

**Zeitschrift:** Gehörlosen-Zeitung für die deutschsprachige Schweiz  
**Herausgeber:** Schweizerischer Verband für das Gehörlosenwesen  
**Band:** 81 (1987)  
**Heft:** 10

**Rubrik:** Glauben und Leben

#### 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:** 23.02.2026

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

## Glauben und Leben

### Pass auf deine Gedanken auf!

Dass wir mit unserem Geist denken können, ist doch selbstverständlich. Es denkt doch einfach ständig in unserem Kopf! Ich erinnere mich aber an ein armes Menschenkind in einer Familie, das, obwohl dem Alter nach erwachsen, keinerlei geistige Regungen zeigte. Wenn die Mutter es aufnahm und in den Armen hielt, so lag es da wie eine lebendige Puppe ohne jede geistige Äusserung. Offensichtlich waren Geist und Denkfähigkeit nicht entwickelt.

An solchen Beispielen lernt man schätzen, was wir an unserem Verstand und Denkvermögen haben. Wie dürfen wir uns geistig in alle möglichen Richtungen und Wissensgebiete bewegen, ungemein vielseitiger als wir dies körperlich je könnten. Wir können uns zudem zurückrinnern an unzählige schöne (und auch an belastende) Erlebnisse. Und für die Zukunft können wir die tollsten Pläne schmieden. Gute Gedanken machen uns geistig reich. Es ist so, wie ein alter biblischer Weisheitslehrer es erkannte: «Die Gedanken bestimmen das Leben.»

Unsere Gedanken prägen unsere Persönlichkeit und unseren Charakter viel mehr als unser Körper. Unser Äusseres bildet dazu nur die geistige Hülle, wobei gerade im fortgeschrittenen Alter unsere Gemüts- und Gedankenwelt sich bis in die Gesichtszüge widerspiegelt. Viele fröhliche, positive Gedanken prägen ein interessantes, freundliches Gesicht, während im Gegensatz dazu viele mürrische, kritische Gedankengänge mit der Zeit die Gesichtszüge in unvorteilhafter Weise verzerrn. Der Volksmund sagt nicht vergebens: Mit 20 Jahren hat man noch das Gesicht, das man von seinen Eltern geerbt hat. Doch mit 60 Jahren trägt man das Angesicht, das sich aus unserem Innenleben ausgeprägt hat. Jetzt begreifen wir schon besser, warum der biblische Weisheitslehrer in Sprüche 4, 23 uns mahnt: «*Mehr als auf alles andere achte auf deine Gedanken, denn sie bestimmen das Leben!*»

Pass auf deine Gedanken auf! Normalerweise denkt es einfach in uns, recht unkontrolliert, je nach Umwelteinflüssen, Lust und Laune. Aber dieses unkontrollierte Laufenlassen der Gedanken bringt uns auch viel Not. Wir erleben, dass auch das Böse Zutritt zu unserer Gedankenwelt hat und uns zu Denkerlebnissen führt, über die wir selber erschrecken oder derer wir uns direkt schämen. Wie kann Misstrauen uns innerlich vergiften und blockieren. Rachegedanken drängen uns zu kriminellen Plänen. Neid führt zu kränkender Missgunst. Und erst die Schuldgefühle! Wie können sie uns plagen und uns die Freude an Vergangenheit und Gegenwart belasten. Gar nicht zu reden von dem, was Sorgen und Zukunftsängste in uns anrichten!

Pass auf deine Gedanken auf! Wir dürfen es unseren Beinen auch nicht gestatten, dass sie unkontrolliert einfach davonlaufen, wo sie durchwollen. Ebenso tragen wir eine Verantwortung für das, was wir in unsere Gedankenwelt hineinlassen und weiterdenken. Wir sind geplagte Leute, wenn wir all dem Raum geben, was unkontrolliert in uns auftaucht, oder was die Umwelt, zum Beispiel die raffinierte Reklame, in uns alles anstachelt und anreizt.



Verschiedene Menschen – verschiedene Gedanken – verschiedene Schicksale.

Demgegenüber sind wir gut beraten, wenn wir von den Grundsätzen der Bibel her selber ein gut funktionierendes Unterscheidungsvermögen für unsere Gedanken in uns tragen. Es ist nicht wahr, dass Zucht- und Meisterlosigkeit dem Menschen das meiste Glück und die schönste Freiheit bringen. Es ist aber ein grosser Gewinn, wenn wir lernen, unsere Gedanken zu überwachen und beim Aufsteigen schädlicher Abläufe sofort die innere Barriere hinunterzulassen, das heißt, den wüsten Empfindungen den Zutritt zu verwehren. Wir dürfen erleben, dass es innere Befreiung schenkt, wenn

wir im Gedanken an Jesus Christus Hassgedanken, Unversöhnlichkeiten, liebloses Denken und unsaubere Phantasien ganz bewusst von uns weisen. Es braucht darin eine gewisse Übung, damit wir sofort erkennen, welche negativen Gedanken uns überfallen wollen, welche belastende Spirale wieder zu drehen beginnt. Gleich darauf braucht es innere Entschlossenheit, solche Empfindungen, die nicht zur Denkweise Jesu passen, energisch von sich zu weisen.

Andererseits werden wir zu wertvollen, frohen, ehrlichen und sauberen Gedanken angeregt, wenn wir uns den Worten und Erlebnisberichten besonders des Neuen Testaments öffnen. Die Bergpredigt Jesu zum Beispiel (Matthäus, Kapitel 5 bis 7) wirkt wie ein geistiges Reinigungsbad. Wenn wir uns dieser Erfrischung aussetzen, so kommt mehr und mehr göttliche Ordnung in unser inneres Durcheinander.

Zugegeben: Dieser Kampf an der inneren Front verlangt Wachsamkeit und Zielstrebigkeit. Aber er lohnt sich. Der innere Friede des Geistes und die starke Freude aus der wachsenden Gottverbundenheit sind der kostbare Siegespreis.

Ernst Bots

### Zuversicht

*Von guten Mächten wunderbar geboren, erwarten wir getrost, was kommen mag. Gott ist mit uns am Abend und am Morgen und ganz gewiss an jedem neuen Tag.*

Dietrich Bonhoeffer

### Kirchliche Anlässe

**Basel:** Sonntag, 24. Mai 1987, 10.00 Uhr Gottesdienst im Spittlerhaus, Socinstrasse 13. Anschliessend Imbiss, Film oder Dias.  
Freundlich lädt ein: H. Beglinger

**Rheineck:** Auffahrtstag, 28. Mai 1987, 9.30 Uhr Gottesdienst mit Abendmahl im evangelischen Kirchgemeindehaus Rheineck. Anschliessend kleiner Imbiss. Freundliche Einladung.  
Pfarrer W. Spengler

**Schaffhausen:** Sonntag, 17. Mai 1987, 14.30 Uhr Gottesdienst im Hofackerzentrum. Anschliessend zeigt Hans Lehmann Dias von seiner Türkei-Reise. Herzliche Einladung. Gehörlosenpfarramt.  
Pfarrer G. Blocher

**St. Gallen:** Sonntag, 31. Mai 1987, 14.30 Uhr Gottesdienst im evangelischen Kirchgemeindehaus Lachen, St. Gallen.  
Anschliessend gemeinsames Zvieri. Alle sind freundlich eingeladen.  
Pfarrer W. Spengler

*Kurz soll man beten,  
aber oft und stark.*

Martin Luther