

## Biblische Seelsorge – wer braucht das? (4)

Dieser Beitrag könnte sehr kurz sein. Wir brauchen eigentlich nur fünf Buchstaben, um die entscheidende Antwort zu geben: *jeder!* Denn jeder Mensch braucht irgendwann im Leben seelsorgerliche Hilfe und Zuwendung – sei es im normalen Alltag oder bei ganz besonderen psychischen Problemen.



## Die Bedeutung des Menschenbildes

Allenfalls muss ich die Antwort begründen, und dazu müssen wir einen Blick auf das Menschenbild der Bibel werfen. Denn das Menschenbild, von dem wir ausgehen, ist wichtig für jede Art von Seelsorge oder Psychotherapie. Wir müssen wissen, auf welcher Grundlage und mit welchem Ziel wir einem seelisch leidenden Menschen Hilfe anbieten. Beispiele machen das deutlich:

Die Aufklärung (im 18. Jahrhundert) und der Humanismus (im 19. Jahrhundert) gehen von dem Grundgedanken aus: »Der Mensch ist von Natur aus gut, mit seiner Vernunft kann er alles Sinnvolle und Gute erkennen und tun.« Wenn ein Mensch schuldig wird oder in seinem Leben Probleme auftreten, dann sind es meist äußere Einflüsse; die eigentliche Schuld liegt bei anderen, z. B. an der Erziehung im Elternhaus, an schlechten Einflüssen, am Umfeld usw. Diese Argumentation findet sich heute noch oft in der Rechtsprechung, wenn mildernde Umstände für ein Urteil herangezogen werden. Natürlich gibt es diese Einflüsse, aber die Verantwortung für mein Handeln kann ich deswegen nicht auf andere abschieben.

Das Menschenbild der Evolution und der Moderne ist geprägt von dem Gedanken: »Jeder Mensch muss sich frei entfalten können, damit sich seine Persönlichkeit normal entwickeln kann und keinen Schaden nimmt, jeder braucht Selbstverwirklichung und ein starkes Selbstbewusstsein für seine seelische Gesundheit.« Auf diesem Hintergrund gibt es eine breite Strömung in der modernen Psychologie und auch in der Pädagogik (seit ca. 1960), die für jeden Menschen vom Kindes- bzw. Säuglingsalter an eine freie Entwicklung ohne Zwang oder Druck oder einengende Normen fordert. Ein Ergebnis dieses Denkens ist die Empfehlung, dass jeder Mensch – besonders der psychisch Kranke und Gehemmte – seine Sexualität freizügig ausleben muss, um seelisch gesund zu werden oder zu bleiben. Dass diese Verhaltensweisen meist mit sehr belastenden negativen Folgen in anderen Bereichen (z. B. Ehe und Familie) verbunden sind, versteht sich von selbst.

## Das Menschenbild der Bibel

Aus den kurzen Bemerkungen wird deutlich, wie wichtig ein biblisches Menschenbild für jede seelsorgerliche Beratung ist. Deshalb möchte ich hier die wesent-

lichen Merkmale dieses Menschenbildes aufzeigen:

- Der Mensch ist Gottes Geschöpf mit Geist, Seele und Leib (1Mo 2,7).
- Jeder Mensch ist durch die Sünde ganz und gar verdorben, er ist geistlich tot, im Widerspruch und im Widerstand zu Gott, hilflos und ewig verloren (Röm 3,10–12.23; Eph 2,1 u. a.).
- Durch Gottes Gnade und das Erlösungswerk von Jesus Christus, durch den Glauben an ihn kann jeder Mensch ein Kind Gottes werden und ewiges Leben erhalten (Röm 3,24–26; Eph 2,4.5.8; Joh 3,36 u. a.).
- Dadurch bekommt der Mensch den Heiligen Geist, er wird eine neue geistliche Schöpfung (2Kor 5,17; Hebr 10,14; 2Tim 3,17).
- Dennoch lebt er mit seiner zur Sünde fähigen »alten Natur« und im Herrschaftsbereich des Satans (Joh 17,11.15; Röm 7,18.22–24 u. a.).
- Bewahren kann ihn nur die Gnade Gottes und die konsequente Nachfolge und Nähe zum Herrn Jesus Christus (Phil 4,6f.; 2Thess 5,23; 2Tim 3,14f.).
- Wenn der Christ sündigt, kann nur das Bekennen und die Vergebung durch Jesus Christus die Beziehung zum Vater im Himmel wiederherstellen (Jak 5,2; 1Joh 1,9).

