

**Zeitschrift:** Actio humana : das Abenteuer, Mensch zu sein  
**Herausgeber:** Schweizerisches Rotes Kreuz  
**Band:** 98 (1989)  
**Heft:** 3

**Artikel:** Heute schon gelogen?  
**Autor:** Jacobs, Leo  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-976065>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 11.04.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# HEUTE SCHON GELOGEN?

Wenn Sie ehrlich mit sich selbst sind, werden Sie sich vermutlich eingestehen müssen, dass Sie heute gelogen haben. Vielleicht haben Sie einen Bürokollegen angelogen. Noch wahrscheinlicher ist es jedoch, dass Sie jemanden angelogen haben, der Ihnen näher steht: als Mutter Ihr Kind, als Ehemann Ihre Frau, als Freund einen Freund, als Arzt einen Patienten.



Ob wir lügen können, ohne dabei ertappt zu werden, steht auf einem anderen Blatt. Aber lügen tun wir alle – als Erwachsene gemäss einer amerikanischen Studie durchschnittlich dreizehn Mal pro Woche.

Eine Lüge ist eine bewusste falsche Darstellung oder Aussage, eine zum Ausdruck gebrachte – meistens ausgesprochene – Unwahrheit. Sie ist etwas völlig anderes als ein Irrtum, ein Fehler oder eine falsche Auffassung, die meistens auf einem Missverständnis beruhen und denen das Hauptmerkmal der Lüge, nämlich die bewusste Absicht, jemanden zu täuschen, abgeht. Auch Täuschung ist eine bewusste Handlung, wenn auch normalerweise stummer, passiver Natur: Ein Ehemann kommt spät von der Arbeit nach Hause; jedenfalls nimmt seine Frau das an und sagt: «Du musst müde sein nach einem solch langen Tag im Büro.» Der Ehemann, der den Abend in Tat und Wahrheit in romantischer Begleitung verbracht hat, nickt oder murmelt etwas Unverständliches und bestärkt damit seine Frau bewusst in ihrer falschen Annahme.

Wie oft wir andere täuschen, entzieht sich der Statistik. Psychiater betrachten Lügen als notwendiges soziales Übel, das das Zusammenleben in unserer Gesellschaft in mancher Beziehung erleichtert. So wie die Kostüme und Masken dem Schauspieler auf der Bühne ermöglichen, eine eingebildete Welt fern seiner eigenen Person zu schaffen, so erlauben uns die Lügen, die wir im Umgang miteinander verwenden, unsere Beziehungen in einer Art und Weise zu

gestalten, dass sie angenehm für uns sind. «Ich habe Deine Nachricht nicht erhalten»... «Meine Uhr muss stehengeblieben sein»... «Der Bus hatte Verspätung»... Wir benützen diese alltäglichen Ausreden, um uns vor den Reibungen zu schützen, die unsere Nachlässigkeiten und Untugenden verursachen könnten, und gleichzeitig auch, um uns unser positives Bild von uns selbst zu erhalten.

Dieses Verhalten ist Teil dessen, was die Psychologen C. R. Snyder und Raymond Higgins das «Umgehen mit der Realität» nennen. Ein ständiges Seilziehen zwischen dem «Entwickeln, Aufrechterhalten und Nähren einer persönlichen positiven Theorie über das, was wir sind», und der manchmal brutalen Realität unserer Fehler und Mängel, die das Leben aufdeckt. Sich selbst belügen, schliessen Snyder und Higgins daraus, schafft die notwendige Illusion, um mit der Welt und unserem Platz darin besser zu Rande zu kommen. Es überrascht kaum, dass aus ihrer Untersuchung auch hervorging, dass jene, die sich die Ausrede anhören müssen, mit dem Lügner bereitwillig zusammenarbeiten, indem sie dessen (Selbst-)Täuschung und damit sein Selbstbild nicht in Frage stellen.

Schwierig wird es, wenn wir versuchen, all die Unwahrheiten, nach denen die Situationen rufen, in die wir geraten, in «gute Lügen» und «schlechte Lügen» einzuteilen. Soll ein Arzt einen sterbenskranken Patienten anlügen, um ihm die Angst vor dem Tod zu ersparen? Oder den Eltern einer Minderjährigen die Schwangerschaft ihrer Tochter und deren Wunsch nach einem Abbruch vorenthalten? Sollen Eltern Kindern die Tatsache verschweigen, dass sie adoptiert sind? Darf ein Journalist lügen, wenn es darum geht, einen Korruptionsskandal aufzudecken, und dies nur mittels Täuschung möglich ist? Alle Lügen, ob sie von vitaler Bedeutung, wie die eben genannten, oder anscheinend harmlos und banal sind, stellen eine Bedrohung für uns dar, warnt Sissela Bok in ihrem Buch «Lügen: Vom täglichen Zwang zur Unaufrichtigkeit». Sie verkennt zwar die Bedeutung der Lüge als eine Art soziales Schmiermittel nicht, glaubt aber, dass damit eine feindliche Atmosphäre geschaffen wird. «Lügen vergrössert die Macht des Lügners und vermindert die des Getäuschten, indem sie seine Entscheidungen auf verschiedenen Ebenen verändert.»

