

*„Ein Betrübter hat nie einen guten Tag; aber ein frohes Herz ist ein tägliches Fest.“ (Sprüche 15,15)*

Ein Mann fährt nachts auf einer dunklen Landstraße, als er einen platten Reifen bekommt. Ärgerlich, aber kein Problem. Handy raus, ADAC anrufen - kein Empfang, so ein Mist. Er sieht sich um und entdeckt eine Hütte im Wald. Es brennt Licht, er freut sich, dass Hilfe so nahe ist und geht auf die Hütte zu. Schritt für Schritt ändert sich etwas in ihm. Er sagt sich, dass die Person in der Hütte bestimmt irritiert sein wird wegen der späten Störung, aber dass sie ihm sicher helfen wird, wenn er es ihr erklärt. Ein paar Schritte weiter fragt er sich, was für ein Mensch hier wohl allein, mitten im Wald, leben mag? Das kann doch sicher kein guter Mensch sein! Noch bevor er klingeln kann, öffnet sich die Tür. Von seinen Gedanken und der Angst geprägt schlägt er dem Mann ins Gesicht und rennt weg.

Gedanken prägen mein Handeln. Ich versuche, die Dinge in meinem Kopf vorwegzunehmen, durchzubuchstabieren und dabei vorauszudenken. Das ist normal und sogar gut, weil es die Grundlage dafür ist, dass ich planen kann. In der Psychologie gibt es eine Theorie, die besagt, dass meine Einstellung zu etwas meine Stimmung, ja sogar mein Handeln prägt, auch wenn es nicht real ist, sondern sich nur in meinem Kopf abspielt, indem ich eine Situation gedanklich vorwegnehme und Möglichkeiten durchspiele: die sogenannte „selbsterfüllende Prophezeiung“. Das Problem: auch falsche Annahmen können Wirklichkeit werden, wie in der Geschichte. Ich muss jemandem nicht gleich auf die Nase schlagen, aber meine Stimmung kann tief in den Keller gehen. Dabei kommt es drauf an, was die Grundeinstellung meines Denkens ist. Wie bei einem Radio oder Fernseher. Die eingestellte Frequenz entscheidet darüber, was ich empfangen. Ein Beispiel: Wir können uns in aller Regel nicht aussuchen, ob es regnet oder ob die Sonne scheint. Aber wir können in beiden Fällen betrübt sein oder uns freuen. Auf die Einstellung kommt es an, die prägt mein Denken, mein Planen und wie ich eine Situation wahrnehme und einschätze. Das scheint eine uralte Wahrheit der Menschheit zu sein. Schließlich steht es so ja schon in der Bibel:

*„Ein Betrübter hat nie einen guten Tag; aber ein frohes Herz ist ein tägliches Fest.“ (Sprüche 15,15)*

Im alten Israel ist das Herz nicht primär Sitz der Gefühle oder der Liebe. In der Bibel ist das Herz vor allem der Sitz der Vernunft und des Verstandes, des Planens und Überlegens und der Entschlüsse. Ein „frohes Herz“, wie geht das also? Wie finde ich für mein Planen und Handeln und für meine Entscheidungen die richtige, eine gute Frequenz? Meine Einstellung kann ich um eine ganze Dimension erweitern, wenn ich meine Antennen nicht nur auf die Erde ausrichte, sondern auch den „Himmel“ auf dem Schirm habe. Mit dieser Frequenzerweiterung erscheint mir die Welt als antwortend, atmend, tragend, wohlwollend und sogar gütig. Mein Verstand und meine Vernunft richten sich danach aus. Und ein fremder Mensch in einer Hütte wird von ganz allein zum Retter in der Not.

Amen.

*Ihr Pfarrer Daniel Dettling*