
Das Elend mit dem Glück aus der Sicht eines Seelsorgers

Hartmut Wahl

Mein Thema lässt vermuten, dass ich genau weiß, was Glück ist. Doch der Begriff „Glück“ ist höchst deutungs Offen. Darum helfe ich mir, in dem ich mir Menschen vor mein inneres Auge stelle, die ich als glücklich oder unglücklich erlebte. Wen erlebte ich als glücklichen Menschen? Was hatte er, was den Unglücklichen fehlte?

Um es kurz und bündig zu sagen: Glückliche Menschen waren für mich die, die mit ihrem jetzigen Leben zufrieden waren, Souveränität ausstrahlten, sich kompetent fühlten und im Laufe ihres Lebens ein gutes Selbstvertrauen entwickelt hatten. Derart glückliche Menschen aber suchen kaum einen Seelsorger und Psychotherapeuten auf.

– Eine kurze Zwischenbemerkung: Sie merken, dass ich Seelsorger und Psychotherapeut in einem Atemzug nenne. Das liegt an meiner Einstellung zu diesen Begriffen. Ich würde nämlich das deutsche Wort „Seel-Sorge“ in einer anderen Sprache immer mit dem griechischen Begriff „Psycho-Therapie“ wiedergeben. –

Nun zurück zum Thema.

Nach meinem Erleben suchen glückliche Menschen einen Seelsorger nur für Kasualhandlungen, also für eine Hochzeit, Kindersegnung, Beerdigung oder Taufe, aber nicht zu ihrem Glück. Selbst bei einer Beerdigung erscheint ein glücklicher, selbstbewusster Mensch nicht untröstlich, verzweifelt, hoffnungslos und gar selbstquälerisch. Es gibt Situationen, in denen er von starken Gefühlen der Trauer und des Verlustes überschwemmt wird, aber er geht darin nicht unter. Er durchschreitet einen Trauerprozeß an dessen Ende er feststellen wird: „Es war keine leichte Zeit, aber ich will sie auch nicht vermissen. Sie hat mich auch bereichert.“ Seine Anstrengungen, seine Auseinandersetzungen, seine Beschäftigung mit der Vergangenheit bringen ihn letztlich immer etwas für die Gegenwart. Er gewinnt also.

Genug über solche Menschen, die wir sicherlich auch gerne als unsere Freunde hätten oder haben. Natürlich ist so ein glücklicher Mensch letztlich ein Idealbild, das ich hier gemalt habe. Wir alle haben unsere Schwächen und nicht alles glückt uns. Doch wer zu seinen Mankos stehen kann, ist auf dem besten Weg sein Glück zu schmieden. Natürlich ist das hin und wieder harte Arbeit. Manchmal gleicht sie einer anstrengenden Bergwanderung, auf der uns das Atmen schwer wird. Aber der Blick vom Gipfel lässt alle Mühen als gerechtfertigt erscheinen. Und der Abstieg ins Tal bringt solchen Gipfelstürmern neue Energie für den Alltag und das Bewusstsein, welche Stärke und Ausdauer man aufbringen konnte.

Menschen, die Krisen durchlitten und überwunden haben, sind stärker, selbstbewusster und selbstsicherer. Sie wissen. „Eine Krise wirft mich nicht um!“ Darum können auch Menschen mit starken Behinderungen sehr wohl glückliche Menschen sein. Es lohnt sich also, seine Kräfte für ein glückliches Leben einzusetzen. Doch wer ist schon so glücklich? Ist es nicht doch ein Elend mit dem Glück, weil es so flüchtig, so unerreichbar erscheint?

Darum gilt es, sich Menschen näher anzusehen, die unglücklich sind. Den stärksten Eindruck, den ich von solchen Menschen gewonnen habe, lautet: Ein unglücklicher Mensch verbraucht seine Kräfte an den falschen Punkten. Unglückliche Menschen suchen verzweifelt, enttäuscht, ohnmächtig wütend, hilfeschend einen Seelsorger und Therapeuten auf. Ihr vorherrschendes Thema ist tatsächlich: Mein Elend mit dem Glück. Ihnen glückt nicht, was sie sich wünschen und was sie mit allen Mächten und Kräften erreichen wollen. Wenn sie es schon nicht alleine schaffen, dann muss ihnen doch der Seelsorger und damit auch Gott helfen. Sie wollen ihr Glück zwingen, es nach ihren Vorstellungen gestalten ... nun mit dem Segen des Seelsorgers und mit der Ermächtigung Gottes. Wenn sie in diesem Kampf doch unterliegen, fühlen sie sich als Märtyrer. Sie sind Opfer, aber nicht Täter.

