

BEGEGNUNG UND GESPRÄCH

ÖKUMENISCHE
BEITRÄGE
ZU ERZIEHUNG
UND
UNTERRICHT

Nr. 115

Januar 1998



**Selig sind,
die da
Leid tragen;
denn sie
sollen
getröstet
werden.**

Mt 5,4



Leiden können – Leben können

Leid tragen ist ein Lebens- und Lernprozeß. Man kann von der Natur ablesen, daß Lust und Schmerz, Stirb und Werde, Kontrasteinheiten des Lebens sind. Jedes Leid ist eine Herausforderung des Lebens, etwas zu ändern oder sich zu ändern oder beides zugleich. Viel Leid entsteht erst durch Leidverdrängung, solange jemand die schmerzlichen und unbequemen Lebensprozesse des Leidens grundsätzlich ablehnt.

In jedem Menschen gibt es unausweichliche Bruchstellen: ein schwerer Verlust, eine total unerwartete Enttäuschung, ein plötzliches Ende, ein Einbruch in die Ahnungslosigkeit. Nun ist jedes Ende ein Anfang, der Anfang einer Entwicklung, einer Erfahrung, die beispiellos ist im bisherigen Leben. Mit dem ganz Schmerzlichen beginnt etwas Neues. Diese Entwicklung führt – wenn auch so schmerzlich, daß man meint nicht mehr leben zu können – zu Ablösungen. Diese schmerzlichen Ablösungen be-

freien aber auch zu einer tieferen Lebenserfahrung und führen in einen Lebensbereich, in dem der Tod und die Gesetze des vergänglichen Lebens immer mehr an Macht verlieren.

Der Hinweis auf die Ewigkeit, auf das unzerstörbare, unsterbliche Leben, dient nicht der Verdrängung der Leidensprozesse, sondern sie ermutigt, die Leidensprozesse, die „Trauerarbeit“ in umfassenden Sinn, anzunehmen und durchzustehen.

Die Psychologen erkennen in der „Trauerarbeit“ bestimmte Phasen:

Das *Ignorieren*: Ich kann das, was passiert ist nur allmählich wahrnehmen.

Die *Auflehnung*: Ich erlebe die ganze „Anderheit“ und „Zu widerheit“ des Neuen, des Eingebrochenen.

Das *Arrangement*: Ich versuche das Neue, Unangenehme und Ungewollte ins bisherige Leben einzuordnen, aber es zeigt sich: Das geht nicht.

So kommt es unausweichlich zur *Depression*: Ich erlebe die totale Ohnmacht, den Nullpunkt, das Ende. Alle bisherigen Kräfte sind erschöpft.

Erst wenn ich ganz am Ende bin, kommt in der Ergebung der neue Anfang, das neue Leben, bzw. das Leben neu, ganz anders: die „Auferstehung“.

Für manche Menschen fällt dieser neue Anfang nicht mehr in das irdische Leben. Man kann diese Leidensprozesse als Sterbeprozesse verstehen, durch die wir – wie das Johannesevangelium es sagt – schon hier auf Erden „hinübergehen“ ins ewige (=unsterbliche) Leben und somit schon zu Lebzeiten anfangen, den Tod zu überwinden. Unser körperlicher Tod ist das Ende der in der Trauerarbeit eingeübten Sterbeprozesse unseres Lebens. Paulus sagt: Der Tod hat keinen „Stachel“ mehr.

Man kann diese Trauer- und Sterbeprozesse mit einer Röhre vergleichen, durch die ich hindurch muß. Sie führt vom Dunkel ins Licht, aus der Kälte in die Wärme. Man kann diese Prozesse auch mit einer Parabel vergleichen: Ich muß durch den Nullpunkt, den Tiefpunkt hindurch, um zu einer neuen Höhe zu gelangen. Der Leidensprozeß verläuft aber nicht linear sondern spiralförmig. Ich werde immer wieder zurückgeworfen. Nur so führt mein Weg zu einer neuen Erfahrungs- und Bewußtseinstiefe.

Die folgenden Texte und Bilder sind als Impulse gedacht. Sie wollen helfen in Leid und Verlust auch eine Chance des Lebens zu erkennen und den Sinn des Trauerns zu entdecken. Die Warum-Fragen im Zusammenhang mit dem Leid finden letztlich keine Antwort durch die Vernunft. Aus dem Glauben an das Ewige Leben kommt die Kraft, mit Zweifeln und offenen Fragen leben zu können.

