

10. Impuls (allgemeine Themen) für die Pfarrzellen

Thema: Umgang mit psychisch Kranken

Liebe Freunde in unseren Zellgruppen,

In diesem neuen Allgemeinen Impuls, der unter der Nummer 10 firmiert, möchte ich mich mit Menschen mit psychischen Problemen beschäftigen v. a. auch für unseren Umgang in der Evangelisation.

Wie können wir solchen Menschen helfen?

Normale Erkrankung

Wenn wir im geistlichen Leben fortschreiten, kommen Menschen auf uns zu mit psychischen Einschränkungen und erwarten von uns Hilfe. Manchmal so sehr, dass wir an unsere Grenzen stoßen.

Wie können wir Menschen mit solchen Erkrankungen helfen? Wie sollen wir mit ihnen umgehen?

Eine psychische Erkrankung, wie auch immer sie sich zeigt, ist eine „normale“ Erkrankung.

Psychisch kranke Menschen haben keinen Denkfehler, sondern sie haben i.d.R. eine körperliche Erkrankung, die sich psychisch in ihrem Denken und in ihrer Seele, in ihrer Gesamtbefindlichkeit auswirkt:

Es gibt körperliche Wirkungen, besonders in der Welt unserer Hormone, die sich eben auf das Gehirn, auf unser Wohlbefinden und auf unser Denken auswirken, ähnlich wie andere körperliche Wirkungen sich in Körperfunktionen auswirken. Wenn Insulin fehlt, bin ich eben zuckerkrank, aber das ist eben kein Denkfehler, sondern eine körperliche Wirkung, der man medizinisch dann begegnen kann.

Für psychisch Kranke ist es wichtig, dass sie als normal von uns behandelt werden und wir nicht den Makel noch verstärken, den oft die Öffentlichkeit ihnen ohnehin anhängt.

Jeder Mensch ist krank

Und das geht tiefer. Jeder „Normale“ ist in irgendeiner Weise krank. Ich verweise euch auf den Impuls Nr. 177 den ich vor 3 Jahren zusammengestellt habe und worin ich mich mit Krankheit allgemein beschäftige. Wir Menschen haben Defizite. Alle. Die einen so, die anderen anders und dieses Schwachsein ist für uns als Christen etwas Fundamentales.

Ich erlebe mich gerade in der Begegnung mit Gott als ein Armer, der mit vielen Schwächen behaftet ist, der aber gerade deswegen von Gott unendlich geliebt ist. Wir können als Menschen nicht ohne Schwächen sein, „Nobody is perfect,“ und das gehört zu unserem christlichen Menschenbild. Entscheidend ist nur, dass wir zu unseren Defiziten stehen lernen, sie annehmen lernen und dass ich mir helfen lasse, besonders wenn es um krankhafte Defizite geht.

Mut machen, sich helfen zu lassen

Psychisch Kranken müssen wir besonders Mut machen die Hilfe von Ärzten oder Therapeuten in Anspruch zu nehmen, weil sie oft sich überhaupt schwer tun ihre Krankheit einzusehen oder anzunehmen, sie sind oft versucht sich ärztlicher Hilfe zu entziehen.

Man kann sie u.a. auf eine wunderschöne Bibelstelle hinweisen, die uns im Buch Jesus Sirach geschenkt ist, Kapitel 38 (Sir 38,1,2,4,7-9). Dort heißt es:

„¹Schätze den Arzt, weil man ihn braucht; denn auch ihn hat Gott erschaffen. ²Von Gott hat der Arzt die Weisheit, ⁴Gott bringt aus der Erde Heilmittel hervor, der Einsichtige verschmähe sie nicht. ⁷Durch Mittel beruhigt der Arzt den Schmerz, ebenso bereitet der Salbenmischer die Arznei, ⁸damit Gottes

Werke nicht aufhören und die Hilfe nicht von der Erde verschwindet. ⁹Mein Sohn, bei Krankheit säume nicht, bete zu Gott; denn er macht gesund.“

Der Arzt ist ein Werkzeug Gottes, der eigentliche Helfer, der eigentlich Arzt ist Gott selbst, aber er liebt es uns durch Menschen zu helfen.

Krankheit ist irdisch

Damit diese Hilfe von Gott akzeptiert werden kann, ist es für uns wichtig, Krankheit richtig zu verstehen. Gerade im psychischen Bereich sind Menschen gerne versucht, ihre Probleme als Strafe Gottes oder als von Gott verursacht zu verstehen. Das ist definitiv falsch. Wir müssen Gott als den Helfer erkennen, nicht als den Verursacher meiner Leiden.

Marthe Robin, eine Mystikerin aus Frankreich, hat einmal so schön formuliert:

Der Schmerz und das Leiden kommen nicht aus dem Himmel. Aber die Hilfe kommt von dort und das Glück ist von dort.

Solange wir Gott als den Verursacher unsere Leiden vermuten, solange sind wir nicht in der Lage ihn als unseren Helfer und Arzt anzunehmen.

