

flussen lassen. Sie wissen, dass das, was sie auf der Erde tun, aus einer anderen, nämlich der ewigen Perspektive betrachtet werden muss. Und so relativiert sich die Bedeutung von so manchem. Nehmen Christen persönlich ihren von Gott gegebenen Auftrag ernst, werden sie sich auch im Bereich Bildung verantwortungsvoll einsetzen. Dazu gehört, dass sie ihre Fähigkeiten nicht vernachlässigen, sich so informieren, dass sie anderen fundiert und qualifiziert antworten können, ihren Kindern eine angemessene Bildung zu verschaffen versuchen usw. Für Christen definiert sich auch „Wissen“ anders als bei PISA. Ihre Bildung sollte sicherlich nicht von weltlichen Nutzbarkeitsmaßstäben und der

Anpassung an ökonomisches Denken gekennzeichnet sein. Nützlich im Zusammenhang mit Bildung können sie sich aber fast überall machen: in der Elternarbeit an einer christlichen oder staatlichen Schule (auch hier gibt es viel Gestaltungsspielraum, der positiv genutzt werden sollte), in Form von Jugendarbeit, Nachhilfe, Lehramtsstudium usw. Die Perspektive, die auf biblischen Aussagen, Werten und Normen basiert, sollte uns auch vor überzogenen Ansprüchen an uns und andere bewahren – unabhängig davon, ob man selbst bei der PISA-Studie gut oder schlecht abschnitten würde.

Jochen Klein

## Meine Verantwortung für meine Gefühle

Die Überschrift dieses Beitrags stellt zwischen zwei Begriffen eine gedankliche Verbindung her, die so selbstverständlich nicht ist. Der erste Begriff, der der Verantwortung, gehört in Lebensbereiche, die mit dem bewussten *Handeln* des Menschen zu tun haben. Dieses Handeln kann richtig oder falsch, kurzfristig oder vorausschauend, gut oder böse sein. Es wird also von mir selbst oder anderen Menschen *bewertet*.

Ich stehe als Handelnder unter der *Beurteilung* meiner Mitmenschen. Sie werden mich vielleicht fragen: Warum hast du das getan? Warum hast du es *auf diese Weise* getan? Warum hast du es *überhaupt* getan, warum nicht das *Gegenteil*? Hättest du es nicht besser *gelassen*? Wenn ich mich bei diesen Fragen persönlich angegriffen fühle – was verständlich ist –, macht das deutlich, dass die Taten auf mich als ihren Urheber zurückweisen. Sie sind ein Stück meiner selbst. Ich habe also für die Folgen einzustehen, mich

zu *verantworten*. Wenn unser Thema nun von der „Verantwortung für meine Gefühle“ spricht, bedeutet dies, dass Gefühle in etwa wie Taten angesehen und *bewertet* werden müssen.

Doch stimmt das denn überhaupt? Sind meine Gefühle Früchte meines Willens, oder kommen sie nicht einfach in mir hoch, ohne dass ich das will, ohne mein Zutun? Ist das Zweite richtig, haben meine Gefühle etwas Schicksalartiges für mich. Ich wäre eher ihr *Opfer* und hätte dann logischerweise keine Verantwortung. Ich

wäre als Mensch moralisch von allem entbunden, was in Gestalt von Gefühlen über mich kommt.

Gegen diese Schlussfolgerung sträuben wir uns aber auch mit Recht, denn unsere Erfahrung lehrt anderes. Zu viel Ungutes in der Welt, in der Geschichte von Familien und in unserer persönlichen Geschichte ist mit Gefühlen *ursächlich* verbunden. Oft schämen wir uns ein Leben lang für Taten, die durch Gefühle eingeleitet wurden.

In unserer Gegend wurde einmal in einer kalten Winternacht ein junger Mann überfallen, ausgezogen und an einen Baum gebunden. Er starb. Im Prozess stellte sich heraus, dass in der fraglichen Nacht ein Ehepaar den Mann vom Auto aus gesehen hatte, aber vorbeigefahren war. Sie hatten *Angst gefühlt*, waren nicht ausgestiegen, um zu helfen. Sie hatten aber auch nicht die Polizei benachrichtigt, weil sie *Scham gefühlt hatten* und ihr moralisches Versagen nicht eingestehen wollten. Sie hatten sich von ihren Gefühlen leiten lassen und waren doppelt schuldig geworden. Sie wurden vom Gericht dafür zur *Verantwortung* gezogen.

