

22.09.2025 um 17:45 Uhr

hr4 ÜBRIGENS



Ein Beitrag von

Ksenija Auksutat,

Evangelische Pfarrerin, Stuttgart

Freundliche Worte sind süß wie Honig

Ich liebe Honig. Und zwar am liebsten den flüssigen. Wenn ich das Brot mit Butter bestrichen habe, lasse ich den Honig vom Löffel in kleinen Kreisen darauf fließen, bis mein Brot vom Honig golden glänzt.

Süßer Honig und warme Worte tun dem Körper gut

Honig ist süß und lecker. Aber Honig ist auch gesund. Ich verwende ihn als Hausmittel bei Husten oder Erkältung. Denn ich habe gelernt, dass seine Inhaltsstoffe Entzündungen hemmen. Das wussten die Menschen schon seit sehr langer Zeit. Darum taucht der Honig auch in der Bibel immer wieder auf. Da heißt es: "Angenehme Reden sind wie flüssiger Honig, süß für den Gaumen und gesund für den Körper." (Sprüche 16,24) Die Bibel bringt's hier auf den Punkt: "So wie Honig dem Körper gut tut, tun warme Worte der Seele gut." Wie Honig lassen freundliche Worte mich gestärkt und erfreut durch den Tag gehen.

Was gibt mir und meinem Gegenüber Energie?

Dafür braucht es ein wenig Aufmerksamkeit. Etwa für eine freundliche Begrüßung am Gartenzaun. Den Dank für eine Hilfe. Oder auch mal eine Kritik, die respektvoll geäußert wird. Das ist wie Honig fürs Leben. Das tut gut. Ich bekomme neue Energie. Und bekomme einen genussvollen, süßen Moment geschenkt. Beides stärkt mich. Mit etwas Honig wird der Tag ein bisschen besser. So ist es auch mit guten Worten. Das tut meinem Gegenüber gut - und mir selbst.