

## Im Dunkel gefangen. Predigt EMK Kloten, Stefan Zolliker

Im Psalm 102, 4-8 heisst es: *Denn meine Tage sind vergangen wie ein Rauch, und meine Gebeine sind verbrannt wie Feuer. Mein Herz ist geschlagen und verdorrt, wie Gras, dass ich sogar vergesse mein Brot zu essen. Mein Gebein klebt an meiner Haut von Heulen und Seufzen. Ich bin wie die Eule in der Einöde, wie das Käuzchen in den Trümmern. Ich wache und klage wie ein einsamer Vogel auf dem Dache.*

Liebe Gemeinde, ich möchte mit euch auf eine kurze Spurensuche in der Bibel gehen. Meine Suchfrage lautet: Finden sich im Erleben von Menschen der Bibel nicht auch Anteile depressiver Erkrankungen?

In den Psalmen der Bibel z. Bsp. finden wir Worte, die uns erahnen lassen, was für Nöte Menschen durchmachen müssen. Ein erstes Zitat habe ich vorhin gelesen: *Ich bin wie die Eule in der Einöde, wie das Käuzchen in den Trümmern. Ich wache und klage wie ein einsamer Vogel auf dem Dache.* Die Eule in der Einöde, das Käuzchen in den Trümmern, der einsame Vogel auf dem Dach – das sind für mich intensive Umschreibungen. Die körperlichen Symptome, die der Psalmbeter umschreibt, können natürlich viele mögliche Ursachen haben. Doch für mich ist gut vorstellbar, dass hier ein ganzheitlicher Erschöpfungszustand beschrieben ist, der an eine schwere Depression erinnert.

Eine weitere Situation, die mir in den Sinn kommt, ist der schwermütige König Saul. Seine Stimmungsschwankungen nahmen über die Jahre so stark zu, dass er unfähig wurde, sein Königsamt auszuführen. Saul ist eine höchst tragische Figur.

Ich möchte zu diesen Berichten kritisch anmerken: Den biblischen Schilderungen über die psychische Erkrankung Sauls fehlt meines Erachtens etwas an Sensibilität, so dass ich sie nicht gerade als Bettlektüre in psychiatrischen Kliniken erklären möchte.

König Saul ist eine tragische Figur, dessen Zustand sich eigentlich nur verschlimmert. Seine Krankheit wird mehr als Negativfolie verwendet, um z.Bsp. zu zeigen, wie begabt David als Musiktherapeut ist, oder gar, dass Gott Saul verworfen hat und ihm nun David vorzieht. Wenn die Schilderung der Depressionen Sauls für uns einen Sinn haben kann, dann höchstens um seufzend zu erkennen: Der auch – was, diese Krankheit macht nicht mal vor Königen halt ...

Kehren wir deshalb zurück zu den Psalmen. Schauen wir uns ein 2. Psalmzitat an. Es stammt aus Psalm 88, 4-7. *Denn meine Seele ist übervoll an Leiden, und mein Leben ist dem Tod nahe. Ich bin denen gleich, die in die Grube fahren, ich bin wie ein Mann, der keine Kraft mehr hat. Ich liege unter den Toten verlassen, wie die erschlagenen im Grabe liegen, derer du nicht mehr gedenkst und die von deiner Hand geschieden sind. Du hast mich hinunter in die Grube gelegt, in die Finsternis und in die Tiefe.*

Der Beter dieses Psalmes sieht sich bereits unter den Toten, auch wenn noch ein letzter Hauch Leben in ihm ist. Er fühlt sich unter seinen Leiden begraben. In den Psalmen werden oftmals sehr kraftvolle Bilder verwendet. Hier redet der Psalmbeter von Grab, von Grube und von einer grossen Finsternis. Natürlich kann man das Wort Grube, eigentlich Zisterne, hier als eine Ortsangabe lesen. Doch tiefer wird das Verständnis, wenn man davon ausgeht, dass eine existentielle Befindlichkeit des Klagenden zum Ausdruck kommt, eben der Brunnen einer Zisterne als Bild der tiefen Depression.

Menschen, die depressiv erkranken, sind von einer tiefen Veränderung des Fühlens, Denkens und der Ausdrucksfähigkeit betroffen. Ein Gefühl tiefer Niedergeschlagenheit und Leere verbindet sich mit düsteren Gedanken, die um Versagen und geringen Selbstwert kreisen. Ich kenne kaum ein stärkeres Bild für einen Zustand der Depression als eine Grube, eine Zisterne, eines tiefen Loches, mit auf allen Seiten überhängenden Wänden, die nicht mehr überwunden werden können. Ein inneres Grab.

