



Ich, der Feind meiner Freiheit

Wenn ich mir selbst ein Bein stelle...

Meist fühle ich meine Freiheit von außen eingeengt. Ich habe zu wenig Zeit für das, was ich selbst machen will, weil es so viele Aufgaben und Verpflichtungen gibt.

Es fehlt mir an Geld, um etwas unternehmen zu können. Andere im Team, im Vorstand, im Freundeskreis verhindern, dass meine Ideen und Vorschläge umgesetzt werden.

Weil mein Blick meist auf die äußeren Hindernisse gerichtet ist, beobachte ich mich zu wenig selbst, wie ich mir ständig selbst ein Bein stelle und verhindere, dass aus dem etwas wird, was ich mir vorgenommen habe.

An anderen kann ich das einfacher beobachten. Der eine wartet zu lange ab, ehe er sich entscheidet. Dann haben andere entschieden und er muss mitmachen.

Oder jemand ist immer schnell bei neuen Projekten und plant das nächste, ohne dass er das vorherige zum Abschluß und damit zum Erfolg geführt hat. Oder jemand ist vom Neid gelenkt. Er bzw. sie blickt auf das, was andere tun, vorhaben, betreiben und verliert sich aus dem Blick. Ständige Unzufriedenheit ist die Folge, weil der vom Neid Gesteuerte nie herausfindet, was er selbst eigentlich mit seinem Leben anfangen will.

Ein anderes Charaktermuster zeigt sich daran, dass bestimmte Menschen sich leicht von dem abbringen lassen, was sie sich vorgenommen haben. Sie fahren nicht dahin in Urlaub, wo sie eigentlich hin wollten, weil jemand aus dem Freundeskreis gesagt hat, dort seien die Preise zu hoch oder die Wege zu steil.

Sie entscheiden sich für den Beruf, den die Eltern oder die Berufsberatung ihnen nahelegen und nicht für die Ausbildung, die sie eigentlich reizen würde. Eltern und Berufsberatung raten aber bereits zu einer sicheren Berufslaufbahn, weil sie fürchten, der Sohn, der junge Mann beißt sich sowieso nicht durch.

Dann gibt es noch die, die an ihrer Vorstellung von Perfektion scheitern. Nie ist etwas gut genug, ein Text, ein Werkstück wirklich fertig. Weil immer noch etwas zu verbessern wäre, geht das Neue an diesem Charaktertyp vorbei.

Die Beschreibung der Muster, wie Menschen gerade das verhindern, was sie sich vorgenommen haben, lässt sich weiterspinnen. Eines dieser Muster passt genau auf mich und hindert mich, meine Freiheit zu leben, indem ich meinem Leben die Richtung gebe. Hinter diesen Fehlleistungen stehen Gefühle.

www.kath.de/lebenskunst/zeitmanagement/zeitfallen

Wir werden mehr von Gefühlen als von unserer Freiheit gelenkt

Unser Leben beginnt nicht mit dem Denken, sondern mit dem Fühlen, ob als Kind oder morgens beim Aufstehen, ob ich jemand neu kennenlerne oder ob ich ein Geschäft betrete, ich werde sehr stark von meinen Gefühlen gesteuert.

Meine Gefühle betten mich im Leben ein und meistens signalisieren sie mir früher als mein Kopf, ob es gut weitergeht oder ob ich mit Schwierigkeiten zu rechnen habe. Meine Gefühle sagen mir auch meist mehr über den Menschen, mit dem ich gerade zusammen bin als die Worte, die wir wechseln.

Gefühle sind auch für das religiöse Leben entscheidend. So oft mir meine Gefühle das Richtige sagen, so wenig bin ich davor gefeit, dass mich meine Gefühle von meinem Weg abbringen.

Am Neid wird es einfacher deutlich, als wenn mein Gefühl mich zu unnötigem Zögern verleitet. Der Neid lenkt mich von mir ab, weil ich auf das schaue, was der andere hat. Das Zögern erscheint mir als gebotene Vorsicht, wer zögert, scheint klug. Manchmal, wenn viel Geld auf dem Spiel steht, kann Zögern klug sein. Aber wenn eine Entscheidung, z.B. für eine Fortbildung, für eine Wallfahrt, die Unterstützung für einen, der gerade Hilfe braucht, ansteht und man zögert, dann leitet das Gefühl, abwarten zu sollen, auf den falschen Weg und das Leben zieht an mir vorüber

In der Tradition der Religionen wird die Trägheit, verbunden mit dem Gefühl der Missstimmung, als ein Laster angesehen. Noch gefährlicher ist jedoch nach Aussagen spiritueller Menschen der Stolz.