Urvertrauen

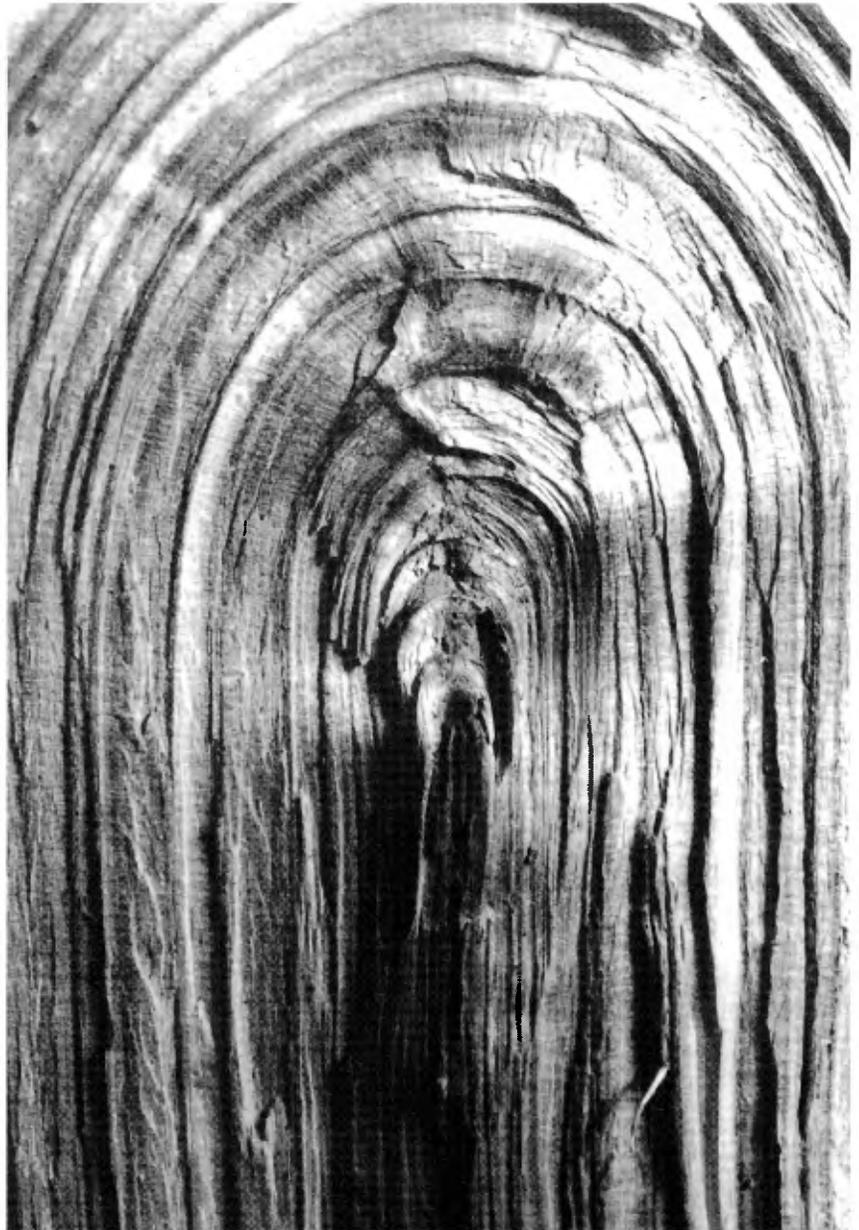
Ijob denkt und grübelt
nach dem Sinn des Leids
und findet keine Erklärung.
Erst als ihm Gott
den Kosmos zeigt,
geht ihm auf:
Letztlich ist alles Kosmos,
auch wenn ich im einzelnen
vieles chaotisch
und sinnlos erlebe
und nicht begreifen kann.
Wer alles begreift,
begreift auch,
daß er nicht alles begreift.
Der Einblick in den Kosmos,
gerade durch die
heutige Astrophysik,
kann uns überwältigen
und zum Vertrauen motivieren.
Er hilft uns,
daß wir unser Leid
fragloser annehmen
und dadurch bewältigen.
Es muß nicht gleich
der Makrokosmos sein,
schon eine Blume
kann mich trösten.

