

31.08.2021 um 18:15 Uhr

hr3 MOMENT MAL



Ein Beitrag von

Dr. Fabian Vogt,

Evangelischer Pfarrer in der Öffentlichkeitsarbeit, Frankfurt

Revolverheld: "Neu erzählen"

Moderator/in: *Im Oktober erscheint das neue Album von Revolverheld. Und der Titelsong, den wir gerade gehört haben, läuft schon seit vergangener Woche bei hr3: „Neu erzählen“. Wieder mal ein echter Ohrwurm, mit einem geheimnisvollen Text: „Ich will das mit uns neu erzählen.“*

Fabian Vogt von der Evangelischen Kirche: Du bist ja als Pfarrer auch Seelsorger. Wie genau funktioniert das denn mit dem Neu-Erzählen von Lebensgeschichten?

Na, das Tolle ist: Revolverheld beschreibt auf poetische Weise eine Methode, die eigentlich aus der Familientherapie stammt.

Da heißt es nicht „Neu erzählen“, sondern „Reframing“ ... aber der Begriff meint genau das Gleiche: Gib deinem Leben mal einen neuen Rahmen. Versuch mal, deine Perspektive zu verändern. Weil wir alle dazu neigen, Situationen immer nach dem gleichen Muster zu betrachten. Was weiß ich: „Keiner mag mich!“ „Ich bin halt ein Opfer.“ Oder eben: „Du bist schuld, dass unsere Beziehung nicht läuft.“

Und da singt Revolverheld: „Ich will das mit uns neu erzählen. Will alle Charaktere neu auswählen. Will mich nicht mehr mit alten Sachen quälen.“ Also: ein kleiner musikalischer Psychologiekurs.

Kann man denn sein Leben so einfach umdeuten?

Leicht ist das nicht. Aber letztlich entscheiden wir schon selbst, wie wir uns sehen. Und diese Sichtweise können wir ändern. Übrigens: Glauben ist auch nichts anderes!

Jesus hat den Menschen gesagt „Schau mal, was es mit dir macht, wenn du glauben kannst, dass Gott dich bedingungslos liebt. Ja, betrachte dich mal als einen geliebten Menschen. Dann wirst du sehen, wie schnell du dein Leben ‚neu erzählen‘ kannst.“