

**Zeitschrift:** Fachzeitschrift Heim  
**Herausgeber:** Heimverband Schweiz  
**Band:** 65 (1994)  
**Heft:** 12

**Rubrik:** Laut nachgedacht : ich glaube an mich selber

#### **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:** 29.01.2026

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

# ICH GLAUBE AN MICH SELBER

Von Dumeni Capeder

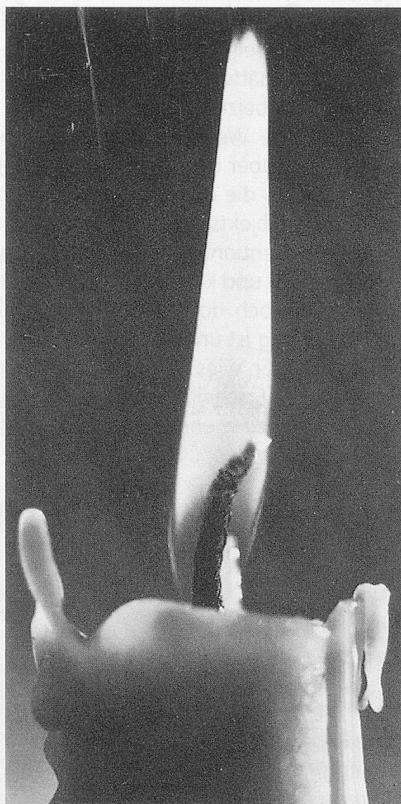
**Für viele eine ungeheuerliche Anmassung, dieser Ausspruch. Arroganz, Größenwahn, Narzissmus meinen wohl andere. Und dennoch stehe ich dazu und basta. Ich bin sicher, dass auch Sie in Ihrem Leben ähnliches verfügt haben, nämlich dass wir Menschen mit unserem Dasein eine Fülle von Fähigkeiten mitbekommen haben, die wir oft ungenügend benützen. Und dabei sind sie von unserem Schöpfer zu unserer Entfaltung, unserer Hilfe und unserer Erfüllung gedacht und mitgegeben worden.**

**D**er Glaube versetzt Berge steht im Buch der Bücher, und damit fängt mein lautes Nachdenken an. Vielleicht müssen wir in unserem Lebensbuch weit zurückblättern bis zu jenem Zeitpunkt, da wir noch vorbehaltlos an das Gute glaubten. Vielleicht aber – und dies wäre eine wirkliche Gnade – glauben wir noch heute daran. Dieser Glaube an das Gute, das Erfolgreiche, die Erfüllung ist wahrhaft jene Kraft, die unser Leben steuert, und was noch wichtiger ist, unser Leben entscheidend mitbestimmt.

Das Leben sei eine sich selbst erfüllende Prophezeiung, sagte einer, der es wissen musste. Doch automatisch erfüllt sich meines Erachtens kein Leben, da muss von uns her eine gehörige Portion dazugegeben werden. Dazugeben können wir, wenn wir es haben. Und wir haben es in einer Fülle, die unvorstellbar gross ist. Diese Fülle an Kraft, Energie, freudigem Empfinden, schöpferischem Denken, Urvertrauen, Hoffnung und eben Glauben, die steckt in uns allen und wartet nur auf das Abgerufenwerden, Angewendet- und Nutzbargemachtwerden.

## Der Auslöser ist das Denken

In unserer computerisierten Zeit ist ein Vergleich mit einem Computer erlaubt. Unser Inneres, das Unterbewusstsein, vergleiche ich nun mal mit der Hardware, die mit allem für unser Leben Notwendigen ausgestattet ist. Doch aus sich allein wird es kaum aktiv, höchstens sporadisch und meistens nur in sich selbst. Gesteuert wird es durch unsere Software, unser Denken. So wie wir denken, also was für Bilder wir von uns und unserem Leben machen, so sucht eine Art Scanner in der riesigen Datenbank unseres immensen Gedächtnisses nach Informationen, die mithelfen, das Bild unserer Persönlichkeit, eine Situation oder eben unsere Zukunft zu verwirklichen. Also verändert unser Denken unsere Einstellung, und



Lieber ein Licht anzünden,  
als über die Dunkelheit schimpfen.

zwar positiv oder negativ, je nach Denk-art. Beim Denken machen wie uns Bilder, da unser Unterbewusstsein mit Bildern und nicht mit Abstraktem arbeitet. Denken ist demnach das Bilderproduzieren, Bilder, die in uns gespeichert werden sollen und durch Gedanken wieder abgerufen werden können.

## Unsere Bilder sind die Weichensteller

Unsere Gedanken sind wie Verkehrspolizisten, die wir mit einem bestimmten Auftrag an bestimmten Strassenkreuzungen aufstellen. Je nach Auftrag leiten sie den Verkehr so oder anders. Diese ungeheuer wichtige Tatsache erlaubt uns,

unser Leben zu steuern und den vom Schöpfer primär erteilten Auftrag unserer Sinnfindung und Erfüllung auszuführen. Dabei sind wir uns voll bewusst, dass nebenher viele Störfaktoren und «Viren» auf der Lauer sitzen und uns zu beeinträchtigen versuchen. Einer davon ist das Vorurteil, ein anderer die Angst vor Versagen und ein Dritter das Vergleichen mit andern und das daraus entstehende Werten und Bewerten, welche oft Neid und Missgunst erzeugen und uns blockieren.

Beim Niederschreiben dieser Zeilen steht vor mir in den Hitzetagen des Juli ein halbes Glas «Coca Cola light» auf dem Tisch. Der Schweiss rinnt von der Stirne heiss. Zum Glück ist das noch halb voll, denke ich und geniesse diese Tat-sache. Kaum geniessen würde ich sie beim Gedanken, dass das Glas schon halb leer sei. Ein alter Spruch, aber ein guter!

## Positives Denken

Positives Denken hat sehr viel mit Glaube an sich selber zu tun. Nicht zuletzt haben Dale Carnegie, Norman Vincent Peale und Joseph Murphy dies erkannt und auch gelehrt. Doch letztlich haben diese gescheiten Leute nur in das Bewusstsein des Menschen gerückt, was uns jener Mann der Bibel vor 2000 Jahren bereits angeboten hatte.

In unserem Leben haben wir zweifels-ohne schon viele Male diese Kraft ver- spürt und erfahren, oft jedoch unbe- wusst im Hintergrund. Lassen wir diese Kraft sich vordergründig entfalten, und unser Leben wird reicher und glücklicher und daher sinnerfüllter werden.

Ich fasse zusammen: Ich setze die Weichen! – Ich manage mein Leben! – Ich selber bin der Steuermann! – Ich ge- stalte die Zukunft! Dies alles meine ich jedoch im Sinn des obigen lauten Nach- denkens.

Ich hoffe, ich habe die anfängliche «Arroganz» meiner Aussage entschär- fen, aber auch bewusster machen kön- nen. Mit dieser Hoffnung schliesse ich meine Beitragsreihe «Laut nachgedacht» der letzten 12 Monate, welche stets ernst, aber nie todernst gemeint war, und ich danke Ihnen, sehr verehrte Lese- rinnen und Leser, aber auch der Redak- tion für das mir geschenkte Vertrauen, für das Mithdenken und Mitempfinden bei der Lektüre unserer geschätzten «Fachzeitschrift Heim».