

Elisabeth Jünemann

Erschöpfte Schöpfung

Heute morgen habe ich im regionalen "Kulturinfo" zwei Doppelseiten "Kurse und Workshops" im Dezember gelesen: Das "Institut Sanada" bietet Entspannungstraining und Energieübertragung an. Die "Praxis für Körper-Seele-Geist" verspricht mir, dort meine Konflikte und Krisen zu klären und zu bewältigen; Stärke und Gelassenheit zu finden. Die "Praxis für Lebensberatung und Polarität-Körperarbeit" hält mit. Durch Yoga-Kurse soll ich zu neuer Kraft und Positivität finden. NLP Basisseminare oder Fortgeschrittenenseminare, Reiki-Kurse oder Bachblüten-Kuren - eine Menge Angebote, "etwas für mich zu tun".

Es interessiert mich. Und es ärgert mich. Diese Anzeigen sind richtig und falsch. Die Praxis-Leiter, Lehrer, Trainerinnen und Therapeutinnen wissen, dass es Menschen gibt, die unter Stress und Überforderung leiden, unter mangelndem Zutrauen und Vertrauen. Der Mangel ist erkannt, das Defizit. Und die Marktlücke.

Es geht vor allem um Frauen. Die sind, das weiß man, besonders gefährdet. "Die große Erschöpfung", steht im Septemberheft der Zeitschrift für Eltern, "packt vor allem Frauen zwischen 20 und 45 Jahren". Ein Zustand wird beschrieben, der die Betroffenen so niederdrückt, dass sie den Alltag nicht mehr bewältigen können. Traurigkeit, Hoffnungslosigkeit und Resignation sind überwältigend. Das Leben wird zur Strapaze. Immer und Überall. Manchmal viele Jahre lang.

Die Medizin hat dem Zustand einen Namen gegeben: Chronisches Erschöpfungs-Syndrom oder aus dem amerikanischen: Chronik Fatigue Syndrom, kurz: CFS. Als krank gilt, wer "mindestens drei Monate lang total erschöpft ist, seinen täglichen Tätigkeitsumfang um mindestens die Hälfte einschränken muss und auch durch ausgiebiges Schlafen keine Besserung erreicht" (amerikanische CFS-Diagnose-Kriterien). In vielen aufwendigen Untersuchungen haben die Ärzte überlegt, woher die Symptome kommen. Sie haben organische Untersuchungen angestellt, Herz und Gehirn überprüft, das Blut untersucht. Sie haben Fragen gestellt. Sie haben im Leben der krank Gewordenen nach möglichen Auslösern gefahndet. Und dann haben sie festgestellt, dass vor allem Menschen in den mittleren Lebensjahrzehnten krank werden; und dass dabei "das weibliche Geschlecht überwiegt". Sie haben eine Tabelle der möglichen Gründe und Ursachen aufgestellt, geschlechtsspezifisch unterschieden: es gibt "mögliche Auslöser - männliches Geschlecht"; "mögliche Auslöser - weibliches Geschlecht".

Auf der Liste der Kränkungen, die Frauen krank machen, stehen: Partnerprobleme und Familienprobleme, vor allem Überforderung durch Doppelbelastung in Familie und Beruf, sexuelle Konflikte und unbefriedigende Arbeit. Das sind Kränkungen, die wir kennen. Die sind uns auch schon

zugefügt worden. Keine extremen Erfahrungen. Keine dramatischen Erlebnisse. Tägliche, alltägliche Verletzungen da, wo unser Lebensnerv liegt: Im Lieben und im Arbeiten.

Sigmund Freud wurde einmal gefragt, was denn das Wesen der gesunden, nichtneurotischen Persönlichkeit ausmache. Er antwortete: Der ist gesund, der fähig ist zu arbeiten und zu lieben.

