je nach Vorkenntnissen oder Vorerfahrung haben die Leute unterschiedliche Botschaften wahrgenommen beziehungsweise unterschiedliche Aspekte verstanden und sich gemerkt. Hören und Verstehen sind nicht dasselbe, sie hängen aber irgendwie auch eng zusammen.

Was bedeutet ein „hörendes Herz“ in der Bibel?

Das Erste Buch der Könige in der Bibel erzählt die Geschichte von König Salomo. Er bittet Gott im Traum um ein „hörendes Herz“ (1 Könige 3,9). Dieses Wort hat es mir angetan. Es ist einerseits überraschend und andererseits doch auch sofort verständlich. Ein hörendes Herz – das bedeutet: Jemand versucht andere ganz zu verstehen, nicht nur intellektuell, analytisch, sondern auch die Gefühle wahrzunehmen, das, was Menschen umtreibt.

Das „hörende Herz“ steht für Zugewandtheit, für Empathie, für Weisheit und Einsicht. Allerdings ist dies nicht unbedingt ein selbstverständlicher Wunsch für einen Herrscher. Auch für König Salomo könnte man sich andere, praktischere Wünsche vorstellen: Reichtum, militärischen Erfolg, gute Handelsbeziehungen zum Beispiel. Und doch bittet er Gott genau das: Schenk mir ein hörendes Herz!

Musik 1: *Georg Friedrich Händel, To Song And Dance (aus dem Oratorium „Samson“ HWV 57)*

Warum bittet König Salomo um Weisheit statt um Macht?

Die Bibel erzählt ausführlich die Geschichte vom Aufstieg des Königs Salomo (vgl. zum Folgenden v.a. 1 Könige 2 und 3). Sein Vater ist David, der wohl bekannteste König in der biblischen Zeit – etwa 1000 Jahre vor Christus. Unter David wird Israel zu einem Großreich im Nahen Osten, auf Augenhöhe mit Ägypten und Babylon. David ist es gelungen, die israelitischen Stämme zu einen, sie alle zu einem geschlossenen Staatswesen zusammenzubringen und dieses neue Großreich gegen die Angriffe der Nachbarn zu sichern.

Salomo ist Davids legitimer Sohn, allerdings nicht der Älteste und auch nicht der Wunsch-Nachfolger der höfischen Gesellschaft. Dennoch kommt er auf ausdrücklichen Wunsch seines Vaters nach dessen Tod auf den Thron. Seinen älteren Bruder sowie mehrere andere politische Gegner lässt er brutal beseitigen. Damit festigt Salomo in kurzer Zeit seine Herrschaft und baut um sich herum einen Apparat von treu ergebenden Priestern und Beamten auf. Salomo heiratet eine Pharaonentochter. Damit stellt er eine familiäre Bindung zum mächtigen Nachbarn Ägypten her. Gleichzeitig beginnt er damit, Jerusalem als Hauptstadt seines Reiches auszubauen. Er plant einen Palast und einen Tempel, und lässt die Stadt mit starken Mauern befestigen.

Dann wandelt sich der machtbewusste, junge König

In diese Zeit fällt eine Erzählung, die den jungen, machtbewussten und politisch aufstrebenden König in einem anderen Licht erscheinen lässt: Während einer Pilgerreise mit mehrtägigen Opferzeremonien erscheint Gott dem Salomo nachts im Traum.

Gott fordert ihn auf: Sprich eine Bitte aus, die ich dir gewähren soll. Und im Traum antwortet Salomo: Herr, ich bin dein Knecht. Du hast mich anstelle meines Vaters David zum König gemacht. Doch ich bin noch sehr jung und weiß nicht ein noch aus. Gib mir ein hörendes Herz, damit ich dein Volk zu regieren verstehe und das Gute vom Bösen unterscheiden kann. Wie sonst könnte ich dieser großen Aufgabe gewachsen sein?

