

Das Leben von seiner besten Seite sehen. Wie esoterisch ist positives Denken?

Auszeit Gottesdienst am 14.3.2010

Michael Rathgeb

Positives Denken – Mehr als eine optimistische Lebenseinstellung

Gedanken haben Einfluss auf unser Leben. Deshalb zielt Positives Denken zielt auf die Kontrolle von Bewußtseinsinhalten.

In einigen seiner aktuellen Ausprägungen geht das noch einen Schritt weiter: Menschen werden ermutigt und angeleitet Ihre Wünsche und Träume „im Universum zu bestellen“. Der Geist des Menschen macht sich eins mit dem „universellen Geist“. Dieser kosmische Mechanismus wird als magischer Schlüssel zur Erfüllung aller persönlichen Wünsche gesehen. Spätestens hier sind wir im Bereich der Esoterik.

Gedanken, innere Überzeugungen und Festlegungen beeinflussen unser Verhalten

Das Positive Denken stößt uns bei aller Zweifelhaftigkeit einiger seiner Ausprägungen aber auf einen wichtigen Zusammenhang: Unsere inneren Überzeugungen, Festlegungen und Gedanken haben Einfluss auf unser Verhalten, Fühlen und Tun.

Innere Überzeugungen geben Sicherheit und Orientierung (Sport ist wichtig für die Gesundheit; Gott liebt mich ohne Vorbedingungen; Es ist wichtig, sich so zu verhalten, wie man es selbst von anderen erwartet etc), können aber auch gesunde Entwicklung blockieren (Sport ist Mord; Glaube ist etwas für Kinder, Alte und Frauen; Ich bin häßlich). Privat wie beruflich. Immer wieder kommt es dann im Alltag zu dem, was die Psychologie eine „self fulfilling prophecy“ nennt.

Bibel: „Erneuert Euer Denken!“

Deshalb fordert uns die Bibel auf, auf unsere Gedanken zu achten (Spr 4,33) und unser Denken zu erneuern (Röm 12,2). Sie ermutigt uns dazu unsere Gedanken mit den Gedanken Gottes immer wieder abzugleichen. Wie denkt

Gott über uns? Wie denkt Gott über unsere Fähigkeiten und Begabungen? Wie denkt Gott über die Menschen insgesamt? Wie sieht er unser Leben, diese Welt?

Dabei ist uns die Heilige Schrift eine große Hilfe. Sie vermittelt uns Wahrheit Gottes, die uns frei macht, uns aufrichtet und ausrichtet. Falsche Festlegungen und destruktive, Gottes Denken widersprechende Gedanken werden entlarvt und können bearbeitet werden.

Gedankenarbeit, die Herz und Leben verändert

Die Bearbeitung innerer Überzeugungen und Festlegungen ist nicht immer einfach. Aber sie ist möglich! Ansatzpunkte gibt es unterschiedliche. Sie ergänzen sich:

- Seelsorge und Gebet (2 Kor 10,5)
- Bibel lesen
- Auf innere Monologe bewußt achten
- „Adam, wer hat Dir das gesagt?“ (Woher kommt die Überzeugung?)
- Arbeit mit einem Coach oder Therapeuten an der Veränderung innerer Überzeugungen