

## Gedanken zum Wochenende 02.07.2016

### Nachtragen

Manchmal ärgere ich mich über all das heillose Unwichtige, was in meinem Gedächtnis hängen bleibt, währenddessen ich manches Wichtige einfach vergessen habe.

Manchmal wünschte ich mir einen Filter in meinem Gedächtnis. Wie wohltuend wäre es, wenn ich die täglichen Informationen und Eindrücke, Worte und Töne, Erlebnisse und Bilder in meinem Kopf filtern und bewusst entscheiden könnte: Das was förderlich ist, möchte ich behalten; das was unnötig oder sogar schädlich ist, möchte ich vergessen können. - Aber leider gehorcht das Gehirn oft nicht.

Bei meinem alten Computer ist das kein Problem: In der rechten unteren Bildschirmecke gibt es ein Mülleimersymbol. Wenn ich das anklicke hebt sich der Deckel, ein grünes Männchen erscheint und singt: „Oh I love trash“. Das ist englisch und heißt „Ich liebe Abfall, Mist, Schund“. Am Computer ist es ein befreiendes Gefühl, etwas Unwichtiges löschen zu können. In meinem Beruf als Pfarrer habe ich häufig mit Menschen zu tun, die sehr vergesslich sind. Viel öfter begegne ich aber auch Menschen, die nicht vergessen können. Und die sind weitaus schlimmer dran: Immer und ewig tragen sie alten Ärger und uralte Enttäuschungen, Beleidigungen und bösen Tratsch von anno dazumal mit sich herum. Es ist, als ob sie sich wie das grüne Männchen damit vollsaugen nach dem Motto: „Oh I love trash“. Muss das denn sein, frage ich mich, dass das Leben heute durch die Boshaftigkeiten von gestern belastet wird? Muss das denn sein, dass wir Angehörigen noch nach vielen Jahren vorhalten, was sie damals gesagt oder uns angetan haben? Muss das denn sein, dass Beziehungen zwischen Menschen seit Jahrzehnten nachhaltig gestört sind, weil wir einander böse Worte oder Taten nachtragen? Wenn ich mir den Wortsinn des Wortes „nachtragen“, vor Augen halte, erkenne ich, dass derjenige, der nachträgt, wirklich der Dumme ist, denn er trägt dem anderen etwas hinterher, was eigentlich niemand mehr braucht, er schleppt schwer daran, so dass sein Weg mühsam wird. Der andere merkt es vielleicht gar nicht.

Ich denke, dass sich unser Gehirn durchaus trainieren lässt: Ich kann Ordnung in meine Gedanken bringen, wenn ich stets prüfe, ob etwas „hilfreich“ ist. Das möchte ich behalten. Was dagegen „heillos“ ist, möchte ich vergessen. Wenn ich mir über den Wert einer Information klar geworden bin, kann ich sie einordnen und mir merken oder beiseite schieben.

Der Apostel Paulus hat hierzu ein sehr wichtiges Wort gesagt. Es steht im Neuen Testament im Philipperbrief (Kap. 3,13): *„Ich vergesse, was dahinten ist, und strecke mich aus nach dem, was da vorne ist“*. Da bleibt jemand stehen und wirft das weg, was er „nachträgt“. Das hat mit Ballast abwerfen zu tun, mit Aufarbeitung, mit Reue und Vergebung, mit Versöhnung und Frieden. Lesen sie ruhig einmal nach.

In diesem Bibelwort ist vom Ziel die Rede, das man im Auge behalten soll. Wer zu viel mit sich herumschleppt, wird dieses Ziel nicht erreichen. Befreit vom Ballast dagegen kann er oder sie der Zukunft freudig entgegen gehen.

Ich wünsche Ihnen ein von Ballast freies Wochenende  
Ihr Pfarrer Bernd Töpfer, Evangelisch-Lutherische Kirchengemeinde Marktheidenfeld

Übrigens: Die jeweils aktuellen Gedanken zum Wochenende können auch auf unserer Homepage: [www.marktheidenfeld-evangelisch.de](http://www.marktheidenfeld-evangelisch.de) gelesen und heruntergeladen werden. Die Andachten der letzten Jahre zu den verschiedensten Themen finden Sie unter „Archiv“, für den Fall, dass Sie selbst mal eine Andacht halten wollen