Selbstverwirklichung

Im Verlust
erfahre ich untrüglich,
schonungslos,
wie weit ich wirklich
schon „ich selbst“ geworden bin.
In Wut, Haß und Eifersucht
kann ich den Nachholbedarf
erleben.
Der Sinn des Leidensdruckes
ist nicht die Qual;
er will die Kräfte wecken,
durch die ich Gott
und mir selber näherkomme.

Die Kraft im Leiden

Kraft im Leid
kann nur die Liebe sein.
Die ewige Liebe
gibt die Kraft im Leiden,
wenn du an ihr nicht zweifelst.
Gott hat sich dir hingegeben,
damit du nicht zweifeln mußst
an seiner Liebe.
Wenn du IHN gefunden hast
in deiner Freude,
dann bleib IHM treu,
auch wenn die Freudenzeit
vergeht.



Tageweis leben

Gott gibt uns die Zeit
nicht auf einmal.
Er gibt uns täglich
einen neuen Tag
und stündlich
eine neue Stunde.
Wenn ich versuche,
das Gestern und das Morgen
zurückzustellen,
kann ich leichter
im Jetzt und Heute leben.
Mein ganzes Leben
kann ich nur im Jetzt
und Heute leben.
Hier geschieht die
Leidbewältigung
durch Rückkehr in das
Urvertrauen.

Wo ist Gott?

Wo ist Gott in meinem Leid?
Er ist da,
sogar ganz nah.
Er wartet, bis du ihn einläßt,
damit er in dir wirken kann.
Du mußt verzichten lernen
auf Forderungen
und Bedingungen,
auf dein Zweifeln
und auf dein bisheriges
Gottesbild,
das du dir selbst gemacht hast.
Gott ist anders.
Suche ihn bedingungslos,
dann kann er sich dir
zu erkennen geben

Der „strafende“ Gott

Wer das Leid
als Strafe Gottes sieht,
kommt mit sich selbst
und mit Gott nie zurecht.
Gott straft nicht;
er vergilt das Böse nicht
mit Bösem
wie wir Menschen,
die wir „gerechte Rache“ üben.
Gewiß ist die Qual des Leidens
Folge unserer Sünde,
weil wir die Liebe,
das Geliebtsein, Gott,
nicht mehr oder nur am Rande
in unserem Leben haben.
Ohne Liebe „müssen“ wir
uns selbst und andere,
vielleicht auch Gott verdammen.
Gott liebt uns immer;
doch er greift nicht ein,
wenn wir ihn beiseite stellen.
Er liebt und wartet,
bis wir schließlich irgendwann,
- vielleicht erst,
wenn wir ganz am Ende sind -
überwältigt von seiner Liebe,
begreifen, daß alles
einen Sinn hat.



Beten

Beten ist Selbstverwirklichung
im Glauben.

Wenn ich in meinem Leid
Gott anrufe,
öffne ich meine Situation
und bringe etwas ins Spiel,
das meinen ganzen Zustand
verändern kann.

Es kommt Mitte
in mein auswegloses
Durcheinander.

Immer mehr gelingt es,
alles einzuordnen,
und es wächst die Kraft
zum Tragen.

Vielleicht muß ich
hundertmal am Tag sagen:
„Du bist es, du bist es ...“
Oder von Gott her gesehen:
„Ich bin es doch, ich bin es ...“
ER ist da, er ist immer da,
doch ich spüre es erst,
wenn ich zu ihm rufe.

Osterei

Was zerbricht,
ist immer nur die Schale,
damit das Eigentliche,
Unzerbrechliche
vorkommt und sich offenbart.
Wenn etwas zerbricht
in deinem Leben,
oder wenn du meinst,
du selber bist zerbrochen,
so ist das ein Zeichen,
daß das Leben
vorkommen
und sich entfalten will.
So wie die Lust
gehört auch der Schmerz
zum Leben.

Gott, du bist mein Fels

Der Fels, der mich erdrückt,
hat auch die Kraft zu tragen.
Die Kraft, die drückt,
ist dieselbe, die mich trägt,
je nachdem, ob ich „darunter“
oder „darüber“ bin.
Ich muß mich bemühen,
nicht den Felsen – Gott –
wegzurollen,
sondern das richtige Verhältnis
zu meinem Felsen
zu bekommen.