Das will ich an einigen *Beispielen* aus meiner Praxis als Seelsorger, Paarberater, Familientherapeut und Supervisor noch deutlicher ausführen. Ich will an einigen Beispielen aufzeigen:

- wie sich Menschen unglücklich machen;
- welche inneren Einstellungen sie dazu bringen, ins Unglück zu laufen;
- wie sie auf der Suche nach dem Glück, blindlings ins Unglück rennen;
- wie sie ihr Unglück meist selber schmieden, ohne es sehen zu können oder zu wollen.

Da der Mensch ein Beziehungswesen ist – Gott sagt: „Es ist nicht gut, dass der Mensch allein ist.“ – kann man auch am ersten und besten solche Unglückschmiede in Beziehungen erleben. Sie kommen zum Therapeuten und beklagen sich über den Partner. Vermutlich stehen ihnen auch sofort solche Menschen vor Augen. Wenn wir nicht selber zu ihnen gehören, dann kennen wir gewiss einige ganz unglücklich verheiratete oder verliebte Menschen. Warum sind sie so unglücklich?

Ein erstes Beispiel: Klage über den Partner

Da kommt eine Frau – meist sind es Frauen, die in ihrer Beziehung leiden – und beklagt sich bitter über ihren Ehemann, der trinkt. Es wird schnell deutlich, dass der Partner bereits vor der Hochzeit trank. Es war gar nicht zu übersehen, dass er auf dem besten Wege war, krank zu werden. Er war gefährdet, wenn er nicht sogar schon zu diesem Zeitpunkt abhängig, also alkoholkrank, war. Ihre zwei besten Freundinnen warnten sie, als sie be-

griffen, dass sie ihn heiraten wollte. „Lass das! Du machst dich unglücklich!“, so warnten sie eindringlich. Sie versuchten ihr die Augen zu öffnen. Erzählten ihr von ihren Erfahrungen mit dem jungen Mann, erinnerten sie an Erlebnisse, die sie gemeinsam im Jugendkreis mit ihm gemacht hatten, wo er eindeutig betrunken war. Doch sie hörte nicht auf sie. Sie liebte ihn doch und er liebte sie. Sie hatte sich die Gewissheit, Klarheit und Kraft von Gott erbeten, ihm zu helfen, vom Trinken loszukommen. „Wollte er denn trocken werden?“, fragte ich sie. „Nein, das nicht direkt“, antwortete sie mir. Sie berichtete mir, dass er ansonsten - wenn er nicht gerade trank -, ein sehr liebevoller Mensch sei. Er sei auch ein ganz gläubiger Mann, der die Bibel gut kennt und wundervoll beten kann. So einen gläubigen, zärtlichen und rücksichtsvollen Mann wünschte sie sich doch. Wenn er sie wirklich liebte, würde er doch das Trinken lassen. Sie würde ihm dabei helfen. Sie würde das schon schaffen. Was ihr nicht deutlich wurde, war ihre Einstellung. Sie meinte, den Mann verändern zu können.

Doch kein Mensch kann einen anderen Menschen verändern! Schon gar nicht, wenn er es selber nicht will. Wenn, wie in unserem Beispiel, der Mann zwar diese Frau, aber nicht das Trinken lassen wollte, wird er sich nicht ändern. Er wollte sie *und* den Alkohol – oder deutlicher gesagt: er wollte *zuerst* das Suchtmittel und dann zusätzlich noch sie. So geriet diese Frau im Laufe der Jahre in eine Co-Abhängigkeit und wurde immer unglücklicher. Und nun sollte ich ihr helfen. Ihre einzige Idee war, ich sollte ihr helfen, den suchtkranken Partner zu heilen. Als ich ihr deutlich machte, dass ich mich in dieses Unternehmen nicht stürzen werde, weil es nur unglücklich enden würde, verstand sie mich erst einmal nicht. Ich machte ihr klar, dass ich nur *ihr* helfen werde. Sie lernte – um es mit unserem Thema zu formulieren – ihr eigens Glück zu suchen und zu gestalten, anstatt sich um das Glück oder Unglück ihres Mannes zu kümmern. Sie hatte doch oft genug erlebt, dass solches Tun immer wieder im Kummer endet.

