

# Vertrauen braucht Mut und schenkt Kraft

Ja, und jetzt kommt das grosse ABER! Die Erfahrungen zeigen, dass Vertrauen die Menschen oft verletzlich machen kann. Enttäuschungen und Verrat können



schmerzhaft sein, und das macht Angst und blockiert die Vertrauensbereitschaft. Misstrauen und Verunsicherungen schwächen die Fähigkeit, ein gesundes Vertrauen aufzubauen.

In der letzten Zeit beschäftigt mich die positive Kraft des Vertrauens.

Die Fähigkeit, Vertrauen zu schenken, ist schon nach der Geburt vorhanden und sie entwickelt sich auf dem ganzen Lebensweg weiter. Dabei wird das Vertrauen immer bewusster und differenzierter. Wir Christen sind überzeugt davon, dass Gott uns Vertrauen schenkt und wir Menschen geben es anderen Men-

schen weiter. Unser zeitliches Sein ist das Übungsfeld des Werdens. Das werdende Vertrauen ist ein wichtiger Teil der menschlichen Einzigartigkeit, weil es die Seele der Liebe ist. Es kann sich in verschiedenen Richtungen entfalten. Die wichtigsten Formen sind: Vertrauen in Gott (bewusste und dankbare Wahrnehmung der Schöpfung), Vertrauen in den Menschen (in der Familie, am Arbeitsplatz, in der Politik, bei Begegnungen mit anderen Personen im Alltag etc.) und Vertrauen in sich selbst (Erkennung eigener Stärken, mutiges Handeln etc.). Wissenschaftlich ist noch nicht erklärbar, woher (aus welchen Hirnregionen) das Vertrauen kommt. Es bestimmt aber unser ganzes Leben, die sozialen Kontakte, das Zusammenleben in der Familie und die persönliche Entwicklung. Die Wissenschaftler konnten so viel darüber feststellen, dass die Angst der «Gegenspieler» des Vertrauens ist. Viele Leute haben Angst, anderen Ver-



trauen zu schenken. Folgendes konnte in der Forschung festgestellt werden: Wenn die Aktivität in bestimmten Hirnregionen, die uns Angst spüren lassen, sinkt, dann nimmt Vertrauen zu (Prof. Dr. Niels Birbaumer).

Das Vertrauen in Gott löst die Ängste der Menschen nicht durch die Erfüllung jedes Wunsches, sondern durch seine wahrnehmbare Liebe in den Offenbarungen, die im Lebens-

beispiel Jesu und in der Bibel sowie in der ganzen Schöpfung vermittelt sind.

Das Vertrauen bedeutet für mich keine blinde Unterwerfung, sondern eine vernünftige und überzeugte Hingabe, die in gleichem Masse Kraft spendet, wenn wir es anderen gewähren oder wir es von anderen bekommen. Es ist faszinierend, dass - auch wenn das Vertrauen wissenschaftlich schwer zu

fassen ist - es unser gesamtes soziales Miteinander durchwirkt.

Wir Christen haben viele praktische Instruktionen für die Entwicklung des Vertrauens in den heiligen Schriften. Hinweise, wie zum Beispiel: «liebt einander» und sogar «liebt Eure Feinde» helfen uns, unsere Ängste und das Misstrauen zu besiegen. Wir können uns frei, mutig und gleichzeitig demütig entscheiden, ob wir das wollen.

Das Vertrauen ist die wichtigste Säule der Liebe und des Glaubens. Vertrauen ist ein Veränderungsprozess, wie das geheimnisvolle Wachstum der lebendigen Dinge: «...wie wenn ein Mann Samen auf seinen Acker sät; dann schläft er und steht wieder auf, es wird Nacht und wird Tag, der Samen keimt und wächst und der Mann weiss nicht, wie.» (Markus 4,26 -27). *Christa Schlegel*

*Christa Schlegel ist Pfarreiratspräsidentin der Pfarrei St. Laurentius Wülflingen.*