Was mich jetzt drückt,
das wird mich tragen.
Ich muß Geduld haben
und mir Zeit lassen.
Gott, du bist mein Fels
auf dich vertraue ich.
Ich werde ewig
nicht zuschanden.



Die Kraft des Leides

Der Leidensdruck
ist eine Lebenskraft.
Es liegt an dir,
ob sie dich vernichtet
oder ob sie dein Leben
und dich selbst verändert
zu tieferer Entfaltung.
Du darfst die Leidensstrecken
deines Lebens
nicht deshalb ablehnen,
weil sie nicht bequem sind.
Denk an einen Baum im Winter!

Freude und Leid

Freude und Leid
sind Grundkräfte des Lebens.
Die Freude zieht;
durch sie
erfahre ich Anerkennung
und Bestätigung.
Sie läßt mich erleben,
daß es gut ist,
daß es mich gibt.
Das Leid drückt, schiebt.
Durch das Leid erfahre ich,
daß ich mich
oder etwas in meinem Leben
ändern muß.
Wenn ich den Leidensdruck
als Lebenskraft verstehe,
kann die Freude
auch ins Leid gelangen.

Vollendung

Das Leid ist dort kein Problem,
wo man es
durch Beseitigung der Ursachen
selbst beheben kann,
dort, wo „Tabletten“ helfen.
Das eigentliche Leidproblem
ist dort,
wo ich mir selber
nicht mehr helfen kann.
Pfingsten ist das Ereignis,
daß die Freude, die Gotteskraft,
in mein Leid kommt,
in meine Angst, Verlustangst
und Verzweiflung,
ohne die äußeren Ursachen
zu beheben.
Trotz meines Leids,
in meinem Leid
erfüllt mich die Liebe,
der „Geist Jesu Christi“
mit der Kraft der Freude.
Wie kann ich beitragen,
damit das auch
bei mir geschieht?
Ich kann aufhören,
Ursachen beseitigen zu wollen,
die nicht zu beseitigen sind;
ich kann mich mehr mit Gott
und mit Jesus befassen.
Ich kann es wagen,
Pfingsten zu feiern,
auch wenn ich noch in Angst
und Verzweiflung
gefangen bin.



Text: Elmar Gruber Fotos: E. Weinbrecht (S. 1), W. Maier (S. 2; 3), E. Gruber (S. 4; 5; 6)

Weitere Texte sind zu finden in: Elmar Gruber, „Ich trockne deine Tränen“, erschienen bei Marianne Strasser, Fundhobl 4, 84494 Niederbergkirchen.

Verantwortlich für den Inhalt: Elmar Gruber, Berchemstr. 25, 80686 München ■ Dr. Walter Zwanzger, Religionspädagogisches Zentrum 91556 Heilsbrunn ■ Siegfried Kratzer, Pfälzer Straße 7a, 92224 Amberg ■ Dr. Leo Hermanutz, Erzb. Ordinariat, Postfach 330360, 80063 München ■ Gestaltung: Christoph Ranzinger, Pauckerweg 5, 81245 München.

198 Januar



Stufen steigen

Jahre, Tage,
Stunden
sind Stufen
in der Zeit.
In kleinen Schritten
wird das Ziel erreicht:
Ein Schritt nach
vorn, - ein Schritt
nach oben:
Jedesmal ein
Wagnis -
loslassen -
sich neu einlassen.
So wächst
das Vertrauen,
daß auch
der letzte Schritt
- unsichtbar -
nach vorne
und nach oben
führt.

Februar



Aus der Haut fahren

Überleg dir genau,
wohin du fährst,
wenn du
aus der Haut fährst:
in den Himmel,
in eine andere Haut
oder in eine
neue Hölle.
Und was ist
mit der alten
'armen Haut'!
Oft genügt
ein bißchen mehr
Hauptpflege:
Die alte Haut
ist doch die beste
und die schönste,
die zu dir paßt,
und mit der
du dich überall
sehen lassen kannst.

März



Teufelskreis

Ein Mensch haßt,
weil ihn niemand
liebt,
und weil er haßt,
liebt ihn niemand.
Am Kreuz ist
dieser Teufelskreis
durchbrochen.
Gott hat
ein offenes Herz
für alle Hasser,
damit sie nicht mehr
hassen müssen:
Der gehaßte
Liebende
und der geliebte
Hasser
sind wie
Kreuzesbalken,
die in der Mitte
eins geworden sind.