## Die Konsequenz

Daraus ergibt sich – wie eingangs bereits erwähnt –, dass *alle* Menschen Seelsorge brauchen. *Jeder*, ob ungläubig oder gläubig, benötigt zunächst einmal Hilfe, wenn er in seelischer Not ist. Dabei spielen Ursache, Begleitumstände, Persönlichkeit u. a. keine Rolle. Wie bei Unfällen mit Körperschäden gibt es auch in der Seelsorge eine Art »Erste Hilfe«, bei der wir nicht nach Glaube, Kindheit oder Elternhaus fragen. Auch der »Ungläubige« (im Sinne der Bibel) braucht im Notfall Trost und Annahme, Sicherheit und Geborgenheit. Meine erste Frage wird nicht sein: »Glaubst du an Jesus Christus?« sondern: »Wie kann ich dir helfen?« Danach allerdings werde ich bei einer passenden Gelegenheit durchaus auf den rettenden Glauben hinweisen.

Denn der Ungläubige steht noch vor dem Kreuz und ohne erlebte Vergebung; echte Seelsorge führt ihn früher oder später dahin, dass er sich im Licht Gottes sieht und Gottes Vergebung und das Angebot der Gnade annehmen kann. Gleichzeitig kommen natürlich – je nach Situation – alle Arten der Seelsorge (Zu-

rechtweisung, Trost, Annahme) zum Einsatz.

Der Gläubige steht *unter* und *hinter* dem Kreuz, hat schon Vergebung seiner Schuld erlebt und benötigt durch die Seelsorge, wenn erforderlich, Korrektur (evtl. auch mit Hinweis auf unvergebene Schuld!) oder Trost, Ermutigung und Begleitung.

Das Ausmaß der seelischen Störung oder Belastung kann sehr unterschiedlich sein, aber *alle* werden wir in Gottes Wort aufgefordert, *einander* seelsorgerlich zu »dienen« (Joh 13,14f.; Gal 6,1f.; 1Petr 4,10).

## Wo Seelsorge gebraucht wird

Wenn beim Auto der Anlasser versagt oder die Batterie leer ist, muss ich notgedrungen eine Werkstatt aufsuchen oder meinen Nachbarn um Hilfe bitten, der sich mit Autos gut auskennt. Für meine hartnäckige Erkältung weiß vielleicht die Oma ein gutes altes Hausmittel. Und was mache ich, wenn mein Jähzorn immer wieder durchkommt und meine Ehe darunter leidet? Oder bei Konflikten am Arbeitsplatz? Oder wenn ich völlig erschöpft und mutlos geworden bin? Da hilft keine Werkstatt und kein Spezialist, sondern viel eher ein lieber Mensch, ein Freund, eine Freundin, eine Schwester oder ein Bruder, der sich um meine Seele kümmert.

Die Situationen, in denen Seelsorge sinnvoll und notwendig ist, sind so zahlreich und individuell, wie es Menschen gibt; sie lassen sich gar nicht alle aufzählen. Dennoch ist es hilfreich, einen Blick auf die Vielfalt menschlicher Probleme zu werfen:

- persönliche Verhaltensweisen, die mir oder anderen zu schaffen machen (z. B. Jähzorn oder fehlende Vergebungsbereitschaft)
- Trauer-Reaktionen nach Verlust eines Angehörigen
- Erziehungsprobleme
- Ehekonflikte
- Mobbing in der Schule oder am Arbeitsplatz
- seelische Belastung durch schwere Unfälle oder Erkrankungen
- Arbeitslosigkeit
- Streit unter Gemeindegliedern
- Generationskonflikte
- usw.

Die Reihe ließe sich fast beliebig fortsetzen.



Zusätzlich gibt es auch noch echte psychische Störungen und Krankheiten, die z. T. sehr verbreitet sind und dringend behandelt werden müssen. Zu den häufigsten gehören:

- Schlafstörungen
- Burnout
- Depressionen
- Angststörungen
- Zwangsstörungen
- Suchtkrankheiten (Alkohol, Medikamente, Drogen)
- psychosomatische Krankheiten

In späteren Beiträgen werde ich auf einige dieser Erkrankungen näher eingehen. Sie können in unterschiedlichen Schweregraden vorliegen, von ganz leichten, kaum merkbaren Veränderungen bis hin zu sehr schweren psychiatrischen Krankheiten, die dann in Fachkliniken behandelt werden müssen. In jedem Fall ist seelsorgerliche *Begleitung* (nicht *Behandlung*!) notwendig! Einige schwerwiegende Erkrankungen könnten aber vermieden werden, wenn wir uns in den Gemeinden früh genug bei all den kleinen Charakter-Auffälligkeiten gegenseitig helfen würden. Das wäre dann echte biblische Seelsorge an der Basis.



- Hirnerkrankungen wie MS, Alzheimer, Parkinson
- Stoffwechselstörungen, insbesondere beim Stoffwechsel der Nervenzellen
- hormonelle Störungen (z. B. Schwangerschaft, Wechseljahre)
- Durchblutungsstörungen des Gehirns, z. B. nach Schlaganfall
- andere schwere Erkrankungen wie Krebs

Alle diese Aufzählungen sind unvollständig und sollen nur einen Eindruck vermitteln, wie vielschichtig seelische Probleme und Krankheiten sind. Der Seelsorger muss auch nicht unbedingt die genaue Diagnose einer Störung kennen, genauso wenig braucht er eine exakte Ursachenanalyse. In den meisten Fällen sind die wichtigsten Zusammenhänge erkennbar, und in jedem Fall ist es gut, wenn ich als Helfer dem Hilfesuchenden vermitteln kann: Soweit es in meinen Kräften liegt, will ich dich begleiten und dir zur Seite stehen. Alles Weitere liegt in Gottes Hand. Und ihm, unserem Vater im Himmel, sollten wir uns immer wieder im Gebet anvertrauen.

### Die Ursachen seelischer Störungen

sind sehr vielfältig; fast immer treffen mehrere Ursachen zusammen und führen dadurch erst zu einer Störung oder Krankheit. Bei *jedem Menschen* spielen solche Einflüsse und Faktoren eine Rolle, aber nicht bei jedem haben sie die gleichen Auswirkungen. Dazu gehören:

- Erbanlage (Veranlagung)
- Elternhaus und Erziehung
- Kindheits- und Jugenderlebnisse
- persönliche Lebensführung
- Sucht (Drogen, Alkohol)
- besondere Ereignisse im Umfeld
- unvergebene Sünde
- unbereinigte Schuld (anderer an dem Betroffenen)
- fehlende Vergebungsbereitschaft
- Hass, Aggressionen, Vergeltungssucht
- Zank, Streit, Zwietracht
- Egoismus, zunehmender Individualismus
- Stress und krankmachende Sorgen
- Habsucht, Materialismus, Wohlstandsdenken
- chronischer Liebesmangel

Daneben gibt es rein medizinische Ursachen für psychische Störungen, z. B.:

### Die vier Ebenen in Seelsorge und Therapie

Diese vielfältigen Probleme, Krankheiten und Ursachen kann eine reine Basis-Seelsorge in den christlichen Gemeinden bei weitem nicht auffangen. Erst recht sind Gemeindeglieder in schweren Fällen überfordert, wenn sie umfassende Hilfe anbieten wollen. Nehmen wir als Beispiel die Alkoholkrankheit (den chronischen Alkoholismus): Wer in den Krallen dieser Sucht gefangen ist, kommt allein nicht mehr davon los; und es ist sogar noch schlimmer: Seine Familienangehörigen sind genauso behandlungsbedürftig, weil sie nämlich in eine sog. »Co-Abhängigkeit« geraten. Das bedeutet: Viele Helfer müssen sich um mehrere Menschen kümmern, um den immer größer werdenden Schaden abzuwenden. Wenn bei dem Kranken eine gewisse Krankheitseinsicht da ist oder schon vorher, braucht die ganze Familie engagierte Suchthelfer (z. B. aus den Selbsthilfegruppen wie dem Blauen Kreuz), außerdem Fachärzte und schließlich die Fachklinik, wo wieder andere Spezialisten am Werk sind. Damit nicht genug: Alle Betroffenen benötigen eine meist lebenslange Begleitung und einen alkoholfreien Lebensraum, um nicht wieder rückfällig zu werden. Ähnlich verhält es

sich bei vielen anderen psychischen Erkrankungen.