Die Bibel erzählt sehr viele Geschichten von Menschen, deren Taten durch Gefühle angeregt wurden. Die Schlange griff Eva ganz eindeutig auf der Gefühlsebene an. Ähnlich war es bei Kain, Mose und anderen Berühmtheiten der Bibel bis hinein ins Neue Testament, man denke nur an Petrus. Wir wollen aber auch die positiven Beispiele nicht vergessen. Der barmherzige Samariter kümmerte sich um den Überfallenen, weil er *innerlich bewegt* war. Auch vom Herrn Jesus selbst sagt die Bibel oft, dass er aus innerer Bewegung heraus handelte, z. B. bei der Witwe zu Nain (Lk 7,13).

Gefühle und Taten hängen also irgendwie miteinander zusammen, auch in einem ursächlichen Sinne. Doch ist uns ebenso klar, dass wir für unsere Gefühle oft nichts können. Sie stellen sich auf einmal in unserem Innern ein. Gute oder weniger gute Anlässe haben sie in uns erregt. Sie übermannen, vergewaltigen uns manchmal geradezu, sodass wir oft wünschen, andere zu haben. Man denke nur an die vielen Menschen um uns herum, die von Depressionen geplagt werden.

### **Stimmungen, Gefühle, Affekte**

Mit den Gefühlen und unserer Verantwortung für sie ist es also keine so einfache Sache. Um unserem Thema näher zu kommen, greifen wir eine Unterscheidung auf, die die Menschen schon sehr früh gemacht haben, nämlich die zwischen Stimmung, Gefühl und Affekt.

Wir wissen intuitiv, was eine *Stimmung* ist, nämlich so etwas wie eine innerliche Atmosphäre, eine seelische Wetterlage. Diese Lage kann von *Gespanntheit* oder *Schwäche* bestimmt sein, von *Wohlbehagen* oder *freudiger Erwartung* oder anderem. Werden wir von äußeren Ereignissen angestoßen, können sich *Gefühle* herausbilden. Wir *freuen* uns zum Beispiel auf die Begegnung mit einer Person oder *befürchten* sie, je nach Stimmungslage.

An dieser Stelle kommt auch unser Charakter mit seinen Erfahrungen, Erinnerungen und Wertungen ins Spiel. Wir beschließen zum Beispiel, einem Menschen, der uns geärgert hat, bei nächster Gelegenheit einmal tüchtig Bescheid zu sagen. Die Gelegenheit ergibt sich tatsächlich, unsere Gefühle steigern sich, und im *Affekt* lassen wir uns vielleicht zu Aussagen und Taten

hinreißen, die wir hinterher zutiefst bedauern müssen.

Das wäre dann die dritte, stärkste Ausbildung eines Gefühls in uns. Unsere Willenskontrolle ist dann eingeschränkt, weil wir emotional an die Situation gefesselt sind. Wir nehmen nichts anderes mehr wahr als nur diesen kleinen Ausschnitt unserer Wirklichkeit. Wir befinden uns in einer Situation, wo wir von unseren Gefühlen beherrscht werden.

Die drei Gefühlslagen „Stimmung, Gefühl, Affekt“ sind, wenn wir sie so voneinander scheiden, durch zweierteil gekennzeichnet. In der Regel unterscheiden sie sich durch die Stärke ihrer Empfindung. Die Stimmung ist die schwächste, der Affekt der stärkste Gemütszustand. Im Zustand der Stimmung ist der Mensch weitgehend noch Herr seiner selbst, im Affekt hat er meist die Kontrolle über sich selbst verloren. Andererseits kommen Stimmungen über uns wie Wetterlagen, wir können es kaum verhindern, sie stellen sich ein, sind manchmal unvermittelt, mitten in der Nacht da, und sie gehen auch manchmal wieder, wie sie gekommen sind. In Bezug auf Affekte erwarten wir dagegen, dass es eigentlich gar nicht zu ihnen kommt. Der Verantwortung für unser Tun können wir uns ohnehin nicht entziehen. Es wird aber auch deutlich, dass wir auch nicht von der Verantwortung für das entbunden sind, was unserem Handeln vorausgeht, für unsere Gefühle, ohne die das Handeln ja nicht zustande gekommen wäre.