April



Angepaßt sein

Gelb blüht
der Löwenzahn
in großen
und in kleinen
Blüten
dem Standort
angepaßt, der sehr
verschieden ist.
Die Farbe
seiner Blüten
bleibt überall dieselbe.
Sei flexibel
in der Standortwahl
des Lebens,
mach das Unmögliche
nicht zur Bedingung!
"Froh zu sein
bedarf es wenig"!

Texte: Elmar Gruber
Grafik: W. Westenbergker

Mai



Wurzelecht

Blumen
fragen nicht,
wo und wie
sie blühen sollen;
sie haben es in sich.
Dein Glück
muß in dir selber
wurzeln,
damit es
unverlierbar wird.
Laß deine Wurzeln
in dem Glauben
gründen:
Ich bin geliebt
mit ewiger Liebe,
die nie
verlorengeht.
So hast du immer
Grund zur Freude
und kannst auch
andere beglücken.

Juni



Sich winden

Die Winde
windet sich
um den Stamm.
Sie steht und fällt
mit dem, den sie
umwindet.
Der Stamm kann
unumwunden leben,
aber nicht die Winde!
Schau genau,
ob dich das hält,
was du umklammerst
und umarmst!
Gott als Stamm
hält immer.
Er ist immer
für dich da:
Er hält sich
nicht fest an dir,
so kann er dich
fest halten.

Juli



Unkraut und Weizen

Nur wer den Weizen kennt, kann das Unkraut 'Unkraut' nennen. Und wer das Unkraut kennt, kennt auch den Weizen. Wer die Sünde nicht mehr kennt, kann auch die Gnade nicht mehr erfahren; er kann nicht sünde-los und gnädig werden. Hab Mut, deine Sünde zu erkennen, damit du deine Sünde los und gnädig wirst.

August



Getragen sein

Im Boot fühlst du dich sicher und getragen. Doch trägt dich nicht das Boot; vom Wasser kommt der Auftrieb, den das Boot nur nützlich macht. Vertrau dem Leben, das dich immer trägt und dem alle Einrichtung nur dienen kann. Wer ganz auf Gott vertraut, der kann wie Petrus auf dem Wasser gehen. Er ist auch ohne Schiff geborgen.

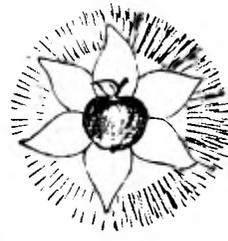
September



Abfallen

Wenn nur das Laub vom Baume fällt, kommt es im Frühjahr wieder, erneuert und vermehrt. Stirbt jedoch der Baum, wird alles Abfall und Kompost. Gefühle sind wie Laub; sie vergehen und kommen wieder, wenn der Baum der Liebe heil ist und gesund. Pflege den Baum, auch wenn die Gefühle fehlen. Sie kommen wieder, neu und anders.

Oktober



Mehr fühlen

In der Schönheit aller Blumen, in der Süße aller Früchte kannst du die Kraft der Sonne spüren. Im Gefühl erfühst du mehr als nur Gefühl; bleib nicht an Gefühlen hängen. Die Wonne der Gefühle kommt von der Liebe. Gott ist die Liebe, suche Ihn in allem, dann hast du immer mehr als nur Gefühl.

November



Ewiges Leben

Die Toten leben - nicht mehr gebunden an das Gesetz von Raum und Zeit. Nicht sie, - wir haben damit Probleme, weil wir das ewige Leben mit den Sinnen nicht erfassen. Wir müssen unsere Toten vom Tod entbinden durch den Glauben und sie entlassen aus der verweslichen Gestalt, damit wir über's Grab hinaus mit ihnen weiterleben.

Dezember



Friedlich werden

'Friede den Menschen seiner Gnade!' Gott ist gnädig; bedingungslos vergibt er allen alles, damit auch wir allen alles vergeben können. Vergebung macht friedlich und zufrieden. Doch kommt das ewig verzeihende Erbarmen nur zur Wirkung, wenn wir es weitergeben. Gnade den Gnadenlosen, damit die Gnadenlosen gnädig werden.