

RÄUMT DIE BARRIEREN WEG

WIE KIRCHENGEMEINDEN OFFEN FÜR MENSCHEN MIT AKUTEN UND CHRONISCHEN KRANKHEITEN UND BEHINDERUNGEN WERDEN.

Wie können christliche Gemeinden am Heilungsauftrag Jesu mitwirken? Jesus gab seinen Jüngern den Auftrag, Kranke zu heilen. Er selbst hat Menschen geheilt, mit einer Berührung, einem persönlichen Wort, einer – aus unserer Sicht – merkwürdigen Medizin. Wenn von Heilungen die Rede ist, dann nutzt die Bibel die Begriffe und Vorstellungen ihrer Zeit. Bestimmte Krankheiten wurden mit dunklen Mächten in Verbindung gebracht. In der westlichen Medizin interpretiert man die Krankheitsursachen auf andere Weise. Die Naturwissenschaften ermöglichen Einblicke in Körper und Seele. Sie bieten die Gelegenheit, durch Behandlungsmethoden die Gesundheit zu fördern. Der Heilungsauftrag des Neuen Testaments und die Heilungsmethoden der Gegenwart scheinen unvermittelbar. Einige Christen blenden darum die moderne Medizin aus. Sie vertrauen auf die spirituelle Kraft des Heiligen Geistes und sehen in dem alleinigen Vertrauen auf das Gebet einen Glaubensbeweis. Andere schütteln darüber den Kopf. Sie halten das für einen Irrweg und setzen auf die evidenzbasierte Medizin.

Inzwischen ist diese Konkurrenz der Weltbilder etwas in den Hintergrund getreten. Spätestens mit der Entdeckung der Zusammenhänge von Leib und Seele in der psychosomatischen Medizin weiß man, dass Gesundheit ein ganzheitliches Geschehen ist. Das Wissen um die spirituelle Dimension von Kranksein und Gesundsein wird mehr und mehr bekannt. Selbst die Apothekenrundschaue berichtet darüber, dass Beten einen guten Einfluss auf die Gesundheit haben kann.

Was bedeutet das für die christlichen Gemeinden? Jahrzehntlang tobte ein erbitterter Streit zwischen jenen, die auf Gebet als Heilungsmethode vertrauten. Sie betrachteten den Gang zum Arzt als Zeichen des Unglaubens. Andere lächelten, wenn für Kranke um Heilung gebetet wurde, weil sie auf eine naturwissenschaftlich begründete Medizin vertrauten. Heilungsgebete erschienen ihnen – wenn nicht gleich als christliche Magie, dann doch zumindest als höchst naiv.

Die Corona-Pandemie ließ den Konflikt wieder aufkommen. Durch die staatlich verordneten Maßnahmen konnte man die Fragen nicht mehr in den rein privaten Bereich verlagern. In den Kirchengemeinden musste entschieden werden, wie man mit den staatlichen Anordnungen oder Empfehlungen umgehen sollte. Die allgemein anerkannte, evidenzbasierte Medizin bestimmte die öffentliche Diskussion.



Manche suchten alternative wissenschaftliche Belege, um ihr abweichendes Verhalten zu begründen. Andere hofften auf die Macht des Glaubens und des Gebets. Wieder andere machten die Einschränkungen im sozialen Bereich für menschliches Leid verantwortlich. Nach zwei Jahren sind alle Parteien erschöpft und hoffen, dass der nächste Sturm vorüberzieht.

Der Auftrag Jesu, Kranke zu heilen, muss nun neu in die Praxis umgesetzt werden. Was ist der spezifische Heilungsauftrag der Kirche und wo muss sie sich der Gesundheitspolitik beugen? Im Folgenden stelle ich Beispiele vor, wie die christliche Gemeinde zum Gesundwerden und Gesundbleiben beitragen kann. Dabei konzentriere ich mich auf die Gesundheitsvorsorge, einem Bereich, der so in der Bibel kaum vorkommt. Die Kirche kann mit ihrer Verkündigung, ihrem Verhalten, ihrem Programm und ihren Räumen Gesundheit fördern oder ihr schaden.

GEMEINDERÄUME:

Wer einmal über ein locker herumliegendes Stromkabel gestolpert ist, weiß, dass achtloser Umgang mit Unfallverhütungsvorschriften großes Leid verursachen kann. Wer einmal im Dunkeln nach einem Lichtschalter tappte, der weiß, wie sinnvoll eine Notbeleuchtung ist. Fluchtwege sind kein Luxus, auf den man auch gerne verzichten kann. Und dass Küche und sanitäre Anlagen sauber sein sollten, ist den meisten bewusst. Aber wie steht es um den Umgang mit der Hygiene, wenn gemeinsam gegessen wird? Wer respektiert die Mindestanforderungen des staatlichen Gesundheitsamtes, wenn ein Buffet aufgebaut wird? Wie oft werden die Spielsachen im Krabbelraum desinfiziert oder wer steckt die Lego-Bausteine regelmäßig in die Waschmaschine, damit sich die Kinder nicht gegenseitig anstecken? In wie vielen Gemeindehäusern ist ein Defibrillator zu finden? Oder wenigstens ein Verbandkasten und eine Trage? Gibt es einen Reinigungsplan und wird regelmäßig gelüftet?

