

037a Gesellschaftlich akzeptierte Lügen

Bibeltext Revidierte **Elberfelder Bibel** (Rev. 26) © 1985/1991/2008 SCM R. Brockhaus im SCM-Verlag GmbH & Co. KG, Witten | Bibeltext der **Neuen Genfer Übersetzung** – Neues Testament und Psalmen Copyright © 2011 Genfer Bibelgesellschaft

Thema der Woche

Gesellschaftlich akzeptierte Lügen entlarven und bewerten.

Vorstellung

Theologie, die dich im Glauben wachsen lässt. Nachfolge praktisch. Dein geistlicher Impuls für den Tag. Mein Name ist Jürgen Fischer und heute geht es um dein Herz.

Thema heute

Vor einigen Wochen hatten wir uns mit gesellschaftlich akzeptierten Lügen beschäftigt. Lügen, die wir immer wieder hören und die unsere Umwelt so sehr prägen, dass sie häufig gar nicht mehr als Unwahrheiten wahrgenommen werden. Diese Woche wollen wir damit weitermachen und uns zuerst ein wenig mit dem Thema Gefühle beschäftigen. Lasst mich aber zuerst noch einmal rekapitulieren, worüber wir schon kurz gesprochen haben. Der Mensch, der sich nicht von Autorität leiten lassen will und schon gar nicht von Gott wendet sich zuerst dem Naturalismus zu. Wissen kann man nur, was man auch anfassen und messen kann. Man erwartete von der Wissenschaft, dass sie in der Lage wäre auf alle Aspekte des Lebens eine sinnvolle Antwort zu geben. Aber genau das geschah nicht. Stattdessen erlebte die Welt nie dagewesene Kriege und Grausamkeit. Ihr Gott, die Wissenschaft, hatte sich als zweischneidiges Schwert herausgestellt, das es ihren Anbetern genau so erlaubte Bakterien mit Antibiotika zu bekämpfen wie Menschen mit Zyklon B. Und damit schwang das Pendel zurück. Plötzlich stand ein radikaler Skeptizismus im Raum. So nach dem Motto: „Wenn man nicht alles wissen kann, dann müssen wir halt damit leben, dass wir gar nichts wissen können!“ Wo die Moderne sich jeder Form von Autorität und göttlicher Offenbarung entledigt hatte, kam die Postmoderne zu dem Schluss, dass die menschliche Vernunft nicht in der Lage sei, Wahrheit zu erkennen. Alle Wahrheit ist subjektiv! Ein Produkt unserer eigenen Vorstellungen und Auffassungen. Und natürlich ganz maßgeblich geprägt von der Kultur, in der wir leben. Aber jetzt stand der Zeitgeist im Bild gesprochen vor einem Problem. Der Mensch braucht etwa, woran er Wahrheit festmacht, immerhin muss auch der postpostmoderne Mensch Entscheidungen treffen, die ihm logisch erscheinen. Und er hat eine Idee. Gefühle. Gefühle sind die Lösung. Wo Tradition, Gott, Wissenschaft und

Nachdenken wegfallen, bleibt als Orientierung im Leben das Gefühl. Und so kommen wir zu nächsten Lüge.

Lüge Nr. 6. Folge deinem Herzen. Es wird dich nie in die Irre führen!

Wie schräg und offensichtlich falsch diese Behauptung ist, kann jeder erkennen, der mal eine Internet-Bilder-Suche zu dem Stichwort „regrettable tattoos“ (zu Deutsch: bedauerliche Tattoos) durchführt oder sich einfach an Pärchen erinnert, deren Hochzeit man besucht hat, die mal total ineinander verknallt waren und heute nur noch Verachtung füreinander empfinden. Folge deinem Herzen... kein guter Rat. Auch wenn wir ihn immer wieder hören. Wer das tut, der verwechselt Gefühle mit Fakten. Aber genau das sind sie nicht. Gefühle sind Gefühle. Und es ist fatal, wenn wir unsere Lebensentscheidungen auf etwas bauen, das von Dingen wie dem Zuckerspiegel, der Regelblutung, einem strengen Blick der Chefin, einer schlechten Mathenote oder dem Morgenkaffee abhängig ist. Wer das tut ist in meinen Augen einfach verrückt.

Und um das auch zu sagen. Gefühle sind etwas Gutes. Sie sind Gott gegeben. Sie sind in der Lage uns mit Realitäten zu konfrontieren, die unserem Weltbild unbekannt sind. So ist das, wenn ein Atheist im Angesicht der Milchstraße plötzlich so etwas wie Ehrfurcht empfindet oder sich beim Lesen von „Herr der Ringe“ danach sehnt, das Leben eines Abenteurers zu führen, der für das Gute eintritt, obwohl er doch gar nicht an DAS Gute glaubt!

Wie gesagt Gefühle sind wertvoll, aber sie sind leider nicht automatisch wahr. Wenn man von den Folgen eines Traumas mal absieht, dann kann man meistens nämlich fühlen, was man fühlen will. Und das ist eine gute Nachricht! Jeder kann seine Gefühle tatsächlich in einem gewissen Maß kontrollieren. Ich sage *in einem gewissen Maß*, weil es natürlich Gefühle wie Angst oder Trauer gibt, die einen erst einmal überkommen, aber daneben gibt es viele Momente, wo wir Gefühle erfahren, die wir sofort ganz einfach kontrollieren können. Und zwar mit unseren Gedanken. Ich fühle nämlich, was ich denke.

