

WALTHER H. LECHLER / ALFRED MEIER
WACH AUF UND LEBE!

WALTHER H. LECHLER
ALFRED MEIER

WACH AUF UND LEBE!

DIE THERAPEUTISCHE
KRAFT BIBLISCHER
GESCHICHTEN

KÖSEL

Dieses Buch ist allen Opfern
von religiösem Fundamentalismus
und politischem Fanatismus
durch die Jahrhunderte gewidmet.

2. Auflage 2006

© 2005 Kösel-Verlag, München,
ein Unternehmen der Verlagsgruppe Random House GmbH
Printed in Germany. Alle Rechte vorbehalten
Druck und Bindung: Kösel, Krugzell
Umschlag: Elisabeth Petersen, München
Umschlagmotiv: photonica / MECKY
ISBN-10: 3-466-36677-1
ISBN-13: 978-3-466-36677-4

*Gedruckt auf umweltfreundlich hergestelltem Werkdruckpapier
(säurefrei und chlorfrei gebleicht)*

INHALT

Ein persönlicher Blick zurück. Oder warum dieses Buch geschrieben wurde	
Alfred Meier	7
1. »Nüchterne Trunkenheit«	16
Sobria ebrietas	
2. Spirituelle Suche	26
3. Die Bibel, das Abenteuerbuch der Menschen . . .	47
SECHS AUSFÜHRUNGEN ZU BIBLISCHEN GESCHICHTEN UND TEXTEN	65
4. Wenn der Kopf dem Herz nicht folgen kann	66
Die Geschichte der Frau des Manoah	
5. In Liebe loslassen	89
Die Geschichte der syrophönizischen Frau	
6. Es gibt im Leben mehr als Aufrechnen, Rechten und Richten	101
Das Gleichnis von den Arbeitern im Weinberg	
7. Im Leben Leben leben lernen	122
Das Märchen von den drei Sprachen und das Gleichnis vom großen Gastmahl	

8. Wenn du zu dir aufwachst, ist Wasser der köstlichste Wein des Lebens	143
Die Geschichte der Hochzeit von Kana	
9. Hör auf, dich selbst zu zerstören!	164
Über die Anweisung, sich die Hand, die Ärgernis bereitet, abzuhacken	
Ausklang	191
Ein Ausblick	191
Die Kirche der Liebe	195
Zitierte und weiterführende Literatur	197

EIN PERSÖNLICHER BLICK ZURÜCK – ODER WARUM DIESES BUCH GESCHRIEBEN WURDE

Alfred Meier

Beten gelernt!

Es war 1986 in der Vollversammlung der Klinik Bad Herrenalb. Patienten und Patientinnen – sie werden hier Gäste und Gästinnen genannt –, die in ein paar Tagen die Klinik verlassen durften, erzählten, wie sie hier angekommen sind, was mit ihnen hier geschehen ist und was sie an Neuem mit nach Hause nehmen. Da stand einer auf, ein jüngerer Mann, und sagte: »Ich kam hierher, weil ich so gesoffen hatte, dass mein Leben fast ruiniert gewesen wäre. Ich wollte lernen, wie ich definitiv mit dem Saufen aufhören und trocken werden kann. Wenn mir damals, vor meinem Klinikeintritt, jemand gesagt hätte, ich würde hier beginnen zu beten, hätte ich dies weit von mir gewiesen. Mit Gott, so meinte ich, hatte ich abgeschlossen. Und wenn ich jetzt gehe, nehme ich als Wichtigstes mit, dass ich hier beten gelernt habe.«

Wo war ich da? Doch in einer psycho-somatischen Klinik! Also an einem Ort, wo Ärzte und Ärztinnen, psychiatrische Fachärzte und -ärztinnen und Psychotherapeuten und -therapeutinnen Menschen in Krisen behandeln. Schon beim Betreten dieser Klinik in der Kullenmühle, einem Ortsteil von Bad Herrenalb, war ein Spruch am Eingang nicht zu übersehen: »Hier bekommst du nicht, was du willst, sondern was du brauchst.« Gemäß diesem Motto hat der junge Mann nach

seinen eigenen Worten also gebraucht, beten zu lernen. Jetzt bin ich ja von Beruf Pfarrer und das Wort *beten* schreckt mich überhaupt nicht ab. Aber ich steckte damals in einer tiefen Krise, wohl in einer Midlife-Crisis, war völlig erschöpft, fast arbeitsunfähig, voller Ängste und depressiv. Was wird mit mir hier passieren? Mir jedenfalls hat alles Beten nicht geholfen, nicht derart krank zu werden! Doch ich wusste etwas von der spirituellen Kraft biblischer Bilder. Eines, nämlich das vom im Wasser versinkenden Petrus auf dem See Genesareth, der dann von Jesus ins Schiff gerettet wird, half mir immer wieder, mit meinen manchmal übergroßen Ängsten zurechtzukommen.

