



Predigt von Jörg Niederer zum Thema

Erfahrung, Gefühl, Emotion

Predigttext: Psalm 34,8-11

Der Engel des Herrn lässt sich nieder bei denen, die dem Herrn mit Ehrfurcht begegnen. Er schützt sie von allen Seiten und rettet sie. Schmeckt und seht, wie gut der Herr ist! Glückselig ist, wer bei ihm Zuflucht sucht. Verehrt den Herrn, ihr Heiligen! Denn wer ihn verehrt, dem fehlt es an nichts. Junge Löwen haben nichts und müssen hungern. Doch die den Herrn suchen, haben alles, was sie zum Leben brauchen.

Einstiegsfragen

„Es muss einen Zusammenhang geben zwischen Beschleunigung und Begeisterung.“ Das sagte ein Achterbahnforscher zur Beobachtung, dass die rasantesten Stellen einer Achterbahn den Besuchenden am besten gefallen. Achterbahnfahren: das sind Emotionen (Kreischen, Fun, Lust, Herzklopfen) und Gefühle (Übelkeit, Orientierungslosigkeit, Nervenkitzel, Angst, Freude) und ab der 2. Fahrt ein bisschen Erfahrung. Die Emotionen und Gefühle sind noch da, aber sie sind voraussehbar und damit nicht mehr so intensiv.

Was erwarten Menschen von unseren Gottesdiensten?

Braucht unser Gottesdienst Beschleunigung (kürzere, konzentriertere Predigten), damit mehr Begeisterung entsteht? Soll ein Gottesdienst Emotionen auslösen, oder soll er den Verstand ansprechen? Was ist es, was letztlich an einem Gottesdienst zählt: Dass ich etwas für mich mitnehmen kann - und damit Erfahrung sammle? Dass ich mich danach gut fühle - also emotional mitgenommen bin? Dass meine Sinne angesprochen werden - also ein gutes Gefühl ausgelöst wird?

Warum erlebt man den ersten Gottesdienstbesuch ganz anders als den 3564-ten? Warum gefällt ein Lied die ersten 50 Mal gut, und dann kann man es plötzlich nicht mehr hören und singen? Warum kann man dem einen Menschen besser und dem anderen schlechter zuhören? Warum verliebt man sich nicht in jede Person?

Wie gesagt, es geht um Erfahrung, Gefühl und Emotion.

Es gibt auch religiöse Erfahrung, religiöse Emotionen, religiöse Gefühle. Letztere lassen sich durch Stimulation einer Hirnregion auslösen, sind also eigentlich eine körperliche Sache. Und das zeigt uns schon einmal ganz deutlich: Gott spricht immer zum ganzen Menschen. Er spricht sowohl über das Gefühl wie auch über den Verstand zu uns.

Das Gefühl spielt bei Glaubensdingen – und auch sonst – (80% Gefühl zu 20% Vernunft) eine grosse Rolle. Darum lohnt es sich, darüber nachzudenken. Denn wenn Gott unser Gefühl anspricht, und dadurch Emotionen und Nachdenken auslöst, dann stellt sich die

Frage, wie wir erkennen können, dass Gott es ist, und nicht wir selbst oder ein böser Geist oder gar nichts, was zu unserem Gefühl spricht. Bist du dir bei deinen Gefühlen immer sicher, woher sie kommen? Kannst du Gott zweifelsfrei gefühlsmässig erkennen?

Emotion

Ich habe bereits bis zu dieser Stelle sehr bewusst das eine Mal von Gefühl gesprochen, das andere Mal von Emotion oder Erfahrung. Wenn ich von einem emotionalen Menschen spreche, ist das nicht dasselbe wie ein erfahrener oder gefühlvoller Mensch.

Emotionalität ist eine unmittelbare, ungefilterte Folge von Gefühlen. Ich komme auf dem Berggipfel an, und muss einfach jauchzen. Jemand ist gestorben, ich muss weinen. Die Eindrücke, und damit die Gefühle, überfluten mich und führen zu Emotionen.

Die Emotionalität kann sehr unterschiedlich aussehen. Die einen fallen durch Gottes Wort um, andere erleben eine unglaubliche Weite in sich selbst. Die einen müssen beim Singen tanzen, und andere sind einfach glücklich in ihrem Stuhl, sogar ohne zu singen.