Wir treffen in unserem Leben Tag für Tag tausend und mehr Entscheidungen, die auf der Qualität und der Quantität von Informationen beruhen, die wir zu diesem Zweck erhalten haben. Eine falsche Information bringt uns vom Weg ab und vergrössert die Wahrscheinlichkeit, dass wir eine falsche Entscheidung treffen, die unseren Interessen entgegenläuft. Als Beispiel brauchen wir nur auf das Cliché des Occasion-Autohändlers zurückzugreifen, der uns zum Kauf eines zehn Jahre alten Wagens mit der Versicherung überreden will, er sei nur sonntags gefahren worden. Lügen verändern unser Urteil, indem sie uns vom Ziel abbringen oder Alternativen verschliessen und Kosten und Nutzen unserer Entscheidungen oder von alternativen Wegen verfälschen. Weil Lügen so allgegenwärtig und manche Formen von Unwahrheiten von der Gesellschaft völlig akzeptiert sind – man denke nur an die verbreitete Formel «Wie geht es Ihnen? Danke gut. Und Ihnen?» –, würde dadurch für den ehrlichen Bürger nämlich eine paradoxe Situation entstehen: die Ehrlichkeit würde ihrerseits als Täuschung betrachtet. «Wer um jeden Preis die Täuschung und Selbsttäuschung des Rollenspiels vermeiden würde, spielte doch nur eine neue Rolle: die des „Wahrhaftigen“», schreibt Zurhorst.

Täuschung lässt sich erkennen, wenn man auf die verräterischen Zeichen in Gesichtsausdruck, Intonation und Wortwahl des Lügners achtet. Es gibt darüber ausführliche Studien, die beispielsweise für Psychiater, die täglich mit der Frage konfrontiert sind, ob ihre Patienten die Wahrheit sagen oder nicht, sehr hilfreich sind. Von ihrer Fähigkeit, Lügen zu erkennen und Wege zur ehrlichen Kommunikation zu entwickeln, kann ja ihr beruflicher Erfolg abhängen. Am meisten überrascht vielleicht das Forschungsergebnis, dass Ehemänner und Ehefrauen weniger gut als Freunde und nur leicht besser als völlige Fremde abschneiden, wenn es darum geht, herauszufinden, wann ihre Partnerin oder ihr Partner lügt. Wie bei den Ausreden scheinen die engsten Partner auch hier willig, wenn auch unbewusst, an der Täuschung mitzuwirken.

Trotzdem sollten wir das Hauptaugenmerk nicht auf das Aufdecken von Lügen richten, meint auch Sissela Bok, sondern wir sollten eher versuchen, auf unnötige Unwahrheiten zu verzichten, und Ehrlichkeit besser belohnen. Sie plädiert dafür, sich sowohl der banalen Lügen – in der Schule, in der Familie, am Arbeitsplatz – allgemein besser bewusst zu werden, als auch – in unserem eigenen Interesse – der Ehrlichkeit dort mehr Nachachtung zu verschaffen, wo sie am meisten fehlt: in der Politik, in der Ehe und in der Geschäftswelt. «Damit Sprache und Handeln mehr sind als blinde Tastversuche, muss es einen minimalen Grad an Vertrauen in der Kommunikation geben. Daher hat man ein gewisses Niveau an Wahrhaftigkeit schon immer für einen wesentlichen Bestandteil der menschlichen Gesellschaft gehalten, unabhängig davon, wie unzulänglich andere moralische Prinzipien beachtet werden.»

Kommunikation, die auf Unwahrheit grün-



JOHN HOLMES 13

det, führt nach Sissela Bok unweigerlich zu Missverständnissen und schliesslich zur Lähmung der Entscheidungsfähigkeit der Gesellschaft und zum Verfall ihres Zusammenhalts. Wahrheit benötigt keine Erklärung, während bei einer Lüge in jedem Fall eine Entschuldigung vor sich selbst und ein Grund gefunden werden müssen, weshalb sie nicht unmoralisch ist. Moralphilosophen von Augustinus bis Sartre sind sich darin einig, dass Lügen ins Verderben führt und jede einzelne Lüge ein Schritt auf diesem Weg ist: Lügen ist einfach, schwierig ist es, nur einmal zu lügen. «Sogar die Teufel selbst belügen sich nicht gegenseitig», schrieb der englische Schriftsteller Samuel Johnson 1753, «da die Höllengesellschaft genauso wenig wie andere ohne Aufrichtigkeit bestehen könnte.» ■

LEO JACOBS

*Masken sind auch eine Form von Lügen. Sie sollen das wirkliche Gesicht, das wirkliche Ich, verbergen. Doch weiss man seit kurzem, dass sich das Aufsetzen eines fröhlichen Gesichts heilsam auf das Ich dahinter auswirken kann. Deshalb wird es vom iranischen Wahlfreiberger Farhad Hormozi in der philosophischen Werbefibel «What Is It?» propagiert, für die 31 Künstler gemalt haben.*