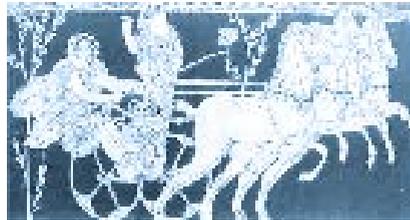
## Die Zwiespältigkeit der Gefühle

Gefühle besetzen in unserem Seelenhaushalt augenscheinlich eine kritische Stelle. Einerseits stehen wir ihnen machtlos gegenüber, sie kommen

über uns, wir erleiden sie, andererseits drängen sie danach, die „Befehlszentrale“ unseres Ichs zu besetzen. Gelingt ihnen das, „gehen die Pferde mit uns durch.“

Halten wir also fest: Unsere Gefühle sind einfach da. Sie gehören zu uns wie Verstand und Wille, weil wir von Gott auch mit Gefühlen geschaffen wurden. Wie der übrige Mensch unter die Sünde gefallen ist, so aber auch die Gefühle. Sie ziehen uns manchmal hierhin, manchmal dorthin.

Für diese Zwiespältigkeit hat man im alten Griechenland schon sehr früh ein sprechendes Bild gefunden, das des Wagenlenkers. Er steht auf seinem zweirädrigen Gefährt, die Zügel in der Hand, vor ihm zwei Rosse. Sie ziehen den Wagen. Aufgabe des Lenkers ist es, den Wagen auf der Bahn zu halten bzw. den Pferden über die Zügel den Weg vorzugeben. Er bestimmt den Kurs, nicht die Pferde; die ziehen den Wagen. Die Zügel muss der Lenker in der Hand halten, sonst laufen die Pferde nicht, wie der Lenker es will.



Daraus können wir ableiten: Es muss etwas in uns sein, eine Instanz, die buchstäblich die Zügel in die Hand nimmt, und das können nicht die Gefühle selbst sein. Das ist beim Menschen, so wie er als Geschöpf Gottes existiert, zweifellos das Gewissen.

Bei dem Menschen, der durch Jesus Christus in eine Lebensbeziehung mit Gott gekommen ist, steht diese Instanz des Gewissens unter einer bis

dahin nicht vorhanden gewesenem neuen Leitung, nämlich der des Heiligen Geistes. Wir lesen in Röm 8,14: „Denn so viele durch den Geist Gottes geleitet werden, diese sind Söhne Gottes.“ Dieser grundlegende Vers bezieht sich natürlich nicht nur auf unsere Gefühle, sondern auf den ganzen Menschen, also unser Denken, Wollen und unsere Gefühle (vgl. dazu 2Kor 10,5).

### Positive und negative Gefühle

Die Stelle aus dem Römerbrief ist für uns eine Schlüsselstelle. Von hier aus lassen sich viele Ermahnungen in der Schrift verstehen, die uns auffordern, mit unseren Gefühlen verantwortlich umzugehen. Einfache Antworten in der Art, dass Gefühle prinzipiell heilig zu sprechen oder zu verdammen sind, bekommen wir allerdings nicht.

Es gibt zum Ersten „Erregungszustände der menschlichen Seele“, an denen nichts Gutes zu entdecken ist. Dagegen bezieht die Schrift klar Stellung. Kol 3,8 sagt: „Jetzt aber legt auch ihr das alles ab: Zorn, Wut, Bosheit ...“ In Gal 5,19f. heißt es: „Offenbar aber sind die Werke des Fleisches, welche sind: ... Feindschaft, Hader, Eifersucht, Zorn, Zank, ... Neid ...“ Hier lautet die Weisung Gottes an uns, Gefühle abzulegen. Sie gehören auf den Müllhaufen, nicht in den Hausrat des Christen.

Zum Zweiten fordert die Bibel uns auf, bestimmte Gefühle zu kultivieren, zu pflegen und wachsen zu lassen. So lesen wir in 1Thess 5,16 den berühmten Satz: „Freut euch allezeit“. Das ist eine unzweideutige Aufforderung, positive Gefühle zu entwickeln. Freude ist ein Seelenzustand, der sich in der Regel nicht in Taten manifestiert. Ähnlich verhält es sich mit der Dankbarkeit und dem inneren Frieden. Kol

3,15 sagt uns: „Und der Friede des Christus regiere in euren Herzen, ... und seid dankbar.“ Noch ein drittes Gefühl möchte ich hier anführen. Es hat schon mehr den Charakter einer Seelenhaltung. Leider ist es bei Christen oft nicht zu finden. Es ist die *Nüchternheit*. Sie ist ein Gefühl, doch erschöpft sie sich nicht darin, sondern befasst sich mit der Steuerung unseres Verhaltens.