Der junge Mann hat bei mir einen starken Eindruck hinterlassen und auch andere, die von spirituellen Erfahrungen auf ihrem Genesungsweg erzählten. Das Besondere und Überraschende daran war, dass hinter diesen Berichten keine missionarischen Absichten standen, sondern dass Menschen einfach darüber sprachen, was sie gefunden haben und was sie erlebt haben und was ihnen gut getan hat. Und das wirkte ansteckend.

Was noch fehlt ...

Etwas später hatte ich ein zweites, mich sehr berührendes Erlebnis. In dieser Klinik gab es Veranstaltungen mit allen Gästen, den Ärzten/Ärztinnen und Therapeuten/Therapeutinnen. Man versammelte sich wie eine Großfamilie. Hier erhielten Gäste und Gästinnen, die im ganzen Geschehen der Klinik unterzugehen drohten oder die sich zurückzogen, weil es ihnen zu viel wurde, die Gelegenheit, von sich zu erzählen. Das war für die Betroffenen gleichzeitig eine riesige Herausforderung. Mir selbst ging es noch überhaupt nicht gut. Ich war oft sehr verängstigt und wie benommen. Da erzählte ein Alkoholiker mittleren Alters, der ja jetzt »trocken« war, wie er Angst

habe, zittere und Schweißausbrüche bekomme, wenn er an der ortsansässigen Brauerei vorbeigehen müsse und dann wieder den Geruch von Bier wahrnehme. Wie er unter Druck gerate. Ich war plötzlich hellwach: Der erlebt ja das-selbe wie ich! Der erzählt ja von mir! Nur habe ich keine Probleme mit Alkohol, sondern mit Erschöpfung, mit unerklärlichen Ängsten. Ich fühlte mich ihm ganz nah. Ihm fehlte nämlich noch etwas. Er trank zwar nicht mehr, er war trocken, aber noch nicht genesen. Und mir fehlte etwas von derselben Art. Da war noch ein Loch, ein Hunger, eine Sehnsucht. Meine depressiven, angstvollen Zustände haben offenbar etwas gemeinsam mit der Trunkenheit des Alkoholikers. Ich bin auch besoffen, wenn ich benommen bin und in meinen depressiven Zuständen festsitze. Das wurde mir in diesem Moment schlagartig klar.

... ist in mir

Ein drittes Erlebnis. Wir trafen uns abends mehrere Male pro Woche in den Selbsthilfegruppen, die nach dem Modell der AA, der Anonymen Alkoholiker, abliefen. Ich gehörte in die EA (Emotions Anonymous) für seelische Gesundheit. Die Gruppen funktionierten entsprechend einer vorgegebenen Struktur. Es gab meist zuerst eine Befindlichkeitsrunde und dann wurde ein Thema gewählt, ein Problem aufgegriffen oder einer der Schritte des 12-Stufen-Programms vorgenommen, zu dem man dann seine eigenen Erfahrungen erzählte. Eines Abends war eine junge Frau da, eine neue Praktikantin. Sie fiel mir erst näher auf, als sie anfang, von sich zu erzählen. Sie war sehr groß. Sie erzählte, wie sie sich nicht mehr klein machen lassen wolle, dass sie gelernt habe, zu sich zu stehen. Sie erzählte sehr selbstbewusst. Sie wirkte sehr stark. Sofort war meine Aufmerksamkeit geweckt. Ich fühlte mich ihr sehr

verbunden. Auch sie redete irgendwie von mir. Aber nicht vom depressiven, vom verängstigten, vom zitternden Menschen, sondern von etwas Neuem, wonach ich mich so sehr sehnte. Das hatte ich doch auch in mir, früher, bevor ich krank wurde. Was sie erzählte, weckte dies in mir gleichsam wieder auf, rüttelte es wach, ließ es mich spüren – durch all das andere hindurch. Dort möchte, dort *will* ich auch wieder hin. Das Gefühl war ganz stark in mir. Es ist nicht verloren.