Damit ist der Traum nicht zu ende. Sondern Gott antwortet: Weil du gerade diese Bitte ausgesprochen hast und nicht um langes Leben, Reichtum oder den Tod deiner Feinde, sondern um Einsicht gebeten hast, um das Recht zu hören, werde ich deine Bitte erfüllen. Ich gebe dir ein so weises und verständiges Herz, dass keiner vor dir war und keiner nach dir kommen wird, der dir gleicht. Und Gott verspricht Salomo, ihm auch das zu geben, worum er nicht gebeten hat: Reichtum, Ehre, ein langes Leben. In diesem Augenblick erwacht Salomo und merkt, es war ein Traum. Er bringt weiter seine Opfer dar. Zurück in Jerusalem gibt er ein großes Fest für alle seine Bediensteten. Im nächsten Kapitel erzählt die Bibel die Geschichte vom sprichwörtlich gewordenen Salomonischen Urteil, mit dem der König einen eigentlich nicht auflösbaren Konflikt zwischen zwei Untertaninnen klug und kreativ beendet. Aber das ist eine andere Geschichte.

Musik 2: *Jean-Marie Leclair, Ouverture op.13 No.2, Allegro*

Wie kann ein hörendes Herz im Alltag aussehen?

Ich mag dieses Wort vom „hörenden Herzen“. Es begleitet mich schon lange – vielleicht als so eine Art Idee, wie ich auch gerne sein würde.

Zum Beispiel im Umgang mit meinen Schülerinnen und Schülern im Unterricht oder als Gesprächspartner in seelsorglichen Gesprächen. Ich stelle mir vor: Ich versuche zu hören und zu verstehen, was mein Gegenüber mir von sich erzählt. Ich achte auch auf die Dinge zwischen den Zeilen, auf die Stimmungslage, auf Gefühle, auf Untertöne. Und ich versuche, nicht zu bewerten, sondern zu verstehen und innerlich ein Stück mitzugehen. Ich bin neugierig darauf, was einen Menschen bewegt und antreibt – welche Wünsche und Bedürfnisse er oder sie hat, was ihn belastet oder blockiert. Und ich versuche, meine Gedanken und Wahrnehmungen anzubieten, als Spiegel, als Frage, vielleicht als Idee für einen nächsten Schritt.

Wenn ich versuche, mit dem Herzen anderen zuzuhören, dann merke ich schnell: In mir geht ja auch etwas vor. Ich habe meine eigenen Themen, meine Hoffnungen und Ängste, meine Ideen und meine Begrenzungen. Mit dem Herzen hören – das heißt anderen zuzuhören, aber auch mir selbst zuzuhören. Auch mich selbst wahrzunehmen und in mich hineinzuhören. Ich versuche, mit

Einfühlungsvermögen auch mich selbst zu verstehen. Warum reagiere ich so, wie ich es tue? Warum fallen mir bestimmte Dinge leicht – und bei anderen bin ich immer unsicher und nicht zufrieden mit mir?

Gottes leise Stimme mit dem Herzen hören

Ich glaube: Empathie, Einfühlungsvermögen hat immer zwei Richtungen – zu mir selbst hin und zum Gegenüber hin. Und darüber hinaus gibt es sogar noch eine dritte Richtung des Hörens: das Hören auf Gott. Das ist vielleicht am schwersten zu greifen. Es geht natürlich nicht um eine Stimme, die plötzlich vom Himmel herunterruft. Eher im Gegenteil: Gottes Stimme kommt mir manchmal ganz leise aus einer alltäglichen Situation heraus entgegen. Und sie lässt sich tatsächlich nicht mit den Ohren, sondern ausschließlich mit dem Herzen hören. Es ist eine leise Stimme, die in der Situation etwas anderes sagt, als alles, was schon gesagt ist: eine Zuversicht in einer ausweglosen Situation, eine innere Sicherheit angesichts einer schwierigen Entscheidung, ein Zuspruch: Du und ich - wir sind angenommen, so wie wir sind, wir müssen uns das nicht erst verdienen. Gottes Sympathie ist uns sicher.