Ein weiteres, oft genanntes Motiv in den Psalmen, ist das der „Feinde“. Ein eher schwieriges Motiv, das z.Bsp. beim Vorlesen von Psalmen oft ausgeblendet wird. Diese Feinde, die da und dort erwähnt werden, müssen aber nicht zwingend wortwörtlich verstanden werden als individuelle Feinde. Vielmehr sind sie ein Ausdruck des Chaotischen im Leben des Beters. Es zeigt, wie bedrohlich für den Beter seine Umwelt geworden ist. Sie jagt ihm Angst und Schrecken ein und wird unüberwindbar gross. Solche Sätze können aus dem Blickwinkel eines Menschen, der durch dunkle Seelenzustände hindurch musste, eine neue Bedeutung bekommen. Für einen müde gewordenen, niedergeschlagenen Menschen kann nur schon ein Nacht, ein Termin oder ein anstehende Begegnung zu einem Feind werden.

In Psalm 22 steht die Klage: *Mein Gott, mein Gott, warum hast du mich verlassen*. Nicht nur in Ps. 22, sondern auch in anderen Psalmen beschreiben die Beter, wie sie sich als von Gott verlassen erleben. Diese Klagen der Gottverlassenheit, des Fallengelassen-Seins und im Stichgelassen-Seins gehen zu Herzen. Rechtgläubige versuchen dann gerne, Gott irgendwie zu retten, er sei schon da, auch wenn der Kranke es nicht spüren könne ... Die grosse Kraft dieser Klagepsalmen ist, dass die empfundene Gottferne eine Sprache findet, formuliert und ausgehalten wird. Sie darf weder bagatellisiert, noch ausgedredet, noch zu schnell unter einen grösseren Horizont gestellt werden. Diese Klage bekommt ihre Kraft eben gerade dadurch, dass das Leiden, die Leere und Gottferne umschrieben und herausgeschrien werden können, statt dass sie herunter-geschluckt oder weggespült werden müssen.

Die Depression kann einen Menschen in eine tiefe Isolation führen und ihn erdrücken. In der Klage aber bleibt die Gottesbeziehung wie ein seidener Faden bestehen. Dieser Faden besteht dann darin, dass jemand beklagen kann, wie einsam, wie verzweifelt, wie müde er sich fühlt – gerade auch einem Gott gegenüber, der doch helfen sollte. Dieses Einklagen kann neuen Halt geben, auch dann wenn keine Heilung oder Hilfe sichtbar ist. In diesem Einklagen kann sich ein kranker Mensch lebendig fühlen. Das Fehlen der Klage, die stumme Resignation wäre dann viel schlimmer.

Noch eine weitere Beobachtung: In manchen Psalmen gibt es nach 20-30 Versen abgründiger Klage einen raschen Stimmungsumschwung: Das Gebet wandelt sich plötzlich von der Klage zum Lob. Dieser Umschwung mag im Psalm auf kleinem Raum dargestellt sind. In der Realität aber stand dahinter auch bei den Psalmbetern ein monate-, wenn nicht jahrelanger Weg. Diese Wendungen in den Klagepsalmen sind nicht zwingend der Ausdruck von Spontanheilungen, sondern stellen oft die zeitlich geraffte Darstellung eines Prozesses statt, der manche Stadien durchlaufen hat und viel Zeit gebraucht hat.

Mein Fazit: Ja, die Bibel enthält Erfahrungsberichte und Gebete von einer grossen Tiefe, die Menschen in einer Depression helfen können, dass sie sich aufgehoben und getragen fühlen in der grossen Dunkelheit. Die klagende Bitte an einen Gott, der sich als dunkel und als Angreifer zeigt, kann helfen, eine grosse Leere auszuhalten und durchzustehen.

Tröstlich ist für mich schliesslich auch der Gedanke, dass Gott in Jesus selbst dunkle Seelenzustände grosser Verzweiflung und Kraftlosigkeit durchlitten hat. Zum Beispiel in den 40 Tagen in der Wüste oder in Gethsemane und als er am Kreuz hing. Deshalb kann Jesus meine Seelentiefen verstehen und tritt gar dann bei Gott für mich ein, wenn ich nicht einmal mehr die Kraft habe zu verstehen und zu sagen, wie ich mich fühle. Amen.