Bedürftig sein dürfen

In dieser Klinik war alles erlaubt. Ich durfte so sein, wie ich war: müde, abgestumpft, schlapp, verängstigt, depressiv, sehnsüchtig, hungrig nach Liebe, nach Nähe. Ich durfte all das leben, und machte damit meine Erfahrungen. Es gab nur drei klare Grenzen, und zwar zum eigenen Schutz. Gewaltanwendung irgendwelcher Art war ausgeschlossen, Suchtmittel, inklusive nicht notwendiger psychoaktiver und die Psyche verändernder Substanzen und Medikamente, und sexuelle Beziehungen. Dieser Schutz erlaubte es, im Bereich der Bedürfnisse, der Beziehungen und Kontakte ganz neue Erfahrungen zu machen und viel Neues zu wagen. In den therapeutischen Gruppen und Selbsthilfegruppen konnte man von all dem reden und sich darüber austauschen, was man entdeckt hatte, was einen freute oder wo man nicht klar kam. Es entstanden da ja Bedürfnisse zum Beispiel nach Nähe, die einen völlig überraschten oder erschreckten. Ich erlebte beispielsweise Dinge so intensiv, wie ich es vorher kaum je wahrgenommen hatte.

Eines Tages mussten wir zu einem therapeutischen Marathon auf eine Hütte, Wegzeit zu Fuß vielleicht sechs Stunden. Mit dieser Kraftlosigkeit in mir soll ich sechs Stunden gehen? Das schaffe ich nie, dachte ich. Meine Ängste nahmen wieder einmal zu. Was mache ich? Ich könnte ja einfach so tun, als wäre ich

schlapp und dann im Schutz der Klinik bleiben. Aber ich hatte damals schon etwas gelernt. Mir fiel ein, ich darf mir Hilfe holen, auch ganz unübliche. Eben, hier darf man etwas tun, was sonst nicht geht. Ich fasste mir also ein Herz und ging zum begleitenden Arzt und fragte ihn, bat ihn, ob ich seine Hand nehmen und neben ihm her Hand in Hand den mich ängstigenden, langen Weg zurücklegen dürfte. Und so gingen wir, Hand in Hand, beinahe den ganzen Weg nebeneinander her. Er hat meine Hand gehalten und sonst sich nicht besonders um mich gekümmert. Und ich ging Schritt für Schritt einfach vorwärts, bis zur Hütte. Ich weiß noch, wie todmüde ich dort ankam.

Ich bin während der Therapie in außerordentlich schlimme Zustände, in so genannte Totstellreflexe geraten, aber in mir war durch solche Erlebnisse ein tiefes Vertrauen entstanden: Ich kann es schaffen. Zwar nicht allein. Aber ich bin es. Oder wie es bei den Anonymen Alkoholikern heißt: »Du kannst es nicht alleine schaffen. Aber nur du alleine kannst es schaffen.«

Wach geworden

»Sehen musst du schon selbst.« Diesen Ausspruch bekam ich einmal zu hören, als ich so benommen und deprimiert war, dass ich den strahlend blauen Sommerhimmel nicht wahrnahm. »Sehen musst du schon selbst!« Für mich hörte sich das im ersten Moment wie eine Zurückweisung an.

Es hatte aber auch etwas Provozierendes. Im wörtlichen Sinn heißt das ja, dass etwas herausgerufen oder hervorgerufen werden will. Ich weiß noch, wie ich dieses Sehen etwas später ganz neu in mir erlebte. Ich sah zum Beispiel plötzlich – aufgehängt an den feinen Zweigen einer ansehnlichen, dünnen Kerbelstaude – ein Spinnennetz, benetzt mit feinsten Tau-tröpfchen. Und in diesem Tau spiegelte sich das Licht in den Farben des Regenbogens. Das war eine weitere Erfahrung, wie

meine Benommenheit oder mein Besoffensein von Ängsten und Müdigkeit auf einen Schlag weg waren. Ich versuchte dieses Seherlebnis mit der Fotokamera so gut es ging festzuhalten. Das entstandene Bild hängt noch heute im Großformat in unserer Wohnung. Ich werde diesen Moment nie vergessen. Und ich habe dann einen Herbst erlebt wie noch nie. Die Farben sind für mich einfach explodiert in ihrer Intensität. Auch meine Geschmackssinne erwachten. Ich fing an, ganz feine Unterschiede beim Kosten des Essens wahrzunehmen. Heute genieße ich es zum Beispiel beim Kleinschneiden verschiedenster Kräuter, die unterschiedlichen Düfte richtig in mich aufzunehmen. Dieses Erwachen der Geschmacks- und Geruchssinne hatte schließlich zur Folge, dass ich heute leidenschaftlich koche. Es entwickelte sich daraus ein ganz neues Hobby, das mir beständig sehr viel gibt.