Woher Krankheit kommt, das wissen wir oft nicht, aber wir können immer sagen, sie ist irdischer Natur, sie ist aus den Wirkursachen dieser Welt erklärbar. Manches kann aus meinem eigenen Leben erklärbar werden. Manches kann ich sogar selber verursacht haben, wobei es gar nicht darum geht, nach dem Schuldigen zu suchen, sondern viel eher nach der Lösung bzw. nach der Gnade, die Gott mir durch die Krankheit schenken will.

Krankheit wird zum Segen

Gott verursacht nicht die Krankheit, aber er kann aus ihr immer einen Segen machen und er lädt mich ein, dass ich die Krankheit an mir im Blick auf sein Kreuz annehme.

So wie Jesus sein Kreuz angenommen hat, wie er es getragen hat, wie er am Kreuz ausgehalten hat bis zum Tod, so lädt er mich ein, dass ich die Kreuze meines Lebens nicht länger alleine trage, sondern sie mit seinem Kreuz verbinde.

Und das ist ein wichtiger Rat, den wir gerade auch den psychisch Kranken geben können, dass sie im Kreuz Jesu die eigentliche Hilfe Gottes entdecken, die er ihnen zukommen lassen will.

Das Kreuz bezeugt die Liebe Gottes

Wie können wir im Kern nun diesen psychisch Kranken helfen?

Wir können den Kranken bezeugen, dass Jesus aus Liebe zu uns an diesem Kreuz gestorben ist.

Das Kreuz ist der Beweis der Liebe Gottes zu uns Menschen und es ist auch der Beweis des Sieges Jesu über das Leid, über den Tod, über die Sünde und über das Böse.

Im Blick auf das Kreuz kann ich mir bewusst machen, dass Jesus ein für alle Mal alle meine Probleme an seinem Kreuz besiegt hat, dieser Sieg Jesu nun zu mir kommen muss, ich ihn annehmen muss.

Ich muss meine Krankheit, die ein Teil dieses Kreuzes Jesus ist, bejahen in dem Sinne, dass sie ein Teil von mir ist, und sie oft erst geheilt wird oder einer Besserung zugeführt wird, wenn ich mich nicht mehr gegen sie wehre, sondern mit ihr beginne Frieden zu schließen.

Die Liebe Gottes ist für einen psychisch Kranken ganz besonders wichtig, weil er sich oft von seiner Umwelt abgelehnt erfährt und weil manche psychischen Erkrankungen tatsächlich ihre Ursachen darin haben, dass

Menschen traumatisiert, verletzt worden sind, also mit Lieblosigkeiten konfrontiert waren, die schwere Verwundungen im Leben hervorgerufen haben.

Und deswegen braucht der kranke Mensch, jeder Mensch das sichere Wissen, dass Gott ihn liebt. Daher helfen ihm gute Aussagen der Heiligen Schrift über diese Liebe.

Im Buch Jesaja heißt es Kapitel 43,4:

„Weil du in meinen Augen teuer und wertvoll bist und weil ich dich liebe, gebe ich Menschen für dich und für dein Leben ganze Völker.“

Dem König Salomo erklärt Gott, dass er ihn liebt und er hat ihm einen neuen Namen gegeben: „Jedidja“. Das kann man übersetzen: „der vom Herrn Geliebte“ (2 Sam 12,24-25).

Der HERR liebte Salomo und sandte den Propheten Natan, damit er ihm um des HERRN willen den Namen Jedidja, der vom HERRN Geliebte, gebe.

Du bist ein Jedidja, ein von Gott unendlich Geliebter.

Wenn wir jemand einen Rat geben wollen, wie er in seiner Krankheit sich an Gott wenden kann, dann mit dem kurzen Stoßgebet:

Danke Jesus, dass du mich so liebst wie ich bin,

eben gerade in meiner Krankheit, in meinen Defiziten, in meinen Schwächen.

In dem Maße in dem sich ein Kranker in seiner Krankheit von Gott geliebt weiß, in dem Maße wird er auch fähig, die Hilfe von Gott anzunehmen und sich von Menschen helfen zu lassen, die er dann als Werkzeuge Gottes verstehen kann.

Am meisten helfen wir einem Menschen durch ein Zeugnis der Liebe Gottes, das wir ihm geben können durch unsere Liebeserfahrungen, die wir im Leben schon gemacht haben.

Wort des Lebens

Als Wort des Lebens möchte ich Euch das Jesaja-Zitat mitgeben:

„Du bist in meinen Augen teuer und wertvoll.“ (vgl. Jes 43,4)

Das ist die Grundwahrheit unseres Glaubens, an der wir einerseits nie zweifeln brauchen, und wenn wir daran zweifeln, diesen Zweifel immer wieder durch eine Erinnerung an diese Liebe Gottes überwinden können.

Fragen:

1. Was schulden wir jedem kranken Menschen?
2. Wie könnte Krankheit für Kranke zum Segen werden?

***„Du bist in meinen Augen
teuer und wertvoll.“***

(Jes 43,4)