

Kirche in WDR 4 | 21.02.2026 08:55 Uhr | Anne Christin Wellmann

Das Herz

Guten Morgen,

von Herzen.

Das Herz – das kommt ganz schön oft in unserer Sprache vor.

Man kann:

das Herz am rechten Fleck haben
ein Herz und eine Seele sein
jemanden ins Herz schließen
sich ein Herz fassen
sein Herz ausschütten
etwas auf dem Herzen haben
und sich etwas zu Herzen nehmen
jemandem aus dem Herzen sprechen
und Herzen berühren

Klar ist: Jedes Herz ist anders:

Es gibt
kleine und große Herzen
warme und kalte
hungrige und brennende
schwere und reine
weiche und harte

Es gibt außerdem noch:

einsame Herzen
verliebte Herzen
gebrochene Herzen
kranke Herzen
vor Freude pochende und vor Aufregung klopfende Herzen
Herzen, die schmerzen
Herzen, die aufgehen und volle Herzen

nicht zu vergessen:

Herzen die in Hosen rutschen

Herzen, die auf der Zunge getragen werden und
manchmal fallen auch Steine vom Herzen

Worte vom Herzen gibt es wie Sand am Meer... auch in anderen Sprachen.

Kein Wunder, denn alle drücken unsere Gefühle aus - und davon gibt es nun mal jede Menge.

In der Bibel ist das Herz der Ort der Gefühle – aber auch des Verstandes und des Willens.
Ob töricht, verstockt, empfindsam oder weise, die Bibel nennt viele Herzensregungen.

Da heißt es:

Gott kennt die Regungen im Herzen,
die Gedanken,
die verborgenen Wünsche und Wunden.

Oder:

"Gott, heilt die gebrochenen Herzen und verbindet offene Wunden." (Psalm 147,3, Basisbibel)

Oder:

"Wie ein Mensch im Wasser sein Gesicht erkennt, so erkennt er sich im Herz eines anderen Menschen." (Sprüche 27,19, Basisbibel)

Und immer wieder taucht in der Bibel die Vorstellung auf:

Das, was mich im Innersten bewegt, das wird gesehen.

"Der Mensch sieht, was vor Augen ist, Gott aber sieht das Herz." (1 Sam 16,7, Basisbibel)
Heißt es da.

In vielen spirituellen Traditionen gibt es Wege,
diesen inneren Herzensort bewusst zu betreten.

Im Christentum gibt es das Herzensgebet –
eine Praxis aus frühchristlicher Zeit.

Das Herzensgebet ist kurz,
oftmals nimmt man zwei Bibelworte oder sogar nur eins und betet sie mit dem Ein- und Ausatmen.

Es ist weniger ein Sprechen als ein Lauschen:

ein Zurückkehren zum eigenen Mittelpunkt,

ein Ruhigwerden im Inneren,

ein Sich-Verbinden mit dem, was trägt.

(Vielleicht sogar) Eine Begegnung mit Gott. (?)

So wird das Herz zu einem Raum,
in dem ich ankommen kann.
Ein Raum, in dem ich erfahre,
wer ich bin
und woran mein Herz hängt.
Vielleicht probieren Sie es mal aus.

(Ende WDR 4, Verabschiedung für WDR 3 und 5:)
Dass wir immer wieder auf unser Herz hören, wünscht sich,
Pfarrerin Anne Wellmann aus Tönisvorst.

Quellen: (Alle Links zuletzt abgerufen am 24.01.26)
<https://www.die-bibel.de/ressourcen/wirelex/4-inhalte-i-bibeldidaktik/herz-bibeldidaktisch>

<https://www.evangelisch.de/inhalte/237674/27-12-2024/wege-die-stille-teil-1-herzensgebet-alle-meditationen-entdecken>

Redaktion: Landespfarrerin Petra Schulze