Verführung zum Leben

Wieso erzähle ich das? Einerseits, weil mich das alles so berührt und bewegt hat, dass ich es noch immer weiß und es fast wieder durchlebe, wieder fühle, wenn ich so erinnernd erzähle. Es ist in mir. Andererseits weil solches Erleben der Hintergrund war, wie ich ganz neu auf biblische Geschichten hören konnte. Ich vernahm ihren Klang, ihre Farben, ihre Bewegungen, ihr Leben viel sinnlicher als ich es bisher gewohnt war. Dieses neue Hören geschah aber nicht einfach so ohne weiteres. Der Chefarzt der Klinik, Dr. Walther H. Lechler, hielt regelmäßig so genannte Bibelstunden, meist an Sonntagnachmittagen. Von weit her kamen Leute, vielfach Ehemalige der Klinik, um an diesen unkonventionellen Vorträgen und Plaudereien und an diesen Möglichkeiten zum persönlichen Austausch teilzunehmen. Walther Lechler erzählte Gleichnisse und Geschichten und zog den roten Faden bis in unser ge-

wöhnliches Leben. Oder anders gesagt, er entdeckte in diesen Geschichten, was sie uns über *unseren* Umgang mit dem Leben sagen. Und wie es eigentlich vom Schöpfer oder der Schöpferin gemeint ist, was wir so alles davon verloren haben und dass wir es wieder finden können, weil schon alles in uns angelegt ist. Und mit diesen Bibelstunden ging es mir genauso wie mit vielen anderen Geschichten, die ich von Menschen zu hören bekam. Ich war plötzlich hellwach. Ich merkte, da geht es um mich: Manchmal um meine Dummheit, wie ich es mit dem Leben anstellte. Dann um meinen Hunger nach Leben, meine Sehnsüchte und Bedürfnisse. Um die Verheißungen und Versprechen des Lebens. Um die Fülle. In der ihm eigenen Art redete Walther Lechler da auch vom Orgasmus, den er als das Erleben von strotzender Fülle begriff, eine Fülle, die zwar die Sexualität als Erfahrungsmöglichkeit einschloss, sie aber nur als Pünktchen auf dem kleinen i verstand.

Ganz besonders wichtig bei diesen Veranstaltungen war: Es darf alles sein. Wir können unseren Weg finden mit unserer Sehnsucht auf ein erfülltes Leben. Nur, es kann dauern. Wie eine Geburt braucht auch diese Neu- oder Wiedergeburt, diese »Reinkarnation«, ihre Zeit. Aber versprochen ist: »Bittet, so wird euch gegeben. Suchet, so werdet ihr finden. Klopft an, so wird euch aufgetan« (Matthäus-Evangelium 7,7). Und es gilt auch etwas dafür zu tun, nämlich das, was wir schon gefunden haben an Neuem, jeden Tag ins Leben zu inkarnieren. So oft wie nur möglich.

Die gefundene Spur sichern

Die Spur, die Fährte, die damals in meiner zehnwöchigen Klinikzeit gelegt wurde und die ich für mich gefunden habe, habe ich nie mehr verlassen. Es hat sich im Laufe der Jahre vieles geändert. Die Luft im Leben ist manchmal rau, die Atmo-

sphäre eher selten so warm, auch nicht so offen und ehrlich, wie ich es dort in Bad Herrenalb oft und intensiv erlebt habe. Gerade auch gegenüber eigenem Fehlverhalten. Ich habe seit damals immer wieder den Wunsch gehabt, dass die Art, wie Walther Lechler biblische Motive und Stoffe aufzunehmen und die darin steckende Lebendigkeit und Kraft weiterzuermitteln verstand, auch schriftlich festgehalten wird. Einen ersten Versuch, so einen Text zu schreiben, habe ich vor einigen Jahren (1996) im Buch »So kann's mit mir nicht weitergehn!« mit der Geschichte der Heilung des Besessenen von Gerasa gemacht. Im Jahr 2002 hat dann Mathias Jung das Büchlein »wie der himmel sich öffnet« mit zwei Bibelinterpretationen, nämlich die über »Die blutflüssige Frau« und »Die Tochter des Jairus«, herausgegeben. Also bisher alles Heilungsgeschichten. In diesem Buch folgt eine weitere solche Heilungsgeschichte, aber auch Ausführungen über anders geartete biblische Erzählungen und Texte. Ein sehr unbekannter Text handelt beispielsweise von einer ersehnten Geburt und was diese Sehnsucht alles auslöste. Und dann gibt es zwei Gleichnisse, eine Wundergeschichte und eine merkwürdig-dunkle Anweisung von »diesem« Jesus.