GEMEINDEPROGRAMM:

Für kirchliche Veranstaltungen gibt es Vorschriften, die die meisten von ihrem Arbeitsplatz her kennen, aber in der Kirche gerne übersehen. So müssen Betriebe (und auch Kirchengemeinden sind ein Betrieb) Ersthelferinnen und -helfer schulen. In wie vielen Gemein-

den finden Ersthelferschulungen statt? Sie werden von Organisationen wie den Johannitern angeboten. Gibt es im regelmäßigen Veranstaltungsprogramm Angebote, die zu gesunder Ernährung ermutigen und die Bewegung ermöglichen (in Wandergruppen oder Sportangeboten)? Gibt es beim Grillfest der Gemeinde Alternativen zum Billigwürstchen aus dem Kühlregal? Oder wird auf Tierhaltung und fettarme Ernährung geachtet? Gibt es in der Gemeinde das offene Angebot der Fürbitte und Segnung? Entweder in Form eines Gebetskreises, der Anliegen Kranker aufgreift oder im allgemeinen Gebet im Gottesdienst für die Kranken und die, die sie pflegen und behandeln. Oder gibt es bestimmte Orte und Zeiten, in denen Menschen gesegnet werden, zum Beispiel nach dem Gottesdienst oder auch in speziellen Gottesdiensten für Kranke?

ZUGÄNGE FÜR JEDERMANN:

Wie stark ist das Gemeindeleben auf Menschen ausgerichtet, die gesund und leistungsfähig sind? Können Menschen mit einer Behinderung gleichberechtigt teilnehmen? Wie kommen Menschen mit eingeschränkten Sinnen im Gemeindehaus zurecht?

Können auch Menschen mit Sehproblemen die Liedtexte lesen oder sind diese durch Hintergrundbilder nur für gute Augen zu erkennen? Sind die sanitären Einrichtungen behindertengerecht? Wird der Behindertenparkplatz in der Nähe des Eingangs freigehalten? Haben Gemeindemitglieder auch dann die Chance am Gottesdienst teilzunehmen, wenn sie das Haus nicht mehr verlassen können, auf Säuglinge achten müssen oder berufstätig sind? Hier haben viele Gemeinden während Corona einen großen Lernfortschritt gemacht. Hybride Veranstaltungen erleichtern es Menschen mit ansteckenden Krankheiten (vom Schnupfen bis zur Covid-19-Infektion), zu Hause zu bleiben und andere nicht zu gefährden. Und auch jene, die besonders anste-

ckungsgefährdet sind, haben so die Wahl, aus Hygienegründen zu Hause zu bleiben.

Infektionsschutz kann in Konkurrenz zu kulturellen Gepflogenheiten stehen. Wenn beim Hausarzt ein Schild steht, „Statt Ihnen die Hand zu geben, schenken wir Ihnen ein Lächeln“, dann könnte das ja auch nach dem Gottesdienst gelten. An vielen Orten ist es inzwischen selbstverständlich, dass man für jeden Gottesdienstbesucher einen kleinen Abendmahlskelch bereit hält, statt gemeinsam aus einem einzigen Kelch zu trinken. Und während der Pandemie haben Kirchen, die nicht nur eine Oblate, sondern ein Stück Brot herumreichen, gelernt, dass die Brotbrocken auch mit einer Zange weitergegeben werden können.

GESUNDHEIT IN LEHRE UND SEELSORGE:

Wissen wird in der Gemeinde durch Predigten und andere Verkündigungselemente vermittelt. Der Prediger oder die Predigerin hat es in der Hand, den scheinbaren Widerspruch von Gebet und Arztbesuch aufzulösen. Der Jubel, dass jemand gebetet hat und darum nicht zum Arzt musste, verrät ein tiefes Misstrauen in die Medizin oder die kindliche Angst vor dem Zahnarzt. Gelegentlich sollte in der Verkündigung das Lob des Arztes aus dem Buch Jesus Sirach 28 zitiert werden. Dort wird nicht nur dem Arzt Wertschätzung entgegengebracht, sondern auch der Apothekerin. Wie wäre es, wenn die Predigt zu einem gesundheitsbewussten Verhalten ermutigt, im Umgang mit Suchtmitteln, Ernährung und Sport?

Die Rahmenbedingungen für die seelsorgerliche Begleitung von Kranken haben sich gewandelt. Klinikaufenthalte sind nur noch kurz und bieten kaum Gelegenheit zu Krankenbesuchen. Die anschließende Anschlussheilbehandlung ist oft an entfernten Orten, so dass der Kranke nur wenig Kontakt zu seiner Gemeinde halten

kann. Wie kann die Anteilnahme der Gemeinde auf anderem Weg vermittelt werden?

Wer die Fragen dieses Artikels im Blick auf seine Kirchengemeinde stellt, wird auf weitere Möglichkeiten stoßen, Menschen auf dem Weg der Heilung an Körper und Seele zu begleiten. Das Gemeindeleben in dieser Hinsicht entsprechend zu gestalten, ist das eine, weitergehende Überlegungen lohnen sich. Der Einsatz professioneller Helferinnen und Helfer als Ehrenamtliche oder Angestellte könnte sich in größeren Gemeinden lohnen. Beispielgebend ist die Initiative Vis-a-Vis (<https://visavis-gemeindediakonie.de>). Aber auch die Zusammenarbeit mit Einrichtungen des Gesundheitswesens sollte von Seiten der christlichen Gemeinden aktiv gesucht werden. Säkulare Organisationen bieten finanzielle und inhaltliche Möglichkeiten, die auch für Kirchengemeinden interessant sind. So bietet die Aktion Mensch vieles an, das die Inklusion fördert und Gemeinden hilft, barrierefrei zu werden. ■