Aus der kurzen Schilderung wird deutlich, wie die verschiedenen Ebenen in Seelsorge und Therapie zusammenarbeiten müssen. Diese vier Ebenen möchte ich hier skizzieren:

## **Die Basis-Seelsorge**

findet – wie der Name schon sagt – an der Basis in den christlichen Gemeinden statt. Darum geht es auch hier in den Beiträgen. Leider gibt es immer noch Gemeinden, die auf die gegenseitige Seelsorge unter den Gemeindegliedern wenig oder gar keinen Wert legen. Dabei ist es auch aus biblischer Sicht eine dringende Notwendigkeit, dass wir uns umeinander kümmern (1Kor 12,25f.; Gal 6,1f.; Röm 15,1f. u. a.). Davon lebt Gemeinde schließlich; und noch mehr: Manche psychische Störung lässt sich durch frühzeitiges »Kümmern« vermeiden oder mildern. Wie im ersten Beitrag bereits erwähnt, ist Seelsorge Lebensäußerung der Gemeinde, eine Voraussetzung und gleichzeitig ein Ergebnis lebendiger christlicher Gemeinschaft. Diese Basis-Seelsorge braucht keine besondere Ausbildung, nur ein wenig Sensibilität und Einfühlungsvermögen. Sie findet im normalen Alltag statt, bei allen Begegnungen, bei allen größeren und kleineren Ereignissen.

## **Die begabten (und ausgebildeten) Seelsorger**

Darüber hinaus gibt es immer wieder Situationen, bei denen wir an der Basis der Gemeinde nicht weiterwissen. Das kann der anhaltende Ehekonflikt oder die Depression oder eine Angststörung oder irgendetwas anderes sein. Dann sind wir dankbar, wenn es in der Gemeinde oder am Ort Christen gibt, die man um Rat fragen bzw. um Hilfe bitten kann. Meist sind es solche Frauen und Männer, die eine »Antenne« für psychische Probleme haben und – um es biblisch auszudrücken – eine Geistesgabe zum Helfen und Heilen besitzen. Manche bilden sich durch Seminare und Vorträge weiter. Sie können dann in diesen schwierigen Fällen seelsorgerlich tätig werden und nennen ihre Arbeit oft »therapeutische Seelsorge«.

## **Die Fachleute (Psychologen, Fachärzte u. a.)**

Auch ausgebildete Seelsorger stoßen immer wieder an Grenzen, wenn es um die Behandlung seelischer oder psychiatrischer Erkrankungen geht (schwere Depressionen, Zwangsstörungen, Suchterkrankun-

gen u. a.). Dann braucht man die Hilfe dieser Fachleute, die meist auch die fachliche Behandlung (z. B. mit Medikamenten, Verhaltenstherapie u. a.) übernehmen. Es gibt nur wenige überzeugte Christen in diesen Berufen, sodass Gemeindeglieder manchmal verzweifelt sind, weil sie keinen »passenden« Spezialisten finden, zu dem sie Vertrauen haben können. Häufig berühren ja die seelischen Probleme auch das persönliche Glaubensleben. Solchen Betroffenen kann man einen guten Rat geben: Der Facharzt muss nicht unbedingt Christ sein, aber ich sollte ihn zu Anfang fragen, ob er meinen persönlichen Glauben respektiert; und dann kann ich seelsorgerliche Begleitung und Hilfe für mein Glaubensleben parallel zur Facharzt-Therapie bei »meinem« Seelsorger in Anspruch nehmen. Im Idealfall weiß der eine Therapeut vom anderen, und beide arbeiten Hand in Hand.

## **Die Fachklinik**

Wenn auch die dritte Ebene nicht mehr ausreicht und eine sehr schwere oder chronische psychische Erkrankung vorliegt, braucht man die Hilfe einer Fachklinik. Im Allgemeinen wird man vom Hausarzt oder vom Facharzt dorthin eingewiesen. Es gibt einige sehr gute Kliniken unter christlicher Leitung, wo sich neben den Fachleuten ein Klinik-Seelsorger um die Patienten kümmert. Natürlich fühlt sich der kranke Gläubige dort am besten aufgehoben. Aber viele Christen haben auch schon die Hilfe weltlicher Krankenhäuser in Anspruch genommen und dort gute Erfahrungen gemacht. Ähnlich wie bei den Fachärzten kommt es ebenso in der Klinik darauf an, dass mein Glaube akzeptiert und vielleicht sogar gefördert wird. Außerdem ist es eine wichtige Aufgabe für meine Heimatgemeinde, dass sich jemand während des Krankenhausaufenthalts um mich und um meine Angehörigen kümmert. Das bedeutet dann wieder echte Basis-Seelsorge (s. o.).

Unser Vater im Himmel kann alle Möglichkeiten zur Heilung nutzen und segnen, er kann auch ohne alle menschlichen Hilfsmittel heilen! Wichtig ist, dass wir uns ihm anvertrauen und mit seiner Allmacht rechnen, ganz gleich, welche Wege wir unter Gebet mit ihm beschreiten.

*Wolfgang Vreemann*