Walther Lechler und ich haben im Laufe vieler Wochen unzählige und ausführliche Gespräche miteinander geführt. Sie haben viele Erinnerungen zu Tage gebracht und viel freundschaftliche Verbundenheit bewirkt. Das allein ist mir schon sehr wertvoll. Zwar brauchte es eine gewisse Hartnäckigkeit meinerseits, das vorgenommene Ziel gegenüber meinem Gesprächspartner unbeirrt zu verfolgen und mit ihm viele seiner Gedankengänge nochmals nachzuvollziehen, öfter einmal nachzuhaken, um sie möglichst präzise zu erfassen. Aus diesen Gesprächen sind neben vielen Ergänzungen bei den Ausführungen zu den Bibeltexten auch die beiden einleitenden Kapitel hervorgegangen, die Walther Lechlers Suche nach einer ihn überzeugenden Spiritualität darstellen, einer

Suche, die zu der ausschlaggebenden Begegnung mit den Menschen in den Gruppen der Anonymen Alkoholiker führte. Und daraus entstanden dann in den anschließenden Jahren vor allem in der Zeit während seiner Chefarztstätigkeit in der sozio-psychosomatischen Klinik all die Einsichten, Weltansichten und Lebenssichten, die zu seinem ganz eigenständigen, vielleicht auch eigenwilligen Umgang mit biblischen Texten führten, in denen so viel ansteckende Kraft und so viel Verführung zum Leben entdeckt werden kann.

Dank

Ich danke meiner Kirche, der evangelisch-reformierten Landeskirche des Kantons Glarus, und meiner Kirchgemeinde Ennenda, die mir im Rahmen meines Studienurlaubes erlaubte, mir die nötige Zeit für das Erarbeiten und Verfassen dieser Texte zu nehmen.

Ich danke dem Kösel-Verlag, insbesondere Herrn Winfried Nonhoff, der sofort Interesse an diesen Texten hatte und dann viel innere Anteilnahme für das Fertigstellen des Buches zeigte sowie der Lektorin Michaela Breit für die aufmerksame Begleitung bei der Drucklegung.

Aber zuvorderst danke ich Walther Lechler für die intensive gemeinsame Zeit ausführlicher Gespräche, vielfach in Form von Arbeitsessen in einem der umliegenden Restaurants im Glarnerland, für das Zur-Verfügung-Stellen der Tonbandaufnahmen seiner Bibelstunden und für das in mich gesetzte Vertrauen, seine Gedanken und Schilderungen zu bearbeiten und in veränderter, schriftlicher Form herauszugeben.

Ennenda/Glarus (Schweiz), über die Pfingsttage 2004
Alfred Meier

»NÜCHTERNE TRUNKENHEIT«

Sobria ebrietas

Sehnsucht nach strotzender Fülle

Die Pfingstgeschichte in der Bibel erzählt, dass Menschen so voll von heiligem (Lebens-)Geist gewesen seien, so begeistert und beflügelt und sich so verstanden und einander nahe fühlten, dass umstehende Beobachtende nur ein Urteil fällen konnten: Sie sind voll süßen Weins. Sie sind berauscht. Sie sind trunken.

Man hat jenes Ereignis später aufgrund dieses wertenden Urteils von Außenstehenden lateinisch als *sobria ebrietas* bezeichnet. Zu übersetzen ist das als *nüchterne Trunkenheit*. Nur mit dieser paradox anmutenden Begrifflichkeit konnte einigermaßen gefasst werden, wie voll von Lebendigkeit unser Leben sein darf, von welcher strotzender Fülle. Bei Trunkenheit, Rausch oder dann gar Besoffenheit denken wir meistens an Sucht, an Alkohol oder andere Drogen. Vielleicht auch an romantische Liebesgefühle und Liebesbegegnungen, die einen überschwemmen können und in denen man sich taumelnd wie ein Besoffener erlebt. Nüchternheit bezeichnet hingegen den Zustand, in dem man die Realität, die Wirklichkeit so annehmen kann, wie sie ist, und sie nicht anders haben will. Wir sind ganz bei uns und bei Sinnen und haben die »Kontrolle« über unser Handeln.