Solche „positiven Seelenzustände“, wie ich einmal sagen möchte, werden auch als *Tugenden* bezeichnet, wodurch die *Verbundenheit mit unserem Reden und Tun* klar ans Licht tritt. Die verschiedenen Seiten unseres Innern stehen ja nicht isoliert voneinander, sondern sie beeinflussen sich gegenseitig zu jeder Zeit.

Kommen wir nun zu einem dritten Bereich. Er fordert unsere besondere Aufmerksamkeit. Überblicken wir nämlich das Feld der menschlichen Gefühle, werden wir leicht feststellen, dass wir viele gar nicht eindeutig bewerten können. Sie sind wirklich zweideutig. Je nachdem, in welchem Zusammenhang sie stehen, können sie einen Menschen zieren oder verunstalten. Viel hängt davon ab, wie wir mit ihnen umgehen. Dass Gefühle „über uns kommen“, haben wir meist nicht in der Hand; wie wir mit ihnen umgehen aber sehr wohl.

Wenn wir zum Beispiel Angst oder Furcht empfinden, ist uns das selbst in der Regel unangenehm. Wir wären froh, wenn wir keine Angst hätten. Doch sind wir verantwortlich dafür, was in der aktuellen Lebenssituation aus der Angst an Handeln hervorgeht. Als Petrus sich nur ein bisschen am Kohlenfeuer der Soldaten wärmen wollte und dort seine Identität enthüllt zu werden drohte, bekam er Angst und bestritt, den Herrn zu ken-

nen. Wer wollte ihm vorwerfen, dass er Angst hatte? Aber sein *Tun*, die Verleugnung des Herrn, war deshalb nicht zu entschuldigen.

Wenden wir uns weiter dem Begriff „Zorn“ zu. Er hat in der Bibel keine gute Presse. Doch kann man nicht sagen, dass er von vornherein negativ bewertet würde. In Jak 1,20 heißt es zwar: *„... eines Mannes Zorn wirkt nicht Gottes Gerechtigkeit.“* Auf der anderen Seite lesen wir in Mk 3,5: *„Und er [der Herr] blickte auf sie umher mit Zorn, betrübt über die Verstockung ihres Herzens“.* Man denke auch an den Römerbrief, in dem Paulus vom Zorn Gottes über alle Gottlosigkeit spricht. Ein besonders eindrückliches Beispiel für die Ambivalenz des Zornes als Erregungszustand ist Mose. Es gab in seinem Leben manchen zornigen Augenblick. Meistens ging Schlimmes daraus hervor. Aber es gibt bei ihm auch den gerechten Zorn, als er sich mit dem widerspenstigen Pharao auseinander zu setzen hat.

Alle drei Beispiele machen deutlich, dass selbst bei einer Gemütsbewegung, die im Allgemeinen negativ bewertet wird, die Sachlage so einfach nicht ist. Offensichtlich ist es nicht entscheidend, was wir fühlen, sondern was wir daraus an Handlungen hervorbringen. „In seinen Taten malt sich der Mensch“, hat jemand einmal treffend bemerkt. Wenn Gefühle Gefühle bleiben, sind sie ja auf uns selbst beschränkt. Insofern wirken sie sich nicht auf andere aus, werden nicht zu Taten, die eine moralische Beurteilung nach sich ziehen.

Doch auch mit unseren Gefühlen stehen wir ganz persönlich vor Gott, und unsere persönliche „Zweier“beziehung zu Gott kann einfach nicht gut sein, wenn wir von

Neid, Eifersucht, Hass und anderen Gefühlen erfüllt sind, die Gott nicht gutheißen kann. Wir leben dann etwa wie jemand, der ganz nah an einem Abgrund entlangwandert. Ein Schritt, und wir stürzen ab. Wenn wir also im Kolosserbrief aufgefordert werden, Gefühle abzulegen, geschieht das in unserem Interesse. Ein Mensch, der lernt, seine Gefühle zu kontrollieren, entgeht eher der Gefahr, in den Abgrund unbesonnenen Handelns zu fallen.

