

Unser Herz

Mehr als alles andere behüte dein Herz (Spr.4,23)

Wie oft haben wir diesen Bibelvers gehört! Warum legt die Bibel so eine Betonung auf unser Herz? Die Antwort kommt aus dem zweiten Teil des Verses: *denn aus ihm fließt das Leben*. Eine andere Übersetzung bringt es folgendermaßen: *denn dein Herz beeinflusst dein ganzes Leben!*

Es gibt viele Bibelverse, die sich mit dem Herzen befassen. Deutlich wird dabei, dass das Herz denkt!

Mark.2,6-8: *Es saßen da aber einige Schriftgelehrte und dachten in ihren Herzen: Wie redet der so? Er lästert Gott! Wer kann Sünden vergeben als Gott allein? Und Jesus erkannte alsbald in seinem Geist, dass sie so bei sich selbst dachten, und sprach zu ihnen: Was denkt ihr solches in euren Herzen?* Diese Schriftstelle und andere (z.B. 1.Mo.6,5; Ps.49,4; Luk.9,46-48) drücken sehr deutlich aus, dass der Mensch nicht mit seinem Gehirn denkt, sondern mit seinem Herzen. Das, was in unserem Herzen vorgeht, das bestimmt uns wirklich! Das Herz hat eine viel größere Funktion und Kraft als allgemein angenommen wird!

Ich habe einiges über das Herz gelernt:

Das Herz schlägt in einem Embryo ab der 6 Woche, zu der Zeit ist das Gehirn noch gar nicht so weit entwickelt, um Impulse zu geben. Das Herz arbeitet also eigenständig. Es gibt erst später eine rege Kommunikation zwischen dem Gehirn und dem Herzen.

Dr. Amour entdeckte 1991, dass das Herz sein eigenes „kleines Gehirn“ hat. „Dieses „Herz-Gehirn“ besteht aus etwa 40.000 Neuronen, die den Neuronen im Gehirn ähneln. Somit besitzt das Herz sein eigenes Nervensystem. Das Herz kommuniziert auf vielerlei Weise, mit dem Gehirn: neurologisch, biochemisch, biophysikalisch und energetisch. Der Vagusnerv leitet Informationen vom Herzen und anderen Organen weiter. Die Signale des „Herz-Gehirns“ werden an das Rückenmark, den Hypothalamus, den Thalamus, die Amygdala und die Großhirnrinde weitergeleitet. Das Herz sendet also mehr Signale an das Gehirn als umgekehrt.“¹ Außerdem ist das Herz die kraftvollste Quelle elektromagnetischer Energie im menschlichen Körper. Das vom Gehirn erzeugte Magnetfeld, ist nur in 2cm Entfernung messbar, das des Herzens

¹ aus <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31728781>

dagegen in bis zu einem Meter Entfernung.²

Diese wissenschaftlichen Erkenntnisse belegen die Aussage: Aus dem Herzen fließt Energie. Je nachdem wie dein Herz gefüllt ist, kann es sehr positive oder negative Strömungen hervorbringen. Weil das Energiefeld im Herzen so stark ist, wirken sich darin gespeicherte Informationen auch auf jedes einzelne Körperorgan aus. Darum ist es so wichtig, womit unser Herz gefüllt ist.

Jesus sagt, „*wer an mich glaubt, wie die Schrift sagt, aus dessen Innerem werden Ströme lebendigen Wassers fließen*“. (Joh.7,38)

Von uns geht etwas aus, je nachdem was in uns drin ist! Deshalb betont Gott immer wieder auf unser Herz zu achten! Das bedeutet, zu schauen ob das, was mein Herz glaubt und denkt, Gottes Wahrheit entspricht!

Im Lauf des Lebens hat sich viel in unser Herz eingelagert, Positives und Negatives! Daraus haben sich auch etliche Lügen, falsche Überzeugungen und Glaubensmuster entwickelt, die unser Herz für wahr hält! Doch es ist möglich, Altes und Toxisches wieder aus unserem Herzen zu werfen und neue Wahrheiten hineinzuschreiben!

Wie schreiben wir neue Wahrheiten auf unser Herz?

Zunächst ist es wichtig zu verstehen,

dass unser Herz in Bildern denkt. Diese Bilder gibt es an unser Gehirn weiter und das Gehirn findet Worte, um das auszudrücken. Wenn ich z.B. Hunger spüre, oder müde bin, sendet das Herz Signale und Bilder an das Gehirn und das Gehirn formuliert das Bedürfnis und setzt weitere Prozesse in Gang.

Wenn wir Wahrheiten auf unser Herz schreiben wollen, dann geht das auch weniger mit Worten, sondern mit Bildern und Empfindungen. Wenn ich beispielsweise tief im Herzen ergreifen möchte, dass Gott mich liebt, reicht es nicht aus, dass ich entsprechende Bibelverse nur proklamiere, sondern ich muss es mir vorstellen und dabei positive Gefühle entwickeln. Z.B. in Jesu Augen schauen und seine Liebe sehen, sich an liebevolle Erlebnisse mit Gott erinnern, sich vorstellen, wie Gott laut jubelt, wenn er mich sieht. (Zeph.3,17)

Um diese Wahrheiten wirklich in unser Herz zu bekommen, müssen wir uns Zeit nehmen und Gottes Wort immer wieder meditieren.

Das ist ein Schlüssel, um unser Herz zu verändern, so dass wir wirklich in der Fülle leben können, die Jesus uns verheißen hat (und unser Umfeld einfach nur durch unsere Präsenz segnen.)

Wir werden das erleben, was unser Herz glaubt!

Gerda Döring

² aus Science of the heart, volume 2, S. 41, Rollin McCraty