

Zwei Denkübungen!

Ich unterstelle, dass Sie wahrscheinlich wohl alle das Bildwort von der Betrachtung des halb vollen beziehungsweise halb leeren Glases kennen.

Auf die Sichtweise des jeweiligen Betrachters kommt es an! Wenn man sich eine Sache einmal unvoreingenommen ansieht, dann ist es häufig so, dass man neben einer womöglich negativen auch eine positive Seite wahrnimmt.

Ich entdecke das Prinzip „halb voll und halb leer“ in vielen Bereichen unseres Lebens:

Das gilt beispielsweise für das Ringen um Kompromisse im politischen und gesellschaftlichen Bereich.

Das gilt sicher auch für Konsequenzen aus der Trierer Bistumssynode.

Nebenbei: Den vorhandenen Befürchtungen und Ängsten halte ich meine Überzeugung entgegen: Es wird zukünftig auch vor Ort, wo immer sich Christen einbringen, Möglichkeiten geben, den Glauben lebendig zu gestalten!

Drittes Beispiel: Das genannte Prinzip ist uns auch im Privaten vertraut: Für diesen Bereich möchte ich einen doppelten Denkanstoß Anthony de Mellos weitergeben:

Denken Sie an jemanden, den Sie wirklich innig lieben.

Stellen Sie sich vor, er oder sie sitzt vor Ihnen, Sie sprechen liebevoll mit dieser Person.

Sagen Sie diesem Menschen, was er Ihnen bedeutet.

Währenddessen machen Sie sich auch bewusst, was Sie fühlen.

Wenn Sie diese Übung intensiv gemacht haben, versuchen Sie die folgende:

Denken Sie an jemanden, den Sie nicht mögen oder sogar verachten.

Sie stehen gedanklich vor diesem Menschen und probieren, nicht an das Schlechte zu denken, sondern Sie versuchen, irgendetwas Gutes an ihm zu entdecken. Bemühen Sie sich aufrichtig, das Gute zu sehen.

Sollte es Ihnen aufgrund der Erfahrungen schwer fallen, stellen Sie sich vor, Jesus steht direkt neben Ihnen und blickt mit Ihnen diesen Menschen an.

Er wird dann Ihr Lehrer in der Kunst des Schauens werden und auch in der Kunst des Liebens!

Versuchen Sie es einmal!

Eine schöne perspektivische Denkübung, um das verborgene Gute zu entdecken!

Einen gesegneten Sonntag

Pfarrer Bruno Comes, Wittlich