Jesus Sirach 38: LOB DES ARZTES

1 Erweise dem Arzt gebührende Verehrung, damit du ihn hast, wenn du ihn brauchst; denn auch ihn hat der Herr geschaffen, 2 und von Königen erhält er Geschenke – Heilung kommt vom Höchsten. 3 Die Kunst des Arztes erhöht ihn, und Fürsten bewundern ihn. 4 Der Herr hat die Arznei aus der Erde geschaffen, und ein Vernünftiger verachtet sie nicht. 5 Wurde nicht das bittere Wasser süß durch Holz, damit man seine Kraft erkennen sollte? 6 Und er selbst gab den Menschen das Wissen, um sich herrlich zu erweisen in seinen wunderbaren Mitteln. 7 Mit ihnen heilt er und vertreibt die Schmerzen, 8 und der Apotheker macht Arznei daraus, damit Gottes Werke kein Ende nehmen und sein Friede über der Erde liege. 9 Mein Kind, wenn du krank bist, sieh nicht darüber hinweg, sondern bitte den Herrn, dann wird er dich gesund machen. 10 Lass ab von der Sünde, handle rechtschaffen und reinige dein Herz von aller Missetat. 11 Opfre lieblichen Geruch und feines Mehl zum Gedenkopfer, und gib ein fettes Opfer, als müsstest du sterben. 12 Danach lass den Arzt zu dir, denn der Herr hat auch ihn geschaffen; und weise ihn nicht von dir, denn du brauchst ihn. 13 Es gibt Zeiten, in denen auch die Hand des Arztes hilft; 14 denn auch er wird den Herrn bitten, dass er's ihm gelingen lasse, damit der Kranke Ruhe findet, gesund wird und wieder für sich sorgen kann. 15 Wer vor seinem Schöpfer sündigt, der wird dem Arzt in die Hände fallen!



*Frank Fornaçon,
Pastor in der evangelisch-
freikirchlichen Gemeinde
Schmiedeberg/Osterzgebirge*

PRAXISBEISPIEL

Viele Menschen mit Sehbeeinträchtigung möchten ihre Behinderung nicht nach außen tragen. In Kirchengemeinden fehlt es deshalb oft an Bewusstsein für dieses Thema und sehbehinderte Menschen stoßen auf Probleme, die teilweise mit ganz einfachen Mitteln und einem klärenden Gespräch aus dem Weg zu räumen wären.

Hier setzt ein Bündnis aus Kirchen und Selbsthilfe mit dem Projekt „Sehbehindertensonntag“ an. Vom 1. bis zum 30. Juni finden in Deutschland neben zahlreiche thematischen Gottesdiensten vielfältige Aktionen statt. Im Dialog mit Betroffenen sollen Wege gefunden werden, wie Inklusion im Gemeindealltag gelebt werden kann.

Nach Hochrechnungen aus Zahlen der Weltgesundheitsorganisation WHO gibt es mehr als eine Million sehbehinderte Menschen in Deutschland. Um auf die Bedürfnisse dieser Menschen aufmerksam zu machen, hat der DBSV im Jahr 1998 einen eigenen Aktionstag eingeführt: den Sehbehindertentag (www.sehbehindertentag.de). Weitere Informationen und den Erklärfilm „Sehbehinderung im Kirchenalltag“ findet man unter: www.sehbehindertensonntag.de. Dort ist auch der Link zu einem Erklärfilm zu finden.

Frank Fornaçon

GLAUBEN TUT GUT

ERFAHRUNGEN EINES ARZTES

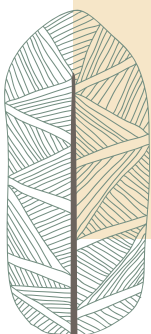
Wie kann ich als Arzt dazu beitragen, dass Patienten mit der Realität Gottes in Beziehung kommen und die Kraft des christlichen Glaubens kennenlernen? Diese Frage beschäftigt mich seit langem. Wie bin ich dazu gekommen? Ich hatte das Glück, schon zu Beginn meines Medizinstudiums durch einen Kontakt mit einer christlichen Studentengruppe überzeugter Christ zu werden. Während meines Studiums lernte ich allerdings, dass ein Arzt seinen Patienten gegenüber religiös neutral bleiben sollte, um alle Patienten annehmen und behandeln zu können.

In den letzten Jahren ist es aber zu einer Änderung der Einschätzung über den Wert von Spiritualität gekommen. Insbesondere in der Onkologie und Palliativmedizin wurde Spiritualität als wichtige Kraftquelle erkannt. Zahlreiche Studien weisen nach, dass Patienten durch Spiritualität besser mit ihrer (Tumor)-Erkrankung umgehen können und einen günstigeren Verlauf haben (Literatur 1). Mir kam daher im Rahmen meiner Tätigkeit als Leitender Arzt für Stammzelltransplantation in der Hämatologie und Onkologie die Idee, in meinem Ambulanz-Sprechzimmer (in unserer Abteilung für Onkologie und Hämatologie einer norddeutschen Universitätsklinik) ein entsprechendes Signal zu platzieren, ohne übergreifig zu sein. Ich stellte eine Tafel gut sichtbar in mein Bücherregal schräg hinter mir, mit dem bekannten Text des „Gelassenheitsgebetes“:

„GOTT GEBE MIR DIE GELASSENHEIT,
DINGE HINZUNEHMEN, DIE ICH NICHT
ÄNDERN KANN, DEN MUT, DINGE ZU
ÄNDERN, DIE ICH ÄNDERN KANN, UND DIE
WEISHEIT, DAS EINE VOM ANDEREN ZU
UNTERSCHIEDEN“ (REINHOLD NIEBUHR).

Meine Absicht war, dadurch den Patienten zu signalisieren, dass ich auch für nicht-medizinische Fragen und den Glauben ansprechbar bin, ohne dabei „zu fromm“ zu sein. Und tatsächlich werde ich immer wieder von Patienten angesprochen, die mir mitteilen, dass sie Erfahrung mit dieser göttlichen Kraftquelle gemacht haben oder dass sie daran interessiert sind. Häufig ist bei dem üblichen Zeitdruck in der Klinik dann kein längeres Gespräch über dieses Thema möglich. Aber mein Eindruck ist, dass dieses Signal schon eine große Bedeutung hat.