Das hörende Herz ist für mich sozusagen in drei Richtungen aufgeschlossen: Es hört nach innen, es hört dem Anderen zu, und es hört auf Gottes Stimme. Es versucht zu verstehen. Es bemüht sich um Einsicht. Das hörende Herz hat Zeit. Es kann auch mal länger eine Frage offenlassen. Es kann auch erkennen, dass es noch nicht verstanden hat, aber gerne verstehen würde.

Musik 3: *Felix Mendelssohn Bartholdy, Denn er hat seinen Engeln befohlen (aus dem Oratorium „Elias“ op.70 MWV A 25)*

Warum brauchen wir heute mehr hörende Herzen?

Wenn ich mich umschaue, habe ich den Eindruck: Es ist nicht gerade eine Zeit der Hochkonjunktur für „hörende Herzen“. Sie sind zu langsam, zu uneffizient, zu wenig durchsetzungsstark. Die meisten Talk-Shows, die ich im Fernsehen sehe, leben von markigen Statements. Da geht es nicht darum zu verstehen, wie jemand zu seiner Sicht auf die Dinge kommt, warum jemandem ein bestimmter Punkt besonders wichtig ist – es geht darum, sich selbst darzustellen, möglichst viel Redezeit zu haben, die eigene Position möglichst überzeugend zu behaupten und die Position der Gegenseite wirkungsvoll zu demontieren.

Die weltpolitische Großwetterlage geht auch gerade eher dahin, dass sich der Stärkere durchsetzt und nicht etwa der Klügere, der auf Vermittlung und auf Kompromisse aus ist. Kooperation setzt immer voraus, dass man auch die Anliegen der anderen ernstnimmt. Kooperation erfordert die Bereitschaft, die anderen mit ihren Interessen gelten zu lassen. Dazu braucht es Zeit und Mühe, um zu verstehen und aufeinander zuzugehen. Eigentlich ist es vollkommen klar, dass dieser Weg trotzdem viel mehr bringt. Aber je komplexer die Welt wird, desto mehr scheinen sich viele Leute

nach starken Anführern zu sehnen, die mit einfachen Lösungen alles regeln wollen.

Mehr hörende Herzen, weniger geballte Fäuste

Wie gut, denke ich, wäre es angesichts der großen und kleinen Herausforderungen, wenn wir uns alle die Bitte von König Salomo mehr zu eigen machen würden: Gib mir ein hörendes Herz! Wie könnte unsere Welt aussehen, wenn nicht geballte Fäuste, sondern hörende Herzen den Takt angeben würden?

Allerdings: Auch König Salomo erwachte und musste feststellen: Das Gespräch mit Gott und seine Bitte um ein hörendes Herz war nur ein Traum. Die Bibel rühmt zwar Salomos Weisheit und menschliche Größe, zeigt ihn aber dennoch als einen Regenten mit Höhen und Tiefen. In seinen späten Jahren wird er sogar untreu gegenüber dem Eid, den er Gott geschworen hat, und er fällt in Ungnade. Auch das gehört zur Geschichte dazu. Die Bibel erzählt auch die Geschichten ihrer Helden sehr realistisch mit all den Widersprüchen und Ungereimtheiten, die zum Menschsein dazu gehören.

Doch das erscheint mir wichtig: Auch wenn die Bitte um ein hörendes Herz nur ein Traum ist, entfaltet dieser Traum doch eine erstaunliche Wirkung. Vielleicht kann es kein Mensch schaffen, immer gut mit dem Herzen zu hören. Vielleicht liegt es nur begrenzt in unserer Natur, anderen und uns selbst so zu begegnen. Vielleicht haben die Schreihälse immer und zu allen Zeiten den Vorteil der Lautstärke auf ihrer Seite. Von etwas anderem zu träumen, ist aber allemal möglich und auch heilsam. Ich selbst versuche deshalb, mir Salomos im Traum ausgesprochene Bitte immer wieder persönlich zu eigen zu machen: Herr, gib mir ein hörendes Herz!

Musik 4: *Georg Friedrich Händel, Concerto grosso A-Dur op. 6/11, Allegro*