Ein Beispiel dazu: Stell dir vor, dir nimmt jemand die Vorfahrt. Es kommt zu einem Zusammenstoß. Blechschaden. Was fühlst du? Und die Antwort ist: Du fühlst, was du willst. Genau genommen. Du fühlst je nachdem, wie du die Situation beurteilst. Es ist deine Beurteilung des Geschehens, das über dein Gefühl entscheidet. Du kannst zornig und frustriert aussteigen und dein Gegenüber zur Schnecke machen, weil du den Schaden siehst, oder du kannst erleichtert und ruhig aussteigen, weil du sofort siehst, dass niemand verletzt wurde und es tatsächlich nur ein Blechschaden ist. Und was ist schon Blech! Vielleicht hat sogar Gott die Begegnung mit dem anderen Fahrer vorbereitet... schauen wir mal?

Wenn also jemand kommt und behauptet: Ich kann meine Gefühle nicht kontrollieren. Dann kann ich nur sagen falsch. Und irgendwie habe ich den Eindruck, dass jede zivilisierte Gesellschaft genau das von den Erwachsenen erwartet und hoffentlich bereit ist, ihren Kindern beizubringen.

Und auch falsch ist die Behauptung, dass negative Gefühle immer schädlich seien. Warum das denn? Sie sind einfach ein Teil des Lebens! Wir müssen wohl nur lernen, damit umzugehen. Und dazu ist es nötig, dass wir unsere Gefühle nicht mit der Wahrheit verwechseln. Gefühle spiegeln nur manchmal die Realität und damit die Wahrheit wider. Mein Tipp – und dazu kann dieser Podcast nur ein Anstoß sein – beschäftige dich mit Gefühlen. Es lohnt sich! Und fall nicht auf die Lüge herein, dass wahr ist, was du fühlst. Geh lieber erst einmal vom Gegenteil aus, nimm dein Gefühl und betrachte es wie eine Spinne in einer Becherlupe. Überlege, was du fühlst. Benenne das Gefühl. Und Achtung es gibt leider auch unechte Gefühle, dann nämlich wenn wir eine Vermutung zum Ausdruck bringen und denken, es wäre ein Gefühl. Wer sagt: „Ich fühle mich betrogen!“ sagt nichts über das, was er fühlt. Also lerne, deine Gefühle zu beschreiben, überlege, warum du fühlst, was du fühlst. Welches Bedürfnis wurde gerade erfüllt oder nicht erfüllt? Und dann der Clou. Wie steht dieses Bedürfnis zu Gottes Wort? Wenn Gottes Wort ultimative Realität beschreibt, dann ist das sogar die eigentliche Frage! Ich sage das so ausführlich, weil Gefühle, die wir nicht kontrollieren und am Wort Gottes ausrichten zu Tyrannen werden, die unser Leben zerstören. Wenn wir Gefühle für Wahrheit halten, werden wir unfähig, vernünftige Entscheidungen zu treffen. Und um das auch noch abschließend zu sagen: Nein, andere Menschen sind nicht dafür verantwortlich, immer und überall auf meine Gefühle Rücksicht zu nehmen. Sie sollten nicht auf ihnen herumtrampeln, aber es wird nicht gelingen, ein Leben zu führen, in dem ich nicht auch ab und zu schlechte Gefühle habe. Eine gewisses Maß an Dickhäutigkeit gehört wohl zum Leben in einer nichtigen Welt dazu. Und deshalb lasst mich abschließen mit Psalm 43,5.

Psalm 43,5: Was bist du so aufgelöst, meine Seele, und was stöhnst du in mir? Harre auf Gott, denn ich werde ihn noch preisen, das Heil meines Angesichts und meinen Gott.

Ich mag diesen Vers. Mit meinen Worten. „Kopf an Bauch, hör mal her! Jetzt ist Schluss mit Aufgelöst-Sein und Rum-Stöhnen, richte dich gefälligst auf Gott aus!“ Hier sieht man schön, wie der Intellekt die Gefühle in die Schranken weist, weil die ein Eigenleben entwickeln, das nicht der Realität entspricht. Und diese Art von weisen Umgang mit den eigenen Gefühlen, sollten wir uns alle angewöhnen.

Anwendung

Was könntest du jetzt tun?

Du könntest dir überlegen, wo du in der Gesellschaft erlebst, dass Gefühle Realität formen und nicht umgekehrt.

Das war es für heute.

Ein Tipp: Ein guter Einstieg ins Thema Gefühle ist der GFK-Navigator für Gefühle, Emotionen und Stimmungen.

<https://www.amazon.de/GFK-Navigator-Emotionen-Stimmungen-Gef%C3%BChle-benennen/dp/B01GQLVIMA>

Der Herr segne dich. Erfahre seine Gnade und lebe in seinem Frieden.

AMEN