Obwohl ich jetzt schon seit Juni 2020 nach Erreichen der üblichen Altersgrenze im offiziellen Ruhestand bin, habe ich mit der Klinik noch eine eingeschränkte Fortsetzung meiner ambulanten Tätigkeit vereinbart, da ich noch fit bin und es gut in unser Familienkonzept passt. Ich betreue noch an zwei Tagen pro Woche meine Tumornachsorgepatienten, die ich zum Teil schon lange (bis über 20 Jahre) kenne. Viele Patienten mit malignen Lymphomen sind offenbar durch die onkologische Therapie geheilt worden und sicherlich auch mit Gottes Hilfe. Da ich jetzt etwas mehr Zeit habe, kam mir die Idee, diese freie Zeit für die Gemeinde zu nutzen und ein Beratungsangebot für Tumorkranken zu machen. Ich habe betroffenen Patienten angeboten, ihre Fragen zu Arztbriefen oder bestimmten Befunden mit ihnen in unserem Gemeindezentrum zu besprechen. Diese Idee kam mir beim Lesen eines Beitrags in einer christlichen Zeitschrift mit dem Titel „Ernte des Lebens“, der die Anregung gab, im Ruhestand die früher erlernten beruflichen Kompetenzen ehrenamtlich einzusetzen. Ich hatte vorher immer wieder von Patienten gehört, dass sie zum Teil von weit weg zu mir kamen, weil ich ihre Fragen beantwortete, die sie bei ihren behandelnden Ärzten wegen des Zeitdruckes nicht loswerden können. Mir wurde wiederholt die Frage gestellt, was ich denn zusätzlich zur onkologischen Therapie empfehlen könnte. Dabei wurde mir klar, dass ich den Patienten etwas Schriftliches anbieten sollte. Daher habe ich ein kleines Büchlein geschrieben und veröffentlicht, das weiter unten noch beschrieben wird



(Literatur 2). In der Gemeinde haben wir vereinbart, interessierte Personen bei Bedarf mit unseren Pastoren in Kontakt zu bringen und eventuell weitere Hilfe, z. B. Gebet u.a. anzubieten. Ich bin gespannt, wie sich diese Aktion noch weiterentwickeln wird.

Es ist meine Überzeugung, dass ein Teil der Tumorkranken durch die Kombination von onkologischer Therapie und Gottes Hilfe geheilt wird. Andererseits werden nicht alle Patienten geheilt. Dann kann der Glaube für die Annahme der Krankheit in therapeutisch schwierigen Situationen sehr wichtig werden. Als Beispiel für einen Beitrag aus dem Internet zu diesem Thema habe ich den folgenden Erfahrungsbericht ausgewählt:

KREBS UND GOTTVERTRAUEN:

„Über Elsbeth kann man sich nur wundern“ 25.04.2018

Elsbeth hat Krebs. Er sitzt tief in ihren Knochen... Aber die zierliche Frau mit dem schneeweißen Haar lässt sich davon nicht beirren. Sie hat ihm einen Platz in ihrem Körper eingeräumt. Soll er ruhig in ihr wohnen, der Krebs. Gott wird sich kümmern – daran glaubt sie fest.

...Montags kommen die Enkel zum Essen. Elsbeth Nispel kocht und versorgt, wie sie es immer getan hat. So gut es eben geht mit dem Krebs, der die Hälfte ihrer Energie raubt. Ja, sie hat Schmerzen, hauptsächlich im Rücken. Dann nimmt sie eben eine Tablette. Elsbeth sieht das nicht so eng. Was soll's – sie sei schließlich 75 Jahre alt. Da könne ein Leben auch schon zu Ende sein. Auf ein paar Pillen werde es jetzt wohl nicht mehr ankommen, meint sie.

„HEUTE KANN ICH LOSLASSEN“

...Elsbeth setzt sich an den Tisch und erzählt. Ihre wasserblauen Augen blicken wach. Ja, sie kennt den Ernst der Lage. Schließlich kommt der Krebs zum zweiten Mal. Vor neun Jahren nistete er sich in der Brust ein. Jetzt macht er sich in den Knochen breit. Angst, nein, Angst habe sie nicht. „Ich muss mich über mich selbst wundern. Früher war ich sehr ängstlich“, sagt sie. „Ich habe mich an Situationen festgebissen. Heute kann ich loslassen.“ Das komme wohl durch die Erfahrung. „Ich merke, dass ich getragen bin“, erklärt die Frau, die sich mit 14 Jahren für ein Leben mit Jesus entschieden hat. Das war 1956 bei einer Evangelisation in ihrem Heimatdorf. Damals hat sie Jesus gesagt, dass sie ihm vertrauen will. Heute spürt sie, dass da einer ist, der sie schützt. Das ganze Dorf spricht über ihre Haltung in dieser Situation. „Über die Elsbeth kann man nur staunen. Wie die das alles schafft“, sagen die Leute. In vielen Stimmen liegt Bewunderung. Vor neun Jahren wurde sie an der Brust operiert. ...Nach den (darauf folgenden) Bestrahlungen galt sie als gesund.

LITERATUR:

- 1) Heather S.L. Jim et al.: Religion, spirituality and physical health in cancer patients: a metaanalysis. *Cancer* 2015; 121: 3760-3768
- 2) Metzner, B.: Glauben tut gut – Erfahrungen eines Arztes. Rediroma-Verlag 2021

GESCHENKTE ZEIT

Das schöne Leben im Kreis der Familie ging weiter. ...Geschenkte Zeit für alle. Jetzt ist der Krebs zurück. Für Elsbeth ist er eine Krankheit, die wohl zu ihrem Leben gehört. Damit gilt es umzugehen. Und immer, wenn es ihr nicht gut geht, betet sie: „Herr, ich befehle dir alles an. Du trägst mich.“ Vielleicht geschehe auch noch ein Wunder und der Krebs ziehe sich wieder zurück. Ihrem Gott traut Elsbeth alles zu. Seit dem vergangenen Jahr macht sie einiges mit. ... Sie ist schmal geworden. Aber nicht trübsinnig. „Was wäre mein Leben, wenn ich mich zermürben würde – über Dinge, die ich nicht ändern kann?“, sagt sie und lacht. „Dann hätte ich ja keine Freude mehr.“

Ihr Mann ist dankbar für diese Einstellung. Gemeinsam haben sie dadurch eine gute Zeit, trotz ungunstiger Umstände. Beide wissen: Die Krankheit kann zum Tod führen. Elsbeth sieht das ganz klar. Sie wird jetzt ihre Beerdigung vorbereiten. Lieder aussuchen, Bibelstellen, die ihr wichtig sind. „Dann ist mein Leben um“, sagt sie. Es klingt weder traurig noch klagend. Sondern schlicht wie eine Tatsache. Ein reiches Leben, in dem es ihr an nichts fehlte. Auf den Tisch legt sich das Schweigen. ...Gott wird sich kümmern.