## Schlussfolgerungen

Für unser gesamtes Leben als Christen muss es demnach Aufgabe sein, das Gefühlsleben ebenso wie alle anderen Bereiche unserer Person unter die Leitung des Heiligen Geistes zu stellen. Wenn Paulus sagt: *„Denn so viele durch den Geist Gottes geleitet werden, diese sind Söhne Gottes“* (Röm 8,14), erstreckt sich die Leitung nicht nur auf unser Wollen und Tun, sondern auch auf unsere Gefühle.

Der Heilige Geist wird sich freuen, wenn wir unseren Gefühlen, wie sie in Gal 5,22 genannt werden, Gelegenheit zur Entwicklung verschaffen: *„Die Frucht des Geistes aber ist: Liebe, Freude, Friede, Langmut, Freundlichkeit, Gütigkeit, Treue, Sanftmut, Enthaltensamkeit.“* Wir machen uns wahrscheinlich nicht immer genügend deutlich, dass die hier genannten Tugenden ihre Wurzeln *auch* im Bereich der Gefühle haben. Aus ihnen gehen sie hervor, wenn sie sich zu Verhaltensweisen und Taten formen, die unseren Herrn bezeugen.

Dagegen wird der Heilige Geist *„betrübt“* (Eph 4,30), wenn wir Gefühle kultivieren, die eindeutig *„Werke des Fleisches“* sind (Kol 3,8). Er wird uns aber auch den rechten Weg weisen, wenn wir in einen Strudel zwie-

spältiger Gefühle geraten, die uns zu diesem oder jenem leiten können, denn er hat Mitleid mit unseren Schwachheiten.

Vielleicht haben wir nach diesen Ausführungen gemerkt, wie kompliziert das Innere des Menschen angelegt ist. Oft werden wir darüber uns selbst zum Rätsel. Wenn wir an die Begegnung zwischen unserem Herrn und Petrus am See Tiberias denken, die bei dem Jünger dazu führt, dass

er nicht mehr weiß, was er von sich selber denken soll, sehen wir, wie Petrus etwas tut, das auch wir beherzigen sollten. Er übergibt sich ganz seinem Herrn, gerade in Bezug auf das Durcheinander, das in seinem Inneren herrscht. So kommt auch er zur Ruhe, und auch wir werden zur Ruhe kommen, wenn wir sein Angesicht suchen.

Karl Otto Herhaus

## Unsichtbare Fesseln

### Wissen Sie, ob Sie gebunden sind?

„Schon wieder zwei Drogentote: Pärchen (18 und 19 Jahre) gab sich den ‚Goldenen Schuss‘ auf der Bahnhofs-toilette“ – so mag die Überschrift in der Lokalpresse der kleinen Kreisstadt aussehen. Man spricht, man diskutiert darüber – aber was hier die Gemüter erregt, ist schon einige Kilometer weiter für die Leser uninteressant; und in irgendeiner Amtsstube werden zur Statistik nochmals zwei Drogentote dazuaddiert. Doch welche Einzelschicksale stehen dahinter?

Ob die beiden vor drei oder vier Jahren damit gerechnet haben, ihr Leben einmal so zu beenden? Wie mögen sie noch vor einigen Monaten über ihre Zukunft gesprochen haben? Vielleicht weitreichende Pläne? Oder unerfüllte Träume? Oder „no future“? Ob sie wohl wussten, in welcher Gebundenheit sie steckten? Das, was sie festhielt und wovon sie nicht loskamen, erkannten sie schon oder ahnten es zumindest – aber wer sie gebunden hatte, wer dahinter steckte, das konnten sie nicht wissen; denn der „Drahtzieher“, der große Gegenspie-



ler Gottes, blieb im Hintergrund – bis jetzt die Katastrophe kam ...

Übrigens, können Sie sagen, welche Bindungen Ihnen zu schaffen machen? Sie meinen, so etwas gebe es bei Ihnen nicht? Natürlich keine Drogenabhängigkeit – aber vielleicht eine der vielen anderen Abhängigkeiten oder Süchte; ja, es gibt mehr davon, als Sie denken! Trauen Sie sich zu, genau zu erkennen, ob Sie in einer Abhängigkeit stehen oder nicht? Meinen Sie, eine Sucht komme so plötzlich über Sie wie eine schwere Lungenentzündung mit starkem Schüttelfrost und Fieber über Nacht? O nein, fast jede Sucht ist ein schleichendes, langsam