Die Christen haben das immer schon gewusst. Lieben und Arbeiten, sagen sie, gehört zum Menschen. Denn sie kennen den Menschen als Geschöpf Gottes. Sie kennen die Schöpfungsgeschichte, so wie sie im Alten Testament, am Anfang des Buches Genesis steht: "Und Gott schuf den Menschen nach seinem Bilde, nach dem Bilde Gottes schuf er ihn, als Mann und Frau schuf er sie. - Gott segnete sie, und Gott sprach zu ihnen: `Seid fruchtbar und mehret euch und erfüllet die Erde und macht sie euch untertan! Herrschet über die Fische des Meeres und über die Vögel des Himmels und über alles Getier, das sich auf Erden regt!'" Das geschah am sechsten Tag der Schöpfungswoche. Am Abend dieses Tages sah Gott alles, was er gemacht hatte, und fand es sehr gut. (Gen 1,27-29)

Gott sagt, was er von uns will: Er will, dass wir Liebende sind. Als Mann und Frau. Dass wir immer mehr voneinander und von der Welt entdecken. Dass wir gemeinsam den Wunsch nach Kindern haben. Und Gott will, dass wir Arbeitende sind. Dass wir uns um die Erde kümmern, kompetent und fürsorglich. Dass wir sie lebendig erhalten, sie als das "Lebenshaus alles Lebendigen" (Erich Zenger) weiterbauen.

Die Geschichten der Bibel von der Erschaffung der Welt und des Menschen erzählen uns vom Angebot Gottes an den Menschen zur Mitarbeit. Oder noch mehr: Vom Angebot Gottes, an der Schöpfung teilzunehmen. Wir können zu Mitschöpfern werden. Daran, dass wir arbeiten, und daran, dass wir lieben, erkennen wir, dass wir nach Gottes Bild geschaffen sind.

Gott hat uns als Arbeiter und Arbeiterinnen und als Liebende geschaffen. Was uns beim Arbeiten und beim Lieben zustößt, das bestimmt unser Leben. Wir wissen, was es bedeutet, wenn unsere Arbeit bewertet wird an ihrem finanziellen Ergebnis. Wenn entsprechend gute Arbeit ist, was gut bezahlt wird, unbezahlte Arbeit, wie unsere Arbeit in Haus und Familie, überhaupt keine Arbeit ist. Was es bedeutet, wenn unsere Fähigkeit zu lieben reduziert wird um die Sinnlichkeit. Wenn das Vermögen, Ekstase zu empfangen und den anderen in Ekstase versetzen zu können, geringer geachtet wird. Und in der Liebe die Sorge um den anderen, die gegenseitige Solidarität, genügt. Mit zunehmendem Alter. Wenn die freiwillige Verwundbarkeit Liebender, ihr Verzicht auf die Verteidigung durch Kleidung, Scheckkarte und Dokortitel, für ein Risiko gehalten wird, das einzugehen nicht mit Vertrauen in Zusammenhang zu bringen ist, sondern mit Fahrlässigkeit.

Gott hat den Menschen geschaffen. Als Mann und Frau. Nach seinem Bild. Und er sah, dass es gut war. Die Schöpfung ist gut. Wir wissen das. Wir glauben, dass sie Zukunft hat. Eine Zukunft, die wir

mitgestalten können und in der wir leben und lieben können. Wir haben Wünsche für diese Zukunft. Lebenswünsche. Wie den Wunsch nach guter Arbeit. Und den Wunsch, ein Kind zu bekommen. Lebenswünsche sind langfristige Wünsche. Versagungen des Augenblicks müssen sie vertragen. Vielleicht gelingt es mir morgen leichter, meine Arbeit zusammenzubringen, sie ganz zu machen, die bezahlte mit der unbezahlten, die anerkannte und die unerkannte. Lebenswünsche sind langfristige Wünsche. Kränkungen durch die Gegenwart müssen sie aushalten. Meine Fehlgeburt im Frühling und auch die im Sommer. Obwohl die Statistik meine Chancen, ein viertes Kind zu haben, unerbittlich schlechter einstuft.

Was aber, wenn die Skepsis überwiegt? Wenn der Wunsch zu leben und die Kraft das Leben zu schätzen verloren gehen? Wenn die Erschöpfung übermächtig wird?

Das medizinische Handbuch sieht in diesem Fall "soziotherapeutische Korrekturversuche" vor. Das heißt, die auslösenden Verhältnisse sollten korrigiert werden. Und eine "unterstützende Umorientierung". Das heißt, es muss sich auch die Einstellung zum Problem ändern. Körperliche Aktivierung, Medikamente (Antidepressiva) und Entspannungsübungen (z.B. Yoga) seien da hilfreich.