Wenn jemand Fehlentscheidungen trifft, die ihm auf Dauer erheblich schaden, steckt meistens Stolz dahinter. Der Stolz ist deshalb so gefährlich, weil er sich erst dann meldet, wenn ich meine Sache gut gemacht, anderen geholfen, mich als guter Kollege oder Vorgesetzter erwiesen habe. Ist keiner von uns vor dem Stolz gefeit, bin ich von den meisten anderen Lasern verschont und nur durch eines gefährdet. Der Träger ist selten neidisch, der Unentschlossene wird kaum durch seinen Ehrgeiz verführt. Es ist deshalb gut, die eigene Charakterschwäche zu kennen, damit man ihr nicht mehr so oft verfällt.

Die Lasterkataloge

In der Geschichte der Spiritualität hat man die Laster in Katalogen zusammengestellt und in Charaktereologien systematisiert.

Die Masken des Karnevals haben ihren Ursprung in den Tieren, denen einzelne Laster zugeordnet wurden. So steht der Geißbock für Wollust, der Neid durch den Drachen, der Fuchs für den Geiz, der Bär für die Unmäßigkeit.

In Barockkirchen werden die Laster bildlich dargestellt. Die Drachen- und Wolfsköpfe, die Löwen und Schlangen in romanischen Kirchen zeigen die Bedrohungen, denen der Mensch ausgesetzt ist. Das spirituelle Leben besteht zu einem guten Teil darin, sich den Bedrohungen zu stellen und sie aufzuarbeiten.

Charakterologien zeigen besser als die Lasterkataloge, dass unsere Charakterschwäche die Kehrseite unserer Stärke ist. Wer die Fähigkeit hat, in Ruhe abzuwägen und sich bei Entscheidungen nicht unter Druck setzen zu lassen, muss damit leben, dass er oft zu lange abwägt und damit Entscheidungen ausweicht.

Der Neid, so negativ er uns erscheint, hat auch als Gegenseite eine Stärke, nämlich sich in den anderen einfühlen zu können und damit überhaupt erst wahrzunehmen, was es bedeutet, etwas Bestimmtes zu können, zu haben. Wer sich mehr von anderen Menschen abgrenzen kann, kommt kaum in die Versuchung, neidisch zu werden.

Wenn ich also meine Schwäche erkennen will, kann ich erst einmal meine Stärke anschauen. Weil wir Menschen begrenzt sind, hat jede Stärke ihren Schatten, der oft mehr auf uns Einfluss hat als unsere positiven Anlagen, denn der Schatten wirkt, ohne dass wir uns seiner Wirkung bewusst sind. Er kann deshalb so gefährlich werden, weil er im Windschatten unserer Stärke segelt.

Im Alter wird es schlimmer

Man könnte davon ausgehen, dass wir schrittweise unsere Schwäche erkennen, ihr nicht mehr so oft nachgeben und sie langsam einzäunen, so dass sie uns immer weniger vom Weg abbringen kann. Meist verläuft die Entwicklung aber anders. Denn als junge Menschen und junge Erwachsene überspielen wir unsere Schwäche mit den Lebensenergien und dem Charme, den wir schon als Kind entwickelt haben. Werden wir älter, verlieren wir an Vitalität und meist sind wir nicht mehr so charmant wie in jungen Jahren.

Die Enttäuschungen, aus denen wir nichts gelernt haben, machen uns gegenüber anderen Menschen misstrauisch. Wir sehen die Welt immer kritischer und trauen den Jüngeren immer weniger zu, dass sie es einmal besser machen als wir selbst. Der Missmut und das abnehmende Wohlwollen gegenüber anderen scheint uns durch viele Erfahrungen begründet, hat aber seine Wurzel in unserer eigenen Charakterschwäche. Je missmutiger und kritischer wir sind, desto mehr hat uns unser eigener Schatten im Griff.

Wer befreit uns aus diesem nahezu notwendigen Weg in ein mißmutiges Alter ohne Wohlwollen?

Unsere Freiheit ist gefragt

Unser Schatten, ob Neid, Zögern, sich vom eigenen Weg abbringen lassen, Stolz oder Perfektionismus, diese Grundzüge, die wir als Gefühle wahrnehmen, sind Feinde meiner Freiheit.

Wenn es mir um meine Freiheit geht, dann habe ich ein erstes Kriterium an der Hand, die Gefühle zuzuordnen. Wenn ein Gefühl meine Freiheit einengt, mich nicht zu meinem Leben kommen lässt, wenn ich die Verantwortung für mein Leben wegschiebe oder mich besser dünke als andere, dann kann ich immer fragen: Wächst meine Freiheit durch das Gefühl, das mich besetzt hält oder mindert es meine Freiheit?

Im Sinne meiner Freiheit muss ich mir darüber klar werden, ob ein Gefühl mich leiten soll oder ob gerade dieses Gefühl, das so deutlich in mir präsent ist, mich von meinem Weg abbringt.

Da meine Gefühle mich mit dem Geist eines anderen Menschen, den Geist einer Schule, eines Kindergartens, eines Geschäfts oder Vereins in Beziehung setzt, gibt mir die Unterscheidung der Geister wichtige Hilfsmittel für meine Lebensorientierung an die Hand.