(Dieser Bericht wurde von Tina Fischbach-Nispel, Redakteurin und Heilpraktikerin für Psychotherapie, geschrieben. Sie hat dafür eine Abdruckgenehmigung erteilt.)

Bei meiner langjährigen praktischen Tätigkeit als Arzt habe ich festgestellt, dass Patienten mit schwierigen Krankheiten und ihre Angehörigen unbedingt die Hoffnung brauchen, dass sich ihre Situation verbessern wird. Hierbei bietet der Glaube den großen Vorteil für den Arzt und Patienten, dass nicht die endgültige Heilung versprochen werden muss, da dies unmöglich ist. Sondern beide können ihre Sorgen an Gott abgeben und darauf vertrauen, dass er sich darum kümmert. Gott



kann heilen oder die Kraft geben, mit der Krankheit besser leben oder auch sterben zu können. Diese Hoffnung wird sehr deutlich u.a. in dem Lied aus Taizé ausgedrückt: „Meine Hoffnung und meine Freude, meine Stärke, mein Licht: Christus, meine Zuversicht, auf dich vertrau ich und fürcht mich nicht. Auf dich vertrau ich und fürcht mich nicht.“ Diese Hoffnung können Ärzte ohne Glauben nicht überzeugend weitergeben und Patienten ohne Glauben nicht bekommen. Manchmal kommt es vor, dass Ärzte sich genötigt fühlen, ihren Patienten etwas zu versprechen, was sie nicht halten können. Oder Patienten reden sich etwas ein, was sich dann nicht erfüllt, und sind dann sehr enttäuscht. Christen werden im Neuen Testament im ersten Petrusbrief (Kap. 5, Vers 7) aufgefordert, alle ihre Sorgen auf Gott zu werfen, „denn er sorgt für euch“. Man muss die Sorgen also nicht verdrängen, sondern kann sie benennen und abgeben. Das ist eine große Freiheit! Dabei erfahren Christen, dass „Gott nicht alle unsere Wünsche erfüllt, aber alle seine Verheißungen“. Dies formulierte Dietrich Bonhoeffer im Gefängnis vor seiner Hinrichtung durch die Nazis 1945. Was er meinte, wird auch

durch die folgenden Zitate deutlicher: „Ich glaube, dass Gott uns in jeder Notlage soviel Widerstandskraft geben will, wie wir sie brauchen. Aber er gibt sie nicht im Voraus, damit wir uns nicht auf uns selbst, sondern auf ihn verlassen.“ „Gott, ...ich verstehe Deine Wege nicht, aber Du weißt den Weg für mich...“ „Von guten Mächten wunderbar geborgen, erwarten wir getrost, was kommen mag. Gott ist bei uns am Abend und am Morgen und ganz gewiss an jedem neuen Tag.“ ■

PD Dr. med. Bernd Metzner,
*Facharzt für Innere Medizin, Leitender
 Arzt für Hochdosistherapie und auto-
 loge Stammzelltransplantation, am
 Klinikum Oldenburg,*



Anzeige

MEDIZIN – THERAPIE – HEILPÄDAGOGIK – ALTENPFLEGE ... so können Sie uns helfen!

In vielen Krankenhäusern, therapeutischen Praxen, Alten- und Pflegeeinrichtungen oder heilpädagogischen Zentren sind die Lager voll mit **guten, funktionstüchtigen Dingen**.

Sie brauchen den Platz – wir benötigen das Material für unsere Patienten

Die christliche Hilfsorganisation „**Medizinische Nothilfe Albanien e.V.**“ betreibt mit ihrem albanischen Partner „Qendra Drita e Shpresës“ (Zentrum Licht der Hoffnung) in Pogradec/Südostalbanien ein „Rehabilitations-, Förder- und Begegnungszentrum“ mit medizinisch-therapeutischem Aus- und Fortbildungsbereich. Wir haben den Anspruch, Notleidenden, Kranken, Behinderten und Alten in Albanien zu helfen. In unserem REHA-Zentrum begegnen wir unseren großen und kleinen Patienten mit Respekt, Anerkennung, Würde und Liebe – ganz egal, welcher Religion, Volksgruppe, Gesellschaftsschicht oder welchem politischen Hintergrund der Einzelne angehört.

Sie müssen wissen, dass es in Albanien kein Krankenkassen- und Sozialversicherungssystem wie bei uns gibt. Alle notwendigen REHA-Leistungen: Orthopädie; Physiotherapie, Logopädie, Frühförderung, Heilpädagogik und die Versorgung mit Hilfsmitteln (Rollstühlen, Gehhilfen, Orthesen, Prothesen, Korsette ...) müssen Patienten selbst finanzieren. Wer sich das nicht leisten kann, bleibt unversorgt, mindestens aber unterversorgt.



Aktuell suchen wir dringend:

für unsere Physiotherapie

Ultraschalltherapiegeräte (z.B. Gymna Pulson 200)

Elektrotherapiegeräte (z.B. Gymna Duo 200)

Laufband, Therapietrampolin

Kraftstation mit Seilzug

Dauerhaft brauchen wir für Albanien:

Rollstühle aller Art für Kinder und Erwachsene

Gehhilfen

Verbandsmaterial

Verbrauchsmaterialien für Physiotherapie und Förderarbeit

Bei Fragen und Klärungsbedarf: Wenden Sie sich bitte an Herrn Goldammer in unserer MNA-Geschäftsstelle.



Medizinische Nothilfe Albanien e.V.
 Geschäftsstelle Deutschland
 Kamenzer Str. 10 · 02826 Görlitz

Fon: 03581-73 85 50
 Geschaefsstelle@mna-ev.de
 www.mna-ev.de

Evangelische Bank eG
 IBAN: DE16 5206 0410 0006 4237 36
 BIC: GENODEF1EK1



Ein Plädoyer für die Wut



Ärger, Wut und Zorn sind heiße Eisen. Für Christen und Christinnen sogar besonders heiß. Sollen und wollen sie doch lieb, friedlich und sanftmütig sein. Auch ich habe das so gelernt. Inzwischen meine ich: Erst wenn ich Ärger und Wut fühlen und ausdrücken kann, werde ich klar, lebendig und ehrlich. Doch viele Stellen im Neuen Testament nennen Ärger, Wut und Zorn in einem Atemzug mit allen möglichen Untaten. So wie der Apostel Paulus im Brief an die Galater:

„Wohin die menschliche Selbstsucht führt, kann jeder sehen: zu Unzucht, Verdorbenheit und Ausschweifungen, Götzendienst und Zauberei, Streit, Gehässigkeit, Rivalität, Zorn, Zank, Uneinigkeit, Neid, Trunk- und Fresssucht und dergleichen. Ich warne euch: Wer solche Dinge tut, für den ist kein Platz in Gottes neuer Welt.“ Paulus verdammt zwar den Zorn nur dann, wenn er sich mit Selbstsucht verbindet. Doch haben seine Aussagen bis heute dazu geführt, dass Wut und Zorn als unchristlich gelten. An dem schlechten Image von Ärger, Wut und Zorn ist nicht nur das Christentum schuld. Auch philosophische Schulen wie die Stoa lassen an ihnen kein gutes Haar. Bis heute spricht man von der stoischen Ruhe. Die hat, wer sich von keinem Gefühl aus dem Gleichgewicht bringen lässt. Auch nichtreligiöse Menschen versuchen heute, nach dem Motto „Nicht ärgern, nur wundern“ zu leben.

Ohne die Fähigkeit zur Aggression, zu Ärger, Wut und Zorn könnten wir gar nicht leben. Schon ein Säugling braucht ein gewisses Maß an Aggression, um sich der Welt zu nähern, sich durch sein Schreien auszudrücken, sich zu behaupten, sein Ich zu entwickeln. Erziehung, Kulturen und auch Religionen sollen dabei helfen, Wut so zu erleben und zu gebrauchen, dass sie anderen und mir nicht schaden, sondern nützen.

Ärger und Wut gehören zu den Gaben Gottes. Wir brauchen sie, um das Leben zu bestehen. Deshalb gehören

sie ans Licht. Wolfgang Schinkel hat als Pfarrer im Krankenhaus in Mittelhessen gearbeitet. Er ist in der Telefonseelsorge aktiv und bildet Seelsorger aus. Er sagt: „Es kann sogar krank machen, wenn man Ärger, Zorn und Wut auf Dauer im Dunkeln lässt.“

Diese Emotionen sind da. Auch wenn wir sagen: „Du darfst nicht!“, sind sie dennoch da. Je mehr ich sage: „Du darfst nicht!“, desto mehr schlucke ich diese Gefühle runter und habe Scham und Schuldgefühle, dass ich solche Gefühle vielleicht mal haben könnte. Und damit fängt das ganze Drama an.

Da frisst jemand die Wut in sich hinein, ärgert sich ein Loch in den Bauch. In unserer Sprache kommen Körper, Geist und Seele zusammen. Die Wut gehört zur Körpermitte und zum Verdauen. Man findet etwas zum Kotzen, es liegt schwer im Magen. Zum Drama kommt es, wenn jemand Gift und Galle spuckt oder vor Wut platzt. Das sind starke Bilder, wie Wut wirken kann. Der Seelsorger Wolfgang Schinkel erzählt:

„Ich wurde gerufen auf eine onkologische Station, eine Kollegin hat darum gebeten, die sich im finalen Stadium befand, und sterben wollte, aber nicht konnte. Sie bat mich: Beten Sie mit mir, damit Gott mich sterben lässt. Mitnichten habe ich gebetet. Weil ich erst mal erfahren wollte, was da im Hintergrund steckt. In jeder Glaubensidee steckt auch eine existentielle Situation. Und es kam raus, dass sie seit 10 Jahren keinen Kontakt zu ihrer Mutter mehr hatte, weil sie von Kindesbeinen an sehr unterdrückt war. Die Gefühle in der Familie gab es nicht, weder Freude, noch Leid, noch Trauer. Sie hatte eine unbewusste Wut gegenüber der Mutter, die ganz streng darauf achtete, dass auch sexuelle Dinge gar keine Rolle spielten.“

Wut, Zorn und Streit sind in manchen Familien ähnlich tabu wie Sexualität. Auch wenn sich rund um die 68er Jahre manches verändert hat: Harmonie ist oft noch das Ideal in Familie und Beziehungen – und auch in christlichen Gemeinden. Die Schattenseiten werden dabei übersehen. Permanente Freundlichkeit und Sanftmut können einen zur Weißglut treiben. Zum Beispiel die Leute, die subtile Gemeinheiten verbreiten mit dem Nachsatz „Ich meine es ja nur gut!“. In manchen Gruppen oder Kollegenkreisen traut sich niemand, seine Meinung zu

sagen, weil sich alle einig sein müssen. Da schweigt man sich tot oder trennt sich lieber, als sich zu streiten. Wolfgang Schinkel erzählt, wie seine kranke Kollegin in einem entscheidenden Moment zu sich stehen konnte.

„Als ich das merkte, fragte ich sie, ob sie denn mit der Mutter wieder einen Kontakt haben wollte. Da sagte sie: Nein, aber ich würde ihr gern alles mal an den Kopf werfen, was mir wichtig ist in dieser Geschichte der Erziehung. Da die Mutter schon über siebzig war, dachte ich, ich versuche über Imagination, die Mutter auf einen Stuhl ans Bett zu setzen und die Patientin dazu ermutigen, die Gefühle mitzuteilen. Obwohl sie vorher ja sehr erregt war, plötzlich im Angesicht der imaginierten Mutter still wurde, leise wurde.“

Wolfgang Schinkel beschreibt, wie die Frau dann jedoch alle Wut auf ihre Mutter rausgelassen hat, ja richtig rausgeschrien hat.

„Indem ich sie motivierte, das zu verstärken und ich als Begleiter mit in diesen Schrei hineinging, hat sie nach 10,12 Minuten sich geöffnet. Und hat die Wut, die im Bauch bei ihr angesammelt war, herausgebrochen und hat eine wahnsinnige Wutsequenz auf die Mutter schleudern können. Dann sank sie zurück und hatte plötzlich ein Gesicht von strahlender Weichheit.“

Jesus hat gesagt: „Die Wahrheit wird euch frei machen.“ Der Satz gilt auch hier. Wenn ich mich vor mir selbst und vor einem anderen Menschen zeigen kann, ohne mich zu verstellen, ganz und gar, mit meiner Wut, kann das heilen und befreien. Als ich dann kam, war sie gestorben und hatte der Schwester gesagt: „Jetzt kann ich sterben, nachdem ich mit meiner Mutter so agiert habe.“

In der Bibel geht es beileibe nicht nur um Immer-Liebsein. In vielen biblischen Aussagen sind Wut und Zorn nicht das Gegenteil von Liebe. Sie gehören zur Liebe dazu. Und zwar bei Gott und den Menschen. Gerade wenn mich ein Mensch interessiert, wenn ich ihn sogar liebe, will ich mich mit ihm auseinandersetzen. Der Theologe Michael Klessmann hat zum Thema Ärger und Aggression in der Kirche geforscht. Er stellt fest:

Es ist gerade eine der schlimmsten Irreführungen der Gegenwart, dass Liebe und Partnerschaft fast ausschließlich mit Glück und Harmonie assoziiert werden. Zum größten Teil ist die Liebe aktive Auseinandersetzung mit dem, was am anderen fremd und unverständlich ist und bleibt.

Ausgerechnet die Rede vom Zorn Gottes kann helfen. Auch wenn sie oft befremdlich ist. Gott ist nicht nur irgendwie lieb, aber harmlos – und damit letztlich desinteressiert. Leiden-



„ERST WENN ICH ÄRGER UND WUT FÜHLEN UND AUSDRÜCKEN KANN, WERDE ICH KLAR, LEBENDIG UND EHRlich.“

schaftliche Liebe und Zorn schließen sich bei Gott nicht aus. Allerdings klingen die Worte vom Zorn Gottes an manchen Stellen in der Bibel grausam und rätselhaft. Da steht zum Beispiel, dass der Zorn Gottes Menschen vom Erdboden getilgt haben soll. Ich protestiere dagegen, wenn man diese Stellen aus dem Zusammenhang reißt und als Wort Gottes vom Himmel gefallen versteht. Ich sehe diese Erzählungen als Spiegel von menschlichen Erfahrungen mit Leid und Tod. Als Versuch, sie mit Gott als Ursprung allen Seins in Verbindung zu setzen. Ihm zu klagen und ihn auch anzuklagen.

Der Zorn Gottes gilt meist nicht den boshaften Menschen, sondern der Bosheit, wie Paulus im Römerbrief schreibt:

„Denn Gottes Zorn wird vom Himmel her offenbart über alles gottlose Leben und alle Ungerechtigkeit der Menschen, die die Wahrheit durch Ungerechtigkeit niederhalten.“

Es verletzt die Liebe Gottes, wenn Menschen ungerecht behandelt werden. Gott liebt nicht apathisch. Lieblosigkeit versetzt Gott in heiligen Zorn. Auch der Mensch muss sich nicht der Illusion hingeben, er könne immer nur lieb sein.

Seelsorger Wolfgang Schinkel sagt:

„Der Zorn Gottes ist für mich ein gutes Beispiel dafür, dass diese Emotion alle Menschen betrifft und eben auch Gott. Denn wir sind ja Ebenbild Gottes, und es wäre traurig, wenn nur immer wieder der liebe Gott im Vordergrund steht. Ich finde es toll, dass der auch Schattenseiten hat, und dass der so richtig zornig auftreten kann. Es ist ein Zeichen, dass diese Emotion nicht von Gott abgelöst werden kann, sondern dass es zu unserer Lebensweise, zu unserem psychischen Apparat gehört und dass es gut ist – und davon lebe ich eigentlich auch.“

Bei Jesus von Nazareth stand der Zorn nicht im Zentrum seiner Worte von Gott. Jesus nennt die Sanftmütigen glücklich. Doch auch Jesus kann richtig aus der Haut fahren.

In der Bibel steht: „Jesus ging in den Tempel hinein und trieb hinaus alle Verkäufer und Käufer im Tempel und stieß die Tische der Geldwechsler um und die Stände der Taubenhändler und sprach zu ihnen: Es steht geschrieben: »Mein Haus

soll ein Bethaus heißen«; ihr aber macht eine Räuberhöhle daraus.“

Man hört förmlich die Tische auf den Boden krachen und die Münzen in alle Richtungen kullern, das Flattern und Kreischen der Tauben, wenn sie in ihren Käfigen auf den Boden knallen. So explodiert Jesus. Jesus, der lehrt, anderen die Wange hinzuhalten, wenn sie einen schlagen. Das hindert ihn nicht daran, Wut und Ärger heftig auszudrücken. Er verteufelt sie nicht. Trotzdem hat er auf Machtdemonstrationen und Gegenschläge verzichtet. So lehrt er es auch denen, die ihm nachfolgen. Wie konnte er das? Es muss daran gelegen haben, dass er ein sicheres Selbstbewusstsein hatte. Er hat sich umfassend von Gott geliebt gefühlt. So hört Jesus die Stimme Gottes bei seiner Taufe: Du bist mein geliebter Sohn, du gefälltst mir!