Die Mediziner tun ihr Bestes. Es ist ihre Sache, Symptome zu klären, Gründe für die Symptome zu finden und nach einer entsprechenden Therapie zu suchen. Ärzte sind ja keine Lebensdeuter und keine Priester. Aber wo in einer Gesellschaft die Frage nach der Genese der Krankheit die einzige ist, da hat die Krankheit keine Botschaft mehr. Sie kann nicht mehr gelesen werden. Da wird sie zur Panne meiner Organismen. Man hat bei den nackten Tatsachen des Lebens zu bleiben.

Die Tatsachen sind bekannt. Zur Genüge. In den Marketingabteilungen arbeitet man längst damit: "Kinder und Karriere verschleifen Magnesium. Deshalb Dauner Mineralwasser", rät mir die Reklame-Tafel morgens vor der Fähranlegestelle in Linz. Neben der Wasserflasche stehen Aktentasche und Teddybär. Vom Multivitaminpräparat über Mineralwasser bis zum Dreiwettertaft - alles ist abgestimmt auf die Frau, die Verantwortung in mehreren Lebensbereichen trägt. Und die Belastung. Mit Überlastung wird auch gerechnet: Die Apothekenzeitschrift empfiehlt in diesen Fällen zur Heilung ein Johanniskraut-Präparat.

Wenn ich mir aber nur erklären kann, woher mein Leiden kommt und wie es schmerzt, dann ist mir wenig geholfen. Geholfen ist mir nur, wenn ich weiß, wozu und wohin es mich bringt. Womit ich mich abmühe, worunter ich leide, ist nicht nur das, was es ist. Es ist immer auch das, was ich hineinlese. Die Objektivität ist, erklärt Fulbert Steffensky in seinem Buch "Feier des Lebens", Rohmaterial, das bearbeitet werden muss. Wo das Leben glatt läuft, wo es glückt, wo die Welt uns vertraut ist, wo die Zusammenhänge einsichtig sind, da brauchen wir nicht viel zu bearbeiten und zu deuten. Nur, unser Leben läuft nicht glatt. Die Zusammenhänge scheinen zerstört. Die Lesbarkeit der Welt ist nicht mehr

selbstverständlich. Zum Beispiel, wenn das Scheitern am Wunsch, zu arbeiten und zu lieben, ganz zu leben, ganz zu sein, uns krank macht.

Da brauchen wir, um leben zu können, eine Interpretation des Lebens. Ich überlege, was die Kirchen und das Christentum da den Versprechungen des Yogalehrers, der Shiatsu-Therapeutin, der NLP-Praktitioner oder der Bachblüten-Therapeutin entgegenzusetzen haben.

Wir haben kein mystisches Sonderwissen. Kein Wissen, das den Eingeweihten zugänglich, den meisten aber verschlossen wäre. Das ist nicht das, was wir unter einer christlichen Spiritualität verstehen. Es geht uns um die "ständig gefeierte und ständig neu angeeignete Aufmerksamkeit Gottes für seine Welt". Wir haben viele schöne Gestalten geerbt, in denen das ausgedrückt wird. Morgengebet und Abendgebet zum Beispiel. Gesegnet zu werden. Der Kirchengang. Auch wenn ich mich manchmal über die gespreizten Predigten ärgere - wo sonst als in der Kirche gibt es denn in unserer Gesellschaft eine Stelle für die großen Bilder von Gott und vom Menschen? Oder das Lesen in der Bibel.

Die Wichtigkeiten des Lebens bleiben im Christentum nicht stumm. Nicht die schönen und nicht die, die uns zu zerstören drohen. Worte und Gesten können alles, was uns angeht, "zu verstehbaren und lesbaren Silben eines großen Textes des Glaubens und der Hoffnung" (Fulbert Steffensky) machen. Das strapazierte, verletzte Leben wird nicht unleserlich gelassen. Es wird entziffert.

Zum Beispiel durch die Geschichten der Bibel. Wir lesen vom guten Ausgang des Lebens. Vom Sinn des Ganzen. Wir erfahren von der möglichen Zerstückelung des Lebens und davon, wie es zusammengebracht wird. