

Nicht auf Verwundete

Seelisch Kranke brauchen unser Mitgefühl

Samstagmorgen. Das helle Licht, das durch die Ritzen der Jalousien dringt, lässt mich mit einem Schlag hellwach werden. Es ist noch früh, doch nichts hält mich mehr im Bett. Kann es wahr sein, nach tagelangem, ja wochenlangem Regen endlich wieder Sonnenschein? Ich ziehe die Rollläden hoch und erfreue mich an einem blauen Himmel und einer strahlenden Sonne. Ja, es ist Wirklichkeit: der Sommer kommt zurück.

Mich erfüllen neue Lebensgeister. Schnell unter die kalte Dusche und rein in den neuen Tag. Bei diesem Bilderbuchwetter kann ich der Versuchung nicht widerstehen, ich ziehe meine Sportschuhe an und los geht's in die freie Natur. Unterwegs werde ich an die Menschen erinnert, die in der Dunkelheit ihrer Seele sehnsüchtig darauf warten, dass auch bei ihnen endlich mal jemand die Vorhänge zurückzieht und Licht in ihre trüben Gedanken hineinkommt. Ich danke Gott von Herzen, dass es in meiner Seele wieder hell werden durfte. Ja, inzwischen kann ich Gott danken, dass meine „Wüstenwanderung“ u.a. auch dazu nötig war, andere Menschen besser zu verstehen, weil ich mich in ihre Situation hineinversetzen kann. Von Personen, die an seelischen Störungen leiden und aus eigenem Erleben weiß ich, wie schnell, wie leicht, wie oft, wie brutal man von wohlmeinenden, aber schlecht informierten Christen verurteilt wird. Um zu verhindern, dass noch mehr Christen auf ihre eigenen Verwundeten schießen, möchte ich durch diesen Artikel zum Nachdenken anregen.

Die Jünger fragen einmal ihren Herrn betreffs einer Krankheit: „Wer hat gesündigt, dieser oder seine Eltern?“ Jesus gibt ihnen die Antwort, dass nicht Sünde die Ursache ist, sondern

dass durch seine Krankheit Gott verherrlicht werden soll. Ich werde immer sehr traurig, wenn ich erlebe, wie schnell auch heute diese Fragen, und fast nur bei seelischen Krankheiten, gestellt werden. Bei Christen mit psychischen Problemen sucht man vielfach die Ursachen in ihren Sünden. Man setzt Depressionen oft mit schlechter Laune und Selbstmitleid gleich und dafür braucht man gar nicht erst zu beten. Da muss man sich einfach nur einen Ruck geben und schließlich ist Selbstmitleid Sünde, das erfordert Buße ... Man wird aufgefordert, sich ein bisschen zusammenzureißen, sich nicht gehen zu lassen, ja, die Depressionen einfach zu ignorieren.

Viele Menschen wissen einfach nicht, wie schlimm es ist, in einer Depression gefangen zu sein. Natürlich weiß ich, dass z.B. auch unvergebene Schuld zu diesen Krankheiten führen kann, doch häufig sind die Gründe anders zu suchen. Man sollte es akzeptieren, dass es Menschen gibt, denen ein schwaches Nervenkostüm mit in die Wiege gelegt wurde. Wenn bei diesen Menschen noch äußere Lebensschicksale dazukommen, ist eine psychische Störung oft vorprogrammiert.

Wir akzeptieren, wenn jemand lebenslänglich eine organische Erkrankung hat, wir akzeptieren aber selten, wenn er - oft in frühesten Kindheit - Verletzungen der Seele, Schwertstiche davongetragen hat. Die Wunden können heilen, aber es bleiben Narben, und bei Wetterumschwung - wenn Gewitterstürme ins Leben hereinprasseln - können diese Narben Schmerzen bereiten. Unangemessene Reaktionen auf diese Verletzungen können für den Betroffenen wie abgeschossene Pfeile wirken, sie treffen oft an der „richtigen Stelle“ und reißen Wun-



Aus eigenem Erleben weiß ich, wie schnell, wie leicht, wie oft, wie brutal man von wohlmeinenden, aber schlecht informierten Christen verurteilt wird.

den erneut auf. Akzeptieren wir doch bitte, dass es auch Gottes Wille sein kann, dass einige seiner Kinder ihn durch diese Leiden verherrlichen sollen. So manch einer dieser Kranken wundert sich, wenn nach seiner Bekehrung seine psychische Krankheit ihm noch zu schaffen macht. Doch wenn Gott in seinem Wort sagt: „Siehe, ich mache alles neu,“ betrifft das zunächst das geistliche Leben. Die körperliche Heilung kann auch möglich sein, doch bei vielen kommt sie erst später, im Himmel.

Unsere Glaubensgeschwister mit seelischen Krankheiten möchten nicht unbedingt von uns bedauert werden, doch sie benötigen ehrliches Interesse, Mitgefühl und praktische Hilfe. Dazu gehört allerdings sehr viel Einfühlungsvermögen und mehr als menschliche Weisheit, nämlich die Hilfe durch den Heiligen Geist. Wenn jemand, der frisch, frei und froh durchs Leben geht, dazu noch eine ro-

schießen!

Empfehlung und unsere Hilfe



buste Natur hat, einer betroffenen Person sagt: „Ich kann dich gut verstehen,“ dann ist das ganz einfach eine Lüge und seelisch Verwundete haben ein gutes Gespür für Wahrheiten, für Echtheit. Deshalb sollten wir unsere Worte mit Bedacht wählen. Ganz wichtig ist das Zuhören. Das Mitfühlen. Von Hiobs Freunden können wir da lernen. Sieben

Tage und sieben Nächte saßen sie schweigend bei dem leidenden Hiob. Die Frage an uns persönlich: Wie lange halten wir es aus, bei einem seelisch leidenden Menschen zu sitzen, ohne ein Wort zu sprechen? Fallen uns nicht immer (zu) schnell die passenden Bibelstellen oder eigene Vorschläge ein? Dabei wäre es vielleicht angebracht, nur die Hand des anderen zu halten, ihm über das Haar zu streichen oder mit ihm zu weinen. Von mir selbst weiß ich, dass ich mich erschlagen fühlte, wenn man mir in meiner dunklen Phase lange Predigten hielt und zum Schluss auch noch ein langes Gebet sprach. Ich war einfach nicht in der Lage, mich darauf zu konzentrieren. In meinem Bekanntenkreis gibt es eine Reihe von „Mühseligen und Beladenen.“ Wenn ich heute mit diesen Menschen spreche, frage ich sie immer, ob ich mit ihnen beten soll, sie selbst sind oft nicht mehr in der Lage, zu beten.

Man setzt Depressionen oft mit schlechter Laune und Selbstmitleid gleich und dafür braucht man gar nicht erst zu beten.

Wenn jemand ein Gebet wünscht, dann bete ich - oft auch am Telefon - aber es genügen meist zwei oder drei Sätze. Ganz sicher brauchen wir Gott keine Predigten zu halten über die betreffende Person. Er weiß sowieso alles. Aber ich akzeptiere auch, wenn ein Gebet nicht gewünscht wird. Als ich mein dunkles Tal durchschritt, fragte eine Freundin öfters: „Was kann ich denn bloß für dich tun? Ich will nicht nur für dich beten. Ich will mehr tun als beten.“ Sie war enttäuscht, konnte es schlecht ertragen, mich leiden zu sehen und hilflos zusehen zu müssen. Doch ich konnte zu der Zeit schlecht Menschen um mich ertragen. Ich wollte alleine sein, alleine mit Gott. Doch wie sehr hat mir oft ein Kartengruß mit einem aufmunternden Bibelwort oder einige liebevoll geschriebener Zeilen geholfen. Mit diesen Karten „tapezierte“ ich meine Küche und bis heute haben einige dieser Karten dort ihren festen Platz gefunden. Wie danke ich Gott für solche Freunde, die auf Empfang waren, als Gott ihnen den Auftrag gab, mir zu schreiben. Es kann wirklich sinnvoller sein, einen kleinen Kartengruß zu schicken, als ein langes Telefongespräch zu führen. Wenn wir dann noch kreativ sind, eine Karte selbst gestalten können, wird das ganz sicher Freude auslösen. Der andere merkt, wie wichtig er uns ist, dass wir uns Zeit für ihn genommen haben. Eine sehr große Freude löste bei mir auch ein Blumenstrauß aus, der über Fleurop kam. Denken wir mal darüber nach, wo das dran sein könnte. Auch Krankenbesuche sollten - wenn überhaupt - nicht ausgedehnt werden. Ein Bruder, der während seiner Hörsturzphase Besuch von einem Ältesten der Gemeinde bekam, war hinterher fix und fertig, weil man mit

ihm über alle möglichen Probleme in der Gemeinde sprach. Leider hatte er nicht den Mut, den Besucher höflich zu verabschieden.

Häufig werden seelisch Kranke von Gesunden(?) fertig gemacht mit Redensarten wie „Ach, du brauchst nur eine Aufgabe,“ oder „Du musst einfach tagsüber mehr körperlich arbeiten, z.B. im Garten, dann kommst du schon auf andere Gedanken.“ Diese Aussagen sind äußerst lieblos und zeigen von einer großen Unwissenheit. Viele von diesen Menschen würden liebend gerne eine Aufgabe in der Gemeinde übernehmen, wie sehr wünschen sie sich, körperlich fit zu sein und arbeiten zu können. Doch manch einer von ihnen schaffte schwer den morgendlichen Gang unter die Dusche. Einen Menschen mit seelischen Krankheiten zu größeren, verantwortlichen Aufgaben in der Gemeinde zu verpflichten, kann sich belastend auf seine Situation auswirken. Wer würde denn einen beinamputierten Soldaten wieder an die Front schicken? Man kann erwägen, ob man diesen Menschen kleinere Aufgaben, z.B. Blumengießen, zumuten kann. Ohne Verpflichtungsdruck könnte es evtl. hilfreich sein. Mehrmals schrie ich schon zum Herrn: „Bitte, Herr, lass es nicht zu, dass diese deine leidenden Kinder als Faulenzer und Drückeberger hingestellt werden.“ Wie stark wird das Selbstwertgefühl angekratzt, wenn man von Personen umgeben ist, die so viel mehr, so viel besser schaffen als man selbst. Ich muss an das Gleichnis von den anvertrauten Pfunden denken. Unser Herr hat alles gut verteilt nach seiner Vorkenntnis. Derjenige, der die zwei Pfunde (Begabung) treu verwaltet hat, bekommt das gleiche Lob wie derjenige, der die fünf oder zehn Pfunde angelegt hat. Es ist sinnvoll, dem Niederge-



schlagenen, der unter Minderwertigkeitsgefühlen leidet, zu versichern, dass er seinen niedrigen Anteil treu verwaltet, wenn er z.B. seine Situation so von Gott annimmt, sich nicht dagegen auflehnt.

Vor einiger Zeit erzählte mir jemand, der schon jahrzehntelang in psychischer Behandlung ist, dass er von Glaubensgeschwistern den Rat bekam, zu versuchen, einfach mal alle Medikamente abzusetzen. Ich war sprachlos, denn solche Äußerungen sind sehr gefährlich. Dieser Vorschlag kann jemanden zum Suizid führen. Medikamentenabzug oder -reduzierung dieser Psychopharmaka darf man nicht ohne ärztliche Begleitung durchführen. Vor kurzem las ich die Mahnung eines erfahrenen Arztes: „Ich halte es für eine Herausforderung Gottes, therapeutische Möglichkeiten zu missachten und Gott um Heilung von einer Krankheit unter Verzicht auf medizinische Mittel zu bitten oder dies erzwingen zu wollen.“ Dieses gilt sowohl für organische wie auch für seelische Krankheiten.

Unbedingt brauchen wir im Umgang mit psychisch Kranken Sensibilität. Es lässt sich kein für alle gültiges Schema aufstellen, weil jeder Fall anders gelagert sein kann. Mal ist Reden richtig, mal Schweigen. Auf keinen Fall sollten wir unsere Besuche zu lange ausdehnen, vielleicht sind sie auch gar nicht dran und es ist angebrachter, weniger mit dem Kranken über seine Probleme zu reden, dafür aber umso mehr mit Gott über diesen Menschen. Wie unterschiedlich Menschen reagieren, wurde mit deutlich, als mir eine gläubige junge Frau erzählte, dass sie in einer aufkommenden schweren Depression mit massiven Suizidgedanken des Nachts aufstand, sich das Lieberbuch hersuchte und ein Lied nach dem anderen sang, stundenlang. Sie sang sich die Depressionen einfach von der Seele. Von mir selbst kann ich sagen, dass es mir in solchen Zeiten unmöglich war, Musikkassetten zu hören, geschweige denn, selbst zu singen und ich war doch sichtlich beruhigt als ich in Sprüche 25,20 den Rat-

schlag fand: „Für einen Traurigen Lieder zu singen ist so unsinnig, als würde man im Winter den Mantel ausziehen oder Salz in eine Wunde streuen.“ (Hoffnung für alle) Ganz bestimmt werden die Angefochtenen über praktische Hilfe erfreut sein. Wir können ihnen anbieten, mit ihnen zusammen Einkäufe oder Arztbesuche zu bewältigen, mit ihnen spazieren gehen oder ihnen helfen bei den anfallenden Aufgaben in Haus und Familie.

Vielleicht ist es auch angebracht, sie zu einem Kur- oder Klinikaufenthalt zu ermuntern, und sich um die nötigen Formalitäten zu kümmern. Eine Bekannte von mir litt viele Jahre unter schwersten Depressionen. Alle Medikamente schienen nicht anzuschlagen und ihre Ärztin wollte sie in eine Klinik einweisen. Doch diese Glaubensschwester war noch nie in ihrem Leben auch nur eine Nacht von zu Hause weg. Sie hatte Angst vor der fremden Umgebung. Außerdem musste sie sich von ihrem Ehemann, der kein Christ ist, anhören, dass sie endlich in dieses Haus zu den Verrückten gehen soll. Was muss in der Seele dieser Frau vorgehen? Können wir uns das überhaupt vorstellen, im Kerker der Seele eingesperrt sein und außerdem noch solche Schwertstiche zu erhalten? Müssten wir in unseren Gebetsstunden nicht viel mehr an diese Menschen denken, sie vor Gott bringen? Wir beten für Krebskranke, für Menschen mit allen möglichen großen und kleineren organischen Beschwerden. Die psychisch Kranken werden oft vergessen. Entweder nimmt man ihre Beschwerden nicht ernst oder man ist gar nicht darüber informiert, weil Menschen mit psychischen Problemen oft ihr wirkliches Leiden verheimlichen, aus Angst, abgelehnt oder „beschossen“ zu werden. So benutzte eine Freundin immer eine rheumatische Erkrankung als Vorwand, wenn sie wegen Depressionen nicht in der Lage war, die Gemeindestunden zu besuchen. Traurig! Ich staune immer wieder, wenn ich in der Bibel lese, wie offen sich Menschen zu ihrer Depression be-

kannten, die in den meisten Fällen nichts mit Sünde zu tun hatte. Lesen wir mal daraufhin die Psalmen, denken wir an Hiob, an Elia, Mose, Jeremia u.a. Von Menschen, denen sowohl körperliche als auch seelische Krankheiten bekannt sind, wissen wir, dass sie die psychische Krankheit weit aus schlimmer empfanden.