Der Ausdruck der *nüchternen Trunkenheit* oder *nüchternen Besoffenheit* weist darauf hin, dass dem Leben ein Entweder-Oder nicht angemessen ist und nicht gut bekommt. Entweder in einem Rauschzustand, in Ekstase, also irgendwie außer sich zu sein oder dann völlig kontrolliert zu sein, alles im Griff zu haben, führt dazu, dass uns unser Leben auseinander fällt.

Auf der einen Seite haben wir unsere tiefen Wünsche, unsere Bedürfnisse und unsere Sehnsüchte. Da ist unser ganzer Hunger nach Leben, der sich oft anfühlt wie ein Loch, das gestopft werden will.

Und auf der anderen Seite haben wir einer inneren Anordnung zu folgen, die sich manchmal wie ein innerer Zwang anfühlen kann, möglichst einen kühlen Kopf zu bewahren und nichts in uns zuzulassen oder an uns heranzulassen, was außer Rand und Band zu geraten droht. In unserem Inneren wacht immerzu ein Kritiker über uns, damit ja nichts geschieht, dass es zu einer heilsamen Lösung kommt mit unseren Sehnsüchten und wir unsere wahren, wesentlichen Bedürfnisse befriedigen können. Er tut alles, damit der Mangel bestehen bleibt. Die Folge davon ist, dass wir uns so oft als hin- und hergerissen, ja als zerrissen erleben.

Voll gestopft und unerfüllt

Um diesen hartnäckigen Kritiker in uns zum Schweigen zu bringen, ja vermeintlich sich seiner zu entledigen, und um dieses scheußliche Gefühl der inneren Zerrissenheit nicht ständig spüren zu müssen, tauchen wir ab, zum Beispiel in Alkohol, legale und illegale Drogen, Sex, Fressen, Bulimie (Ess-Brech-Sucht), Liebesromanzen, häufig wechselnde Partnerschaften, Glücksspiel, Anorexie (Magersucht), Anhäufung

materieller Güter, Arbeitssucht, Verschwendungssucht oder wir geraten in ein Streben nach Macht, Einfluss, Bedeutung und Ansehen in der irrigen Hoffnung, das brächte die ersehnte Lösung und Erfüllung. Wir bringen damit aber nur eines zustande: unser Leben zu zerstören. Den inneren Kritiker, der wie ein Stachel im Fleisch festsitzt, werden wir so nicht los. Der Theologe Henri J.M. Nouwen hat diesen Zustand als »voll gestopft und unerfüllt« gekennzeichnet.

Nüchterne Trunkenheit als Wegweiser

Das Erleben dieser Geisterfülltheit an Pfingsten, diese *sobria ebrietas*, diese *nüchterne Trunkenheit*, weist da einen anderen Weg. Dieser Hunger nach gesteigertem, ekstatischem, begeisterten Leben, nach »Orgasmus« in diesem weit verstandenen Sinn von strotzender Fülle, ist in Ordnung. Dieses »Ich will mehr vom Leben haben!« ist ein wichtiges, legitimes Bedürfnis und soll, darf seine Antwort bekommen. Es ist unsere Aufgabe, diesen Hunger, dieses Loch wahrzunehmen und anzunehmen. Es ist ein wesentlicher Teil von uns. Es kann uns zum wichtigen Wegweiser werden. Wir dürfen außer uns geraten und außer uns sein, ohne uns zu verlieren.

*E*kstatisch leben heißt, der Spur der Freude folgen und sie verstärken« mithilfe »deiner Kraft, deiner Neugier, deinem Können, deiner Begeisterung. Ekstatisch leben ist mehr als bloßes Genießen und Konsumieren. Ekstatisch leben heißt: ganz bei dem sein, was ich tue und meinen Einsatz auch dann noch verstärken, wenn ich fast nicht mehr kann. ... Und ich glaube, dazu hat der Schöpfer uns alle Begabungen und Kräfte gegeben, damit wir sie benutzen und sie durch Benutzung stärken.«

Hildegunde Wöller (2001, S. 23 f.)

»Ich bin. Ich brauche. Ich bin berechtigt«, hat die Amerikanerin Jackie Lair die gewonnene Einsicht oder Weisheit zusammengefasst, als sie all das, wonach sie krampfhaft suchte, um ihr inneres Loch zu stopfen, aufgeben konnte, und »von einem Haufen verrückter Deutscher ins Leben hinein geliebt wurde«. Nicht Therapie ist das, was Jackie Lair bei ihrem Aufenthalt in der soziopsychosomatischen Klinik Bad Herrenalb als ihre Erfahrung beschreibt, sondern eine tiefe, substantielle Wandlung. Ihr Leben ist neu geworden. Dank erlebter Liebe.