Ein zweites Beispiel: Die Blumenfrau

Auf einem Wochenendseminar für Paare legte eine Frau offen, wie unglücklich sie über ihren Partner sei, weil er ihr noch niemals Blumen mitgebracht habe. Er wisse doch ganz genau, wie sehr sie sich gerade über Blumen freue. Sie läge ihm schon seit Jahren mit der Bitte in den Ohren, ihr doch einmal Blumen zu schenken. Es gäbe doch hundert Möglichkeiten dazu: ihr Geburtstag, ihre Ehejubiläen, Ostern, Weihnachten, Pfingsten, Sommer, Frühjahr usw. Ich fragte ihren Mann, was er denn sonst für sie tue. „Recht viel“, antwortet er und zählte auf: er unternehme viel mit ihr, Wandern, Radfahren, Schwimmen, alles, was sie sonst noch liebte. Auch zu diesem Wochenende war er nicht nur mitgekommen, sondern hatte sie beide dazu angemeldet. Er habe ein Haus gebaut, einen Garten angelegt, in dem sie alle Blumen anpflanzen könne, die sie liebte. Und er endete seine

Aufzählung mit der Bemerkung: „Warum soll ich ihr da noch Blumen mitbringen? Sie hat doch alle, die sie haben will. Außerdem finde ich Blumen gar nicht wichtig. Wichtig ist mehr, dass wir Zeit füreinander haben.“ „Ich glaube, ich habe ihre Frau verstanden“, sagte ich vor allen Paaren zu ihrem Mann. „Ihre Frau möchte, dass sie ein Blumenkäufer werden!“ „Gehen sie überhaupt einkaufen?“, fragte ich ihn. „Nee“, antwortete er. „Ich gehe nur in den Baumarkt, was einkaufen.“ Es stellte sich heraus, dass er noch nicht einmal seine eigene Kleidung einkaufte. „Ich hasse dieses Einkaufen!“, betonte er. Und sie betonte: „Einmal Blumen für mich kaufen, ist doch überhaupt nicht schwer.“ Er wisse, doch, wie sie darauf warte. Schon ihren Brautstrauß musste sie allein kaufen. Wenn er ihr *einmal* Blumen mitbringen würde, wüsste sie endlich ganz genau, dass er sie wirklich liebte, beteuerte sie unter Tränen. „Nein“, sagte ich, „sie irren sich gewaltig!“ Und ich fragte sie: „Wollen sie wirklich wissen, was mit ihnen passiert, wenn er Blumen mitbringt?“ „Ja, natürlich“, antwortete sie und fügte sofort hinzu: „Ich würde die glücklichste Ehefrau sein, die es gibt.“ „Nein!“, sagte ich und fragte noch einmal: „Wollen sie es tatsächlich wissen, was mit ihnen dann ist? Darf ich mal Prophet bei ihnen sein?“ Und dann fügte ich hinzu: „Aber wahrscheinlich werden sie es mir doch nicht glauben, weil sie sich viel zu sehr in die Idee verliebt haben, sie würden glücklich sein, wenn er ihnen Blumen schenkt. Denn sie wollen unbedingt einen Nicht-Käufer zu einem Blumeneinkäufer machen!“ „Nein“, sagte sie nun zu mir. „Bitte sagen sie mir, was dann passiert, wenn er mir die ersten Blumen mitbringt. Wieso werde ich da nicht glücklich?“ „Sehr einfach“, sagte ich, „sie werden sich dann fragen, ob er sie wirklich liebt. Denn sie wissen nicht, ob er ihnen diese Blumen mitgebracht hat, weil er sie liebt oder weil er endlich wollte, dass sie ihm nicht mehr auf die Nerven gehen.“ Alle lachten! Eine andere Frau rief in die Runde: „Und ich will immer, dass er mir beim Abwasch hilft! Und jedes Mal, wenn er es nach hartem Krach macht, bin ich dann nicht zufrieden.“

Was zeigen nun diese Erlebnisse? Also: Menschen, die unglücklich sind, versuchen einen Menschen nach ihrem Bild zu formen. Wenn man glücklich werden will, muss man also begreifen: Zu meinem Glück muss ich *mich* verändern! Man wird entdecken, dass dieses Vorhaben allein schon sehr anstrengend ist. Aber man beginnt einen Lernweg zu beschreiten, der zufriedener und souveräner werden lässt. Es gilt: wer an seinem Unglück schmiedet, der will Dinge verändern, die nicht zu verändern sind. Der rennt beispielsweise auch von Arzt zu Arzt, von Therapeut zu Therapeut, von Heiler zu Heiler, weil er sich mit einer unheilbaren Krankheit nicht abfinden, geschweige denn anfreunden will.

Ein weiteres Beispiel: Gesundheit ist ALLES!??

Ich hatte in meiner ersten Gemeinde ein Ehepaar, die keine eigenen Kinder bekommen konnte und darum zwei Kinder zur Pflege aufnahm. Das Mädchen war ein wunderschönes, sehr kluges Schulkind. Doch eines Tages brach bei ihr eine sehr seltene und unheilbare Krankheit aus, die sie immer stärker lähmte, bis sie mit 19 Jahren ein Pflegefall war. Ihre Pflegeeltern unterließen nichts, ihr zu helfen. Sie musste doch gesund werden! Unsere Gemeinde brachten sie dazu, jeden Sonntag für die Heilung zu beten. Und wurde es vergessen, dann betete einer der beiden Eltern in vorwurfsvollem Ton für die doch vergessene, schwerkranke Pfl egetochter. Etliche angesehene Seelsorger, einige sich extrem narzisstisch gebärdende Heilungsprediger aus den bizarrsten Pfingstgemeinden wurden an ihr Bett gebracht, um sie unter Handauflegung, Sprachengebet, Visionen und Ektasen zu heilen. Es gab unerträgliche Situationen für die kranke 19-Jährige. Es wurde nach Schuld geforscht und sie musste bekennen. Doch alle Versuche endeten in einem noch größeren Unglück. Aus Amerika trafen Stoffstückchen ein, über die ein Heiler gebetet und sie mit Heilungskräften ausgestattet hatte. Sie wurden der Kranken aufgelegt, damit sie endlich gesunde. ... Nun sie ahnen, wie die Sache ausging: sie blieb unheilbar krank. Als ihre Herkunftsfamilie von all diesen Versuchen erfuhren, nahmen sie sie zu sich nach Hause. Dort starb sie, ohne ihr 30. Lebensjahr erreicht zu haben.

Unglücklich bleiben auch die Menschen, die über den Verlust eines geliebten Menschen nicht wieder zum Leben finden. Ihr Verlust, den sie erlitten haben, bestimmt die Gegenwart. Ihre Trauer wird chronisch. Die Betroffenen finden nicht *aus* der Trauer, sondern in eine pathologische. Sie lassen nicht los und gestalten oft ihr Leben, so als sei der Gestorbene noch da oder nur kurz abwesend. Ihr Erleben ist tragisch, denn sie werden immer einsamer. Wenn sie sich nicht selber zurückziehen, dann ziehen sich alle Verwandten, Bekannten und Freunde zurück. Wer hält es mit ihnen über so lange Zeit aus? Keiner! Es ist im wahrsten Sinn des Wortes: unerträglich. Das Leben ist für diese Menschen stehen geblieben. Für sie gibt es keine Veränderungen, keine glückliche Zukunft, kein lebendiges und spannendes Heute und Hier. Sie gleichen einem Menschen nach schweren traumatischen Erlebnissen, die aus dem Schock und dem Trauma nicht herausfinden. Für sie ist der Verlust nicht zu akzeptieren. Sie widerstehen dem Wunsch nach neuem Glück.

Unglücklich sind auch jene Christen, die eine ganze Gemeinde nach ihren Wunsch- und Idealvorstellungen verändern wollen. Ich habe einige Kollegen erlebt, die mit Hölle und Himmel, Gott und Teufel gedroht haben, um ihre Schäfchen auf den „rechten Weg“ zu bringen. Sie kämpften mit allen Mitteln – vor allem mit verbaler Gewalt – gegen die Störenfriede in der Gemeinde. Eine fröhlich wachsende, aber doch auch sehr menschliche Gemeinschaft war ihnen gar nicht vergönnt, in ihrem Dienst zu erleben. Gemeinde war ihnen ein ständiges Ärgernis und ihr Dienst eine unerträg-

liche Lastenschlepperei. Sie wollten Reformatoren sein und endeten – wenn sie es überhaupt solange aushielten – als brummige, einsame Greise. Wer hätte sie auch gerne schon besucht und ihnen zugehört? Ständig warnten sie, überall sahen sie Gefahren, bissig kommentierten sie jede Veränderung und stellten die nachfolgenden Generationen in das schlechteste Licht. Man konnte sich bei ihnen darum auch nur warm anziehen, wenn man nicht unterkühlt von ihnen scheiden wollte. Vielleicht kennen sie auch solche Menschen. Wer wollte mit ihnen befreundet sein? Wer kann sich dann vorstellen, mit ihnen fröhlich einen Kaffee, gar ein Gläschen Sekt zu trinken, wo man doch nur Galle vorgesetzt bekommt? Verbittert und enttäuscht sind sie in den Ruhestand gegangen. Die Sonne des Alters hat ihnen selten geschienen, ständig waren da Wolken.

Meine Frau und ich waren in diesem Jahr zu Besuch bei einem älteren Kollegen, der ein glücklicher Rentner ist, auch wenn er seine geliebte Frau vor gar nicht langer Zeit verloren hatte. Er verbreitete eine Lebendigkeit, eine Wärme strahlte von ihm aus, so dass meine Frau, die ihn bis dahin nicht kannte, ihn sehr sympathisch fand. Er engagiert sich in einer Gemeinde, besuchte andere einsame Alte in seiner Seniorenresidenz und war erstaunt und erfreut, dass wir ihn besuchten. Und wenn er nicht 400 Kilometer von uns entfernt leben würde, könnten wir uns gut vorstellen, ihn immer wieder einmal zu besuchen.

Da das Elend mit dem Glück in seiner Flüchtigkeit und in der vielfältigen Bedrohung des Lebens uns täglich begegnen könnte, muss man aus meiner Erfahrung Menschen in der Seelsorge zu folgenden Haltungen ermutigen:

- Nehmen sie ihre Kräfte und ändern sie zuerst das, was in *ihnen* nach Veränderung ruft.
- Bleiben sie neugierig auf das Leben, das noch vor ihnen liegt. Gott will sie immer wieder beschenken und beglücken.
- Widmen sie sich Dingen, die ihnen Genuss bereiten. Dazu gehört auch, einige wenige freundschaftliche Beziehungen zu pflegen.
- Gewinnen sie auch schweren Situationen das Beste ab.

Ich habe vor sechs Jahren meine erste Frau durch eine schwere Krebserkrankung verloren. Es war eine herausfordernde Zeit, bis ich begriff, dass ich sie verlieren werde. Dann war es eine betrübliche Zeit, sie bis zu ihrem Tod zu begleiten. Doch heute blicke ich auf diese Zeit zurück und sage: „Sie war schwer, aber ich bin auch beschenkt worden.“ Darum will ich die Zeit nicht missen. Sie gehört inzwischen zu meinem geglückten Leben. Sie hat mich beispielsweise mit meinen beiden Töchtern tiefer verbunden. Denn ich war in ihrer Kinderzeit der, der oft unterwegs war, der ihnen manchmal fehlte. Da aber haben wir zusammengestanden und die Mutter bis zu ihrem letzten Atemzug unter uns gehabt. Als sie gestorben war, haben wir sie gemeinsam gewaschen, angezogen und um sie getrauert. Die Beschränkung des Glücks ist darum auch für mich ganz persönlich kein Elend, keine Last. Sie ist eher ein Eingangstor in neue glückliche Erfahrungen.

Als Seelsorger habe ich, so gut ich konnte, Menschen in ihrem Leid geholfen und dabei immer auch von und mit ihnen gelernt. Einen ganz kleinen Einblick habe ich ihnen heute hier gewährt. Und wo ich Menschen in der Seelsorge anstecken konnte, sich auf die Suche nach ihrem Glück zu machen, da war ich immer wieder erstaunt über die beeindruckenden Wandlungen, die sie durchmachten. Vielleicht habe ich auch sie (auch euch) ein klein wenig anstecken können, durch diesen Vortrag!

Wo sie gelitten haben, helfen sie sich und mir zu noch besseren Einsichten und Entdeckungen durch den nun vorgesehenen, folgenden Austausch. Für mich ist es beglückend, bis ins hohe Alter zu lernen und gemeinsam neue Entdeckungen zu machen.