Gerade erreicht mich der Anruf einer Frau mittleren Alters, die viele Jahre hingebungsvoll ihrem Herrn gedient hat und nun durch verschiedene schwierige Familiensituationen in einer tiefen Depression steckt. „Ich weine nur noch und habe einen einzigen Wunsch: Ich möchte in den Himmel,“ sagt sie zu mir. Wie reagiert man in solch einem Fall? Ich kann sie hinweisen auf den guten Hirten, der uns durch dunkle Täler und tiefe Schluchten führt.

Es kann allerdings sein, dass man die Stimme des Hirten nicht mehr vernimmt und die andere Stimme so laut ist, die einem Mut machen möchte, sich den Wunsch nach dem Himmel selbst zu erfüllen. Auf solche Personen müssen wir besonders achten, auch ich empfahl meiner Gesprächspartnerin, sich dringend in ärztliche Behandlung zu begeben. Wenn wir sie an gläubige Ärzte verweisen können, tun wir ihnen einen guten Dienst.

Kürzlich hörte ich eine Predigt über die verschiedenen Blindenheilungen, die uns in den Evangelien vorgestellt werden. Immer heilte unser Herr anders, manchmal sprach er nur ein Wort, ein anderes Mal benutzte er Hilfsmittel, strich dem Blinden etwas über die Augen, er heilte auch in



Wir beten für Menschen mit allen möglichen großen und kleinen organischen Beschwerden. Die psychisch Kranken werden oft vergessen.



Etappen. Das hat sich bis heute nicht geändert, unser Herr ist sehr vielseitig in seinen Methoden der Heilung. Warum sollte er nicht auch eine kranke Seele durch entsprechende Medikamente heilen können oder ihr dadurch Linderung verschaffen? Eine mir bekannte wiedergeborene, seelisch kranke Person, die schon jahrelang mit Psychopharmaka behandelt wurde, litt sehr darunter, dass sie keine Heilssicherheit hatte. Vor kurzer Zeit wurde sie während eines Klinikaufenthaltes, den sie lange vor sich hergeschoben hatte, auf ein neues Medikament umgestellt. Nach einer Weile machte sich deutliche Besserung bemerkbar und ein wunderbarer Nebeneffekt war die wiederkehrende Heilsgewissheit. Dadurch dass ihr in ihrer Seelennot geholfen wurde, konnte sie auf einmal bestimmte geistliche Wahrheiten wieder sehen, die ihr vorher verborgen waren. Ich konnte nur denken: „Preist den Herrn, Heilsgewissheit durch Medikamenteneinnahme ...“

Bei allem Verständnis, das wir den Kranken entgegenbringen, erfordert es viel Einfühlungsvermögen, an ihren eigenen Willen zu appellieren, ihnen aufzuzeigen, dass sie trotz allem eine Eigenverantwortung für ihr Leben ha-

ben. Doch vielleicht müssen wir ihnen helfen, vernünftige Entscheidungen zu treffen. Dazu gehört unter Umständen auch eine konsequente Härte, nämlich dann, wenn die Kranken sich weigern, eine vom Arzt empfohlene Therapie durchzuführen. Es ist für sie sehr viel einfacher, alles so zu belassen, ihnen fehlt die Energie und Entschlossenheit, Initiative zu ergreifen. Nicht selten flüchten sie sich in ihre Krankheit, aus Angst vor eventueller Aufdeckungen der Krankheitsursachen oder vor Lebensveränderungen. Liebevoller, strenger Zuspruch und ein Hauch Überredungskunst können dazu beitragen, sich seiner Krankheit zu stellen, nicht den Kopf in den Sand zu stecken und auch unter Umständen eine Klinikeinweisung zu akzeptieren. Es gibt viele organische Krankheiten, die dringend einen Klinikaufenthalt nötig machen, warum sollte das bei seelischen Krankheiten anders sein?

Bei meinem morgendlichen Walking komme ich an einem idyllischen Fleckchen vorbei. Einige Fischteiche, mitten im Wald. Heute morgen mache ich hier kurze Rast. Ich setze mich auf eine Bank und lasse mich bis in meine Seele hinein erwärmen von den Sonnenstrahlen. Die Vögel singen ihre Lieder Gott zu Ehren, es ist eine wohlthuende Atmosphäre und ich denke: ein Stück Paradies.

Während ich so da sitze befehle ich im Gebet alle Mühseligen und Beladenen, die mir gerade einfallen, Gott an. Er lenkt meine Gedanken zu jenem Tag, wenn wir mit ihnen in Gottes Licht stehen. Wenn all das Dunkel vorbei sein wird, wenn keine künstlichen Seelenaufheller mehr nötig sind, wo weder Sonne noch Licht nötig ist, weil dann der Herr selbst unser Licht sein wird. Ja, wo alle Kinder Gottes leuchten werden wie die Sonne, die aufgeht in ihrer Pracht. Ich versuche mir vorzustellen, was das für die Menschen bedeuten wird, die jahrelang, vielleicht jahrzehntelang in der Dunkelheit ihrer Seele leben mussten. Vielleicht werden jene Menschen an jenem Tag

eine ganz besondere Leuchtkraft besitzen.

Helfen wir diesen Menschen, auf diesen Tag hin zu leben. Drücken wir ihnen bitte keinen Stempel auf und stecken sie nicht in eine bestimmte Schublade. Wir können uns schlau machen durch Literatur, durch Seminare, durch die Bibel. Und fragen wir Gott, immer wieder ihn, wie wir diesen Personen helfen können und denken dabei an das Wort aus Jakobus 5,12: „Der Herr ist voll innigen Mitgefühls und barmherzig.“

Bitten wir Gott, uns die Augen zu öffnen, für einen Menschen in unserem Umfeld, der im „Kerker seiner Seele“ eingeschlossen ist. Finden wir den Schlüssel zu seinem dunklen Gefängnis. Dieser Schlüssel kann mein Mitgefühl, mein Einfühlungsvermögen, meine Liebe, meine Treue, meine praktische Hilfe, meine Tränen, liebevolle „Härte“ und nicht zuletzt mein anhaltendes Gebet sein. Damit können wir nicht unbedingt alle Ketten sprengen, doch es lohnt sich ganz bestimmt, wenn es uns gelingt, in seine dunkle Welt einen winzigen Sonnenstrahl zu bringen.

Einmal werden alle Fragen, alle Probleme gelöst sein, denn der Herr sagt: „An jenem Tage werdet ihr mich nichts mehr fragen.“

„Und ich hörte eine große Stimme von dem Thron her, die sprach: Siehe da, die Hütte Gottes bei den Menschen! Und er wird bei ihnen wohnen ... und Gott wird abwischen alle Tränen von ihren Augen, und der Tod wird nicht mehr sein, noch Leid, noch Geschrei, noch Schmerz wird mehr sein ... Und der auf dem Thron saß sprach: Siehe, ich mache alles neu.“

Magdalene Ziegeler



Bitten wir Gott, uns die Augen zu öffnen, für einen Menschen in unserem Umfeld, der im „Kerker seiner Seele“ eingeschlossen ist.

Finden wir den Schlüssel zu seinem dunklen Gefängnis.

Dieser Schlüssel kann mein Mitgefühl, mein Einfühlungsvermögen, meine Liebe, meine Treue, meine praktische Hilfe, meine Tränen, liebevolle „Härte“ und nicht zuletzt mein anhaltendes Gebet sein.