Wir genesen von all dem, was wir meinen zu brauchen, um unseren Hunger zu stillen, um dieses innere Loch zu stopfen, wenn wir konkret erleben, dass wir gesehen, gehört, beachtet und geachtet werden, also: wenn wir wahrgenommen werden als der Mensch, der wir sind.

Nüchternheit ist weit mehr als die Kontrolle zu behalten. *Nüchtern* leben wir dann, wenn wir aufhören können, die Erfüllung im Außen zu suchen, in irgendwelchen materiellen Dingen und in irgendwelchen Romanzen und Gefühlsregungen, sondern wenn wir in uns drin die Kräfte entdecken und den Geist finden, die uns so mit dem Leben auf dieser Welt verbinden, dass wir auf ihr zu Hause sind und uns geborgen fühlen. Dass wir angekommen, heimgekommen sind und nicht mehr in der Fremde leben müssen.

Dorothee Sölle schrieb unter dem Motto »Vergesst das Beste nicht!« in einem Brief an ihre Kinder, dass die wirkliche Freude, die Lebensfreude, das Glück am Leben zu sein nicht die Freude sei, weil es Erdbeeren oder schulfrei oder einen wunderbaren Besucher gebe. »Die wirkliche Freude ist ohne Warum, ›sunder warumbe‹, wie mein bester Freund aus dem Mittelalter, der Meister Eckhart, sagt.«

Nüchternheit und Spiritualität

Nüchternheit ist ein spirituelles Geschehen. Das hat auf äußerst eindrückliche Weise der Schweizer Psychiater C.G. Jung kurz vor seinem Tod in einem Brief beschrieben. Er hatte in den 30er-Jahren Rowland H., einen Alkoholiker, zur Behandlung gehabt, der nachher wieder zu Hause in den USA nach einer spirituellen Erfahrung eine Kettenreaktion bei der Gründung der Anonymen Alkoholiker auslöste. William Griffith (Bill) Wilson, der 1935 die Alcoholics Anonymous in den USA mitbegründete, schrieb Anfang 1961 darüber an Jung. In Jungs Antwortbrief heißt es, dass er Rowland H. damals nicht habe offenbaren können, wie sehr er überzeugt gewesen sei, dass Spiritualität wesentlich für seine Genesung sei, denn: »Wie konnte man eine solche Erkenntnis mit Worten ausdrücken, die heutzutage nicht falsch verstanden werden würden?« Jetzt aber, rund 30 Jahre später wagte er es:

*R*owlands gieriges Verlangen nach Alkohol war auf einer niedrigen Ebene das Äquivalent des geistigen (spirituellen) Durstes unseres Wesens nach Ganzheit, in mittelalterlichem Sprachgebrauch, nach der Einung mit Gott ...

Hier hat der Brief folgende Fußnote:

Wie der Hirsch lechzt nach frischem Wasser, so lechzt meine Seele, Gott, nach dir. Psalm 42,1

C.G. Jung (am 30.11.1961)

Der Brief fährt fort:

Sehen Sie, Alkohol ist auf Lateinisch »Spiritus«, und man gebraucht dasselbe Wort für die tiefste religiöse Erfahrung und zugleich für das entsetzlichste Gift. Die hilfreiche Formel lautet daher: spiritus contra spiritum.

Jeder Mensch kennt Trunkenheit, Besoffensein. Jeder Mensch hat seinen »Alkohol« in seinem Leben. Jeder Mensch kennt süchtiges Verhalten. Das Schönste und Hehrste, ja das Heiligste kann süchtig missbraucht werden. Und dann erleben wir nichts von dieser Spiritualität, die C.G. Jung hier so vorsichtig-zögernd, dann aber in der Fußnote mit dem Bild des 42. Psalmes deutlicher beschreibt.

Es mag uns beim Erleben von Spiritualität wie den kleinen Fischen gehen mit dem Element Wasser, von denen C. Chuck in seinem Buch »Eine neue Brille« so liebevoll erzählt:

*D*rei kleine Fische schwammen nahe der Küste von Laguna herum. Sie machten alberne Spiele. Sie hatten gerade Frühstück gehabt und waren nicht hungrig, sie spielten einfach nur. Ein großer weiser Fisch kam des Weges und sagte: »Guten Morgen, Mädchen und Jungs! Ist das Wasser nicht herrlich heute Morgen?« Und schon war er vorbeigeschwommen. Sobald er außer Hörweite war, steckten die kleinen Fische ihre Köpfe zusammen und sagten: »Moment mal, Moment mal! Dieser Kerl hat über Wasser gesprochen? Was ist Wasser? Habt ihr jemals etwas von ›Wasser‹ gehört?« Und einer antwortete: »Nein, und ihr?« »Nie davon gehört!« »Ich auch nicht.« Also schwammen die drei durch den ganzen pazifischen Ozean auf der Jagd nach Wasser, in dem sie lebten und sich bewegten und ihr Dasein fristeten.

