

Meine Verantwortung

Die Überschrift dieses Beitrags stellt zwischen zwei Begriffen eine gedankliche Verbindung her, die nicht so selbstverständlich ist. Der erste Begriff, die „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 zurückweisen als ihren Urheber. Sie sind ein Stück meiner selbst. Ich habe mich also für die Folgen 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.

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 die-

se 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 und waren nicht ausgestiegen, um zu helfen. Aber sie haben 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 ist 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 (Lukas 7,13).

Gefühle und Taten hängen also irgendwie miteinander zusammen, auch in einem ursächlichen Sinne. Doch ist uns ebenso klar, dass wir für

Gefühle besetzen in unserem Seelenhaushalt augenscheinlich eine kritische Stelle.

Einerseits stehen wir ihnen machtlos gegenüber, sie kommen über uns, andererseits drängen sie danach, die „Befehlszentrale“ unseres Ich zu besetzen.



für meine Gefühle



Wer lenkt meine Gefühle? Oder werde ich von meinen Gefühlen gelenkt?

unsere Gefühle oft nichts können. Sie stellen sich auf einmal in unserm Inneren ein. Gute oder weniger gute Anlässe haben sie in uns erregt. Sie überfallen, vergewaltigen uns manchmal geradezu, so dass wir oft wünschten, andere zu haben. Wir denken dabei auch an viele Menschen, die von Depressionen geplagt werden. Mit den Gefühlen und unserer Verantwortung für sie ist es also keine so einfache Sache. Müssen wir vielleicht zwischen Stimmung, Gefühl und Affekt unterscheiden?

Stimmung, Gefühl und Affekt

Wir wissen intuitiv, was eine Stimmung ist, nämlich so etwas wie eine innerliche Atmosphäre, eine seelische Wet-

terlage. 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 richtig 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. 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 zweierlei gekennzeichnet. In der Regel unterscheiden sie sich durch die Stärke ihrer Empfindung. Die Stimmung ist die schwächste, der Affekt der stärkste Gemütszustand. Im



! Das Thema

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.

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 Ich 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.

Die Gefühle lenken

Die Gefühle ziehen uns manchmal hierhin, manchmal dorthin. Für diese Zwiespältigkeit hat man im alten Grie-

chenland 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, beziehungsweise 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 vorhandenen gewesenenen neuen Leitung, nämlich der des Heiligen Geistes. Wir lesen in Römer 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 2. Korinther 10,5).

Die Stelle aus dem Römerbrief ist für uns eine Schlüsselstelle. Von hier aus lassen sich viele Ermahnungen in der Schrift verstehen, die uns auf-

fordern, mit unseren Gefühlen verantwortlich umzugehen. Einfache Antworten in der Art, dass Gefühle prinzipiell heilig zu sprechen oder zu verdammen sind, bekommen wir allerdings nicht.

Also: Es gibt „Erregungszustände der menschlichen Seele“, an denen nichts Gutes zu entdecken ist. Dagegen bezieht die Schrift klar Stellung. Kolosser 3,8 sagt: „Jetzt aber leget auch ihr das alles ab: Zorn, Wut, Bosheit...“ In Galater 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.

Die Bibel fordert uns dagegen auf, bestimmte Gefühle zu kultivieren, zu pflegen und wachsen zu lassen. „Freuet euch allezeit“ (1. Thessalonicher 5,16). Das ist eine eindeutige 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: „Und der Friede des Christus regiere in euren Herzen, und seid dankbar“ (Kolosser 3,15). Noch ein weiteres Gefühl möchte ich hier nennen. Es hat schon mehr den Charakter einer Seelenhaltung. Es die Nüchternheit. Sie ist ein Gefühl, und doch befasst sie sich mit der Steuerung unseres Verhaltens.

Keine einfache Bewertung

Es gibt auch Gefühle, die wir 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. Wenn wir zum Beispiel Angst oder Furcht empfinden, ist das 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 entsteht. Als Petrus sich nur ein bisschen

Wir brauchen in uns eine Instanz, die buchstäblich die Zügel in die Hand nimmt, und das können nicht die Gefühle selbst sein.

Das ist zweifellos das uns von Gott gegebene Gewissen.

Bei dem Menschen, der durch Jesus Christus in eine Lebensbeziehung mit Gott gekommen ist, steht diese Instanz des Gewissens unter einer neuen Leitung, nämlich der des Heiligen Geistes.



Griechische Quadriga

am Kohlenfeuer der Soldaten wärmen wollte und dort seine Identität enthüllt zu werden drohte, bekam er Angst und bestritt, den Herrn zu kennen. Wer wollte ihm vorwerfen, dass er Angst hatte. Aber sein Tun, die Verleugnung des Herrn, war deshalb nicht zu entschuldigen.

Auch der „Zorn“ kann nicht von vornherein negativ bewertet werden. In Jakobus 1, 20 heißt es zwar: „...eines Mannes Zorn wirkt nicht Gottes Gerechtigkeit.“ Auf der anderen Seite lesen wir in Markus 3,5: „Und er (der Herr) blickte auf sie unher mit Zorn, betrübt über die Verstockung ihres Herzens“. Ein besonders eindrückliches Beispiel für die Ambivalenz des Zornes 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 auseinanderzusetzen 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

Mit unseren Gefühlen stehen wir ganz persönlich vor Gott.

Unsere persönliche „Zweierbeziehung“ zu Gott kann nicht gut sein, wenn wir erfüllt sind von Neid, Eifersucht, Hass.

Wir leben dann wie jemand, der ganz nah an einem Abgrund entlang wandert.

Ein Schritt und wir stürzen ab.

nicht entscheidend, was wir fühlen, sondern was wir daraus an Handlungen hervorbringen. 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 „Zweierbeziehung“ zu Gott kann einfach nicht gut sein, wenn wir erfüllt sind von Neid, Eifersucht, Hass und anderen Gefühlen, 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.

Für unser gesamtes Leben als Christen ist es wichtig, 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“ (Römer 8,14), erstreckt sich die Leitung nicht nur auf unser Wollen und Tun, sondern auch auf unsere Gefühle. Wir merken, 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, was 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. :P

Karl Otto Herhaus

Hab ich keine Gefühle im Griff oder gehen mit mir „die Pferde durch“?