Diese Botschaft gibt Jesus weiter, und seine Kirchen sollen das heute auch weitersagen: Du bist eine geliebte Tochter Gottes, ein geliebter Sohn Gottes! Die, die im Geist Jesu später auf Gewalt verzichtet haben, wie Martin Luther King beim Widerstand gegen Hass und Diskriminierung, haben dieses sichere

Selbstbewusstsein weitergetragen: Du bist geliebt. Was andere dir sagen oder antun, kann



WUT

dir niemals deinen Wert nehmen, den du bei Gott hast. Versuch nicht, Wut und Aggression zu leugnen. Du kannst lernen, damit zu leben.

Wie man lernen und üben kann, seine Wut überhaupt zu merken und auszudrücken, beschreibt Seelsorger Wolfgang Schinkel:

„Ich erlebe Menschen, die sagen, ich fühle gar nicht. Ich weiß gar nicht, wie ich an meine Gefühle herankommen soll. Was kann ich machen? Und dann sage ich: Versuch mal, 10 Minuten dich in ein Zimmer zu setzen, wo kein Lärm, wo wirklich ein abgeschlossener Raum ist. Bleib einfach nur sitzen und geh mit dem Wahrnehmen in dein Inneres hinein. Dann kommen Gefühle. Die wahrzunehmen, das kann eine Hilfe sein, und wenn du das ausweitest, wenn du dann 20 Minuten sitzt, dann wirst du merken, dass da etwas kommt. Und wenn dann eine Tasse da ist und du weißt, du kriegst die Wut und schmeißt die Tasse, dann ist das auch ok.“

Kann ich auch so beten? Vor Gott zu mir selbst kommen, der zusagt: Du bist geliebt, ganz und gar. Also auch, wenn ich vor Wut mit Tassen werfe?

Es wäre klasse, wenn ich gegen Ende des Stillseins beten kann:

Ich bin wütend auf das und jenes, oder ich liebe einen Menschen, der mir nahe ist, und das habe ich jetzt erst richtig gespürt in dieser Situation.

MUT

Mein Glaube zeigt mir Wege, wie ich Wut so erleben und gebrauchen kann, dass sie anderen und mir zu einem runden, vollen, ehrlichen Leben hilft. Mein Glaube an Gottes Liebe gibt mir den Mut, auch meinen Nächsten so wert zu achten, dass ich ihm meinen Ärger sage und ihm auch meine Wut zumute:

Ich trainiere das mit der Person ,zu sagen: Ich bin jetzt wütend, was du mit mir machst. Einfach aussprechen, das löst etwas. Ich schlucke nichts, sondern ich spreche aus, und die Angst ist meistens: Ja, wenn ich das meinem Partner, das meiner Mutter, das meinem Vater sage, dann bricht die Welt zusammen, dann ist eine wahnsinnige Zerstörung. Das ist aber nicht der Fall!

Das muss man sich erst mal trauen. Vielleicht braucht es lange Zeit, nachdem ein Kontakt abgebrochen ist, bis man sich traut, zum Hörer zu greifen und ein Gespräch zu vereinbaren. Oder auch in einer Gruppe auszusprechen, in der sich Langeweile oder Frust breitmacht, weil etwas nicht in Ordnung ist. Auch um diesen Mut kann ich beten. Schließlich bewahrt mich hoffentlich der Glaube an den lebendigen Gott, in eine Falle zu tappen. Diese Falle ist ziemlich groß und tief, vielleicht größer als früher. Wenn ich nämlich meine, ich könnte mich selbst optimieren ins Unendliche. Noch einmal Michael Klessman, der Theologe, der über Ärger und Aggression speziell unter Christen geforscht hat:

„Es geht darum, den Schmerz darüber zu spüren und anzuerkennen, dass in der Liebe auch der Hass, die Verletzung, die Gewalt wohnt; und wie schnell der faire, offene Streit trotz aller guten Absichten in destruktive Gewalt, in Rechthaberei, in Grausamkeit umkippen kann. Erst diese (..) Einsicht bewahrt vor dem gefährlichen Größenwahn, entweder nur liebevoll sein zu können (...) und dadurch jeden Hass, jede Verletzung vermeiden zu können. Oder sich in der Fähigkeit, offen und fair streiten zu können und dadurch letztlich alles klären und immer zu einem Kompromiss kommen zu können, hoffnungslos zu überschätzen.“

Immer nur lieb sein. Das ist Selbstüberschätzung. Aber immer alle Wut rauslassen und zu glauben, damit Sorge ich für ein reinigendes Gewitter, das ist ebenfalls Selbstüberschätzung. Ich kann nicht alles klären. Wut bleibt. Streit bleibt. In der Familie, unter Freunden. Auch in der Gesellschaft – warum auch nicht? Er soll offen sein und fair. Demokratie braucht Streit. Ich bete deshalb immer mal wieder so: Lebendiger Gott, bewahre mich vor dem Irrglauben, ich oder irgendwer sonst könnte alle Konflikte lösen. Schatten bleiben, und das Leben ist brüchig und endlich. Ich brauche nicht in perfekter Harmonie leben. Aber bitte lebendig, mit Wut und Ärger und Zorn. Und mit Liebe. ■



Heidrun Dörken, Frankfurt a. M.

Evangelische Pfarrerin, Senderbeauftragte für den Hessischen Rundfunk, Die ungekürzte HR-Morgensfeier ist auf der Seite www.kirche-im-hr.de nachzulesen.