Gott schenkt uns Emotionen, weil er damit Erfahrungen verstärken will. Am einfachsten ist es, wenn man an die erste gemeinsame Phase des Verliebtseins zurückdenkt. Dieses unbeschreibliche Gefühl, das dich total erfasst hat, das Gänsehaut bewirkt, Lust, Freude, siebter Himmel. Nie warst du so unausgeglichen, wie damals, einmal total happy und dann wieder voller Sehnsucht. Die Erinnerung an diese Zeit hilft Menschen, dass sie, auch nach dem Abflachen der Gefühle füreinander, zusammenbleiben. Gott schenkt dir deshalb am Anfang des Glaubens viele Emotionen, damit du dich an diese erste Liebe zwischen ihm und dir zurückerinnerst und ihm treu bleibst. Das ist vielleicht auch die Antwort auf die Frage, warum Lieder und Predigten mit der Zeit nicht mehr so viel zu geben scheinen, wie zu Beginn. Gewöhnung zerstört die Highlights der Emotionen, führt aber zu bleibenden Erfahrungen.


Emotionen können kein Massstab sein dafür, ob jemand mit ganzem Herzen Christ ist, ob eine Gemeinde im Gottesdienst ganz bei der Sache ist. Es ist wie in 1. Johannes 3,20 beschrieben: **«Auch wenn unser eigenes Herz uns anklagt, ist Gott größer als unser Herz, Denn er kennt uns durch und durch.»** Ein sich selbst verurteilendes Herz löst Emotionen aus. Aber Gott ist grösser als diese vorübergehenden Emotionen.

Emotionen können aber eines: Sie können helfen, Gott in schwierigen Zeiten treu zu bleiben.

Gefühl

Damit wären wir beim Gefühl angekommen. Manchmal fühlt man ja gar nichts. Unsere Sinne nehmen nichts auf von Gottes Gegenwart. Wir meinen, wir seien von Gott verlassen.

Gefühl ist nicht Emotion. Gefühle lösen Emotionen und Nachdenken aus - beides. Gefühle haben zu tun mit den fünf Sinnen: sehen, hören, fühlen, riechen, schmecken. Wenn wir Eindrücke wahrnehmen, dann haben wir Gefühle. Das heisst, unser Gehirn verarbeitet die von uns empfangenen Reize und löst zum Beispiel Emotionen aus oder ein Nachdenken, oder eine Aktion. Du kannst das ganz leicht überprüfen. Hau dir mit dem Hammer auf den Finger. Was geschieht? Über die Nervenbahnen werden Gehirnregionen stimuliert. Du empfindest Schmerz und beginnst spontan zu jammern, zu schimpfen.



Welches sind die Sinne, die Gott braucht, um dich anzusprechen? Gibt es ein drittes Auge, mit dem wir Menschen Gott sehen? Haben wir ein besonderes Feeling für Gott? Schön wäre es, wenn wir irgendwo an uns so eine Art USB-Schnittstelle haben, an der wir das Kabel zu Gott einstöpseln könnten, und dann wäre Gott da.

Bleiben wir einen Moment bei diesem technischen Bild. An einer USB-Schnittstelle kann man allerlei anschliessen. Da kann man Drucker, Sticks, die Computermaus, einen Miniventilator, das Handy, eine Festplatte, die Kamera und Handwärmer anschliessen. Damit es aber funktioniert, muss nach dem Einstöpseln noch etwas im Computer geschehen, damit diese Geräte richtig erkannt werden.

Wir haben als Menschen mit den Sinnen Schnittstellen, an die Gott andocken will. Er will, dass wir ihn schmecken. Er will, dass wir ihn fühlen. Er will, dass wir ihn sehen. Er will, dass wir ihn Hören. Er will, dass wir ihn riechen. Wie heisst es doch in Psalm 34: **«Schmeckt und seht, wie gut der Herr ist!»** Gott spricht uns über unsere Wahrnehmung immer wieder an. Es liegt an uns, diese Gefühle zu interpretieren und richtig zu verarbeiten. Wie im Computer muss in uns noch etwas passieren, damit aus Gefühl Gewissheit wird.

Erfahrung

Und da kommt nun die Erfahrung ins Spiel: Erfahrung, das ist interpretiertes Gefühl. Noch einmal zum Beispiel mit dem Hammer zurück: Schon nach dem ersten Mal weiss ich: Mit dem Hammer auf den Finger schlagen ist schmerzhaft. Und so interpretiere ich: Wenn ich mir nicht weh tun will, haue ich besser nicht mehr auf den Finger! Triff den Nagel! Falsch interpretiert wäre es, wenn ich denke, der Hammer sei schuld, und ich stattdessen mit dem Hammer des Nachbarn weiterarbeite.