C. Chuck (2001, S. 91)

Ist diese Fabel nicht faszinierend? Wir sind mittendrin. Was wir brauchen, ist da. Und wir bemerken es nicht! Wir erleben es nicht. Wir sind uns dessen nicht bewusst.

Wenn wir dann irgendetwas finden oder darauf gestoßen werden, das nur annähernd verspricht, unser inneres Loch zu stopfen, stürzen wir uns süchtig darauf. Auch das ist in uns angelegt, dass das Leben uns verführen kann und wir seinen ei-

gentlichen Sinn verfehlen. Darauf bezieht sich übrigens in erster Linie auch das häufig missverstandene Wort »Sünde« in der Bibel. Der Theologe Paul Tillich erklärt dazu, dass »Sünde« bei den Griechen das Maß bezeichnet, wie weit beim Bogenschießen der abgeschossene Pfeil auf der Zielscheibe vom Ziel entfernt ist. »Ich bin ein Sünder« heißt so gesehen: »Ich habe erkannt, dass ich mein Ziel im Leben verfehlt habe.« Was bleibt uns da, wenn wir das erkennen? Wir haben zu üben. Und zu üben. Und zu üben. Bis wir das Ziel besser treffen.

Boden für das Neue

Es gibt ein klares Kriterium dafür, wann wir nicht nüchtern leben, sondern besoffen sind von etwas. Dann leben wir mit einer Art gierigem Drang. So sieht es C.G. Jung in der oben zitierten Briefstelle. Nie reicht etwas aus, unsere Sehnsucht oder unser Bedürfnis als gestillt zu erleben. Wir haben eine Gier, einen Drang, ein Verlangen in uns, das uns anhält und antreibt, immer mehr von demselben zu brauchen. In einer Gesellschaft, die so sehr auf Konsum ausgerichtet ist, auf Verzehr von Gütern, kann es außerordentlich schwierig sein, hier die nötige Klarheit zu bekommen. Je mehr wir arbeiten, je mehr Geld wir verdienen, desto mehr können wir uns leisten, desto mehr Güter können wir konsumieren, desto mehr können wir uns anschaffen. Und diese Einstellung kann schnell einmal übergehen auf Beziehungen, die wir dann auch konsumieren – eine um die andere vielleicht und ununterbrochen. Dann ist nichts von diesem »frischen Wasser« zu erleben, das den inneren Durst löscht, nichts von diesem inneren Lechzen, nichts von *Spiritus* in diesem eigentlichen Sinn. Wir sind auf einer »zu niedrigen Ebene«. Aber diese niedrige Ebene, wenn wir sie denn erkennen können, hat wiederum ihr Gutes. Sie ist

UNVERKÄUFLICHE LESEPROBE



Walther H. Lechler, Alfred Meier

Wach auf und lebe!

Die therapeutische Kraft biblischer Geschichten

Gebundenes Buch, Pappband, 200 Seiten, 14,2x21,4

ISBN: 978-3-466-36677-4

Kösel

Erscheinungstermin: Februar 2005

Lebenshilfe durch die Bibel

Wenn ein über Jahrzehnte engagierter Mediziner und Therapeut und einer seiner erfahrensten Klienten davon erzählen, wie biblische Geschichten im Leben von vielen Menschen für Aufruhr sorgen, dann ist für Glaubwürdigkeit gesorgt.

In authentischen, wilden und provokanten Auslegungen von Texten des Alten und Neuen Testaments erleben wir hautnah aufrüttelnde Botschaften: Brecht aus eingefahrenen und festgelegten Wegen aus! Lasst Süchte und drangsaliierende Zwanghaftigkeiten hinter euch und nehmt die Macht eines liebenden Sinngrundes an! Aus direkter Betroffenheit sind diese Zeugnisse und spirituellen Weisungen entstanden. Die therapeutische Kraft und das reinigende Feuer biblischer Geschichten ergreift auch heute Menschen: Sie können Zwanghaftigkeit und Depressivität loslassen.