So ist es auch, wenn Gott unsere Sinne anspricht. Dann beginnen wir zu interpretieren. Vielleicht hilft uns jemand dabei, wie Eli dem Samuel. Samuel hört Gott, und meint, es sei Eli, der ihn ruft. Erst beim dritten Mal ist Eli klar, da spricht Gott zu Samuel. Und Samuel kennt ab diesem Moment die Stimme von Gott.

Erfahrung ist Gefühl und Interpretation. Wir brauchen Momente, in denen für uns zweifelsfrei feststeht, da hat Gott in mein Leben hineinwirkt. Überlegt euch einmal, wo in eurem Leben ihr gewusst habt: Jetzt spricht Gott zu mir, jetzt schmecke und sehe ich Gott, jetzt empfinde ich seine Gegenwart!

(Pause um Nachzudenken)

Die Momente in meinem Leben, wo ich sicher war, dass Gott zu mir spricht, waren eigentlich alle - objektiv betrachtet - mehrdeutig. Und doch steht für mich fest: Gott hat zu mir gesprochen. Da ist dieser Moment vor meiner Bekehrung, als mir bewusst wurde, dass ich nicht beten kann. In diesem Moment zweifelte ich nicht mehr an der Realität Gottes, sondern an meiner Fähigkeit mit ihm zu sprechen. Gott hat in mir Gefühle des Mangels ausgelöst.

Aber ebenso gut könnte es sein, dass ich diese Gefühle hatte, weil alle in meiner Familie beten konnten, nur ich nicht.



Ich habe mich entschieden, dass Gott in diesem Augenblick zu mir gesprochen, und mich auf mein geistliches Defizit angesprochen hat. Ich habe interpretiert.

Dann an einer Zeltevangalisation, in dieser emotional geladenen Stimmung eines religiösen Anlasses, nach dem zweiten Aufruf, da ging ich nach vorn, und war mir sicher, dass ich dies nur meiner Eltern wegen tat. Mehr meinte ich nicht gefühlt zu haben. Und doch weiss ich heute, dass damals nicht mein Ego oder die Stimmung im Zelt mich gerufen hat, sondern Jesus Christus selbst. Ich habe eine Erfahrung gemacht. Ich habe Gott gespürt, das heisst, ich habe im Nachhinein interpretiert: An dieser Stelle hat Gott zu mir gesprochen.

Und so ging es weiter. Mein Entscheid, Pfarrer in der EMK zu werden. Gott hat durch meine Sinne zu mir gesprochen. Andere haben das schon anders gesehen. Ich bin sicher, es war Gott, der mich diesen Weg geführt hat.

Die Heirat mit Sabine, das Aushalten und Dienen in Gemeinden und die Begegnungen mit Christen. In all dem sehe ich Gott am Wirken. Ich habe Erfahrungen gemacht mit Gott. Ich habe seine Stimme gehört, und nun kenne ich diese Stimme und versuche ihr zu folgen.

Ich weiss, dass das subjektiv ist. Für mich ist es so, für andere nicht. Aber nicht Gefühle und Entscheide sind Ausgangspunkt des Glaubens, sondern Gottes Handeln.

Gott löst Gefühle aus, Gott lässt den Menschen wissen. Gott ist am Anfang. Ich aber kann ihn schmecken, fühlen, sehen, hören, riechen. Ich kann ihn sinnlich wahrnehmen. Und ich kann mir sicher sein, dass ich richtig wahrgenommen habe. Wie? Das will ich in am Sonntag nach Ostern ausführen. Hier nur einen kurzen Überblick:

Damit Erfahrung wirklich sichere Glaubenserfahrung ist, muss sie 1. über mein Sein hinausführen. Sie muss 2. das Leben verändern und 3. aus der Einsamkeit in die Gemeinschaft anderer Glaubender führen. 4. muss sie vernünftig sein, rational, also denkerisch nachvollziehbar. 5. ist Glaubenserfahrung wie das Brot und der Traubensaft beim Abendmahl, ein Mittel, Gott zu erfahren. Und 6. hat Glaubenserfahrung ein klares Ziel.

Achtet in den nächsten Wochen einmal darauf, wo ihr Gott fühlt, wo ihr in schmeckt und seht! Denn Gott ist im Alltag erfahrbar. Amen.

St. Gallen, 21. März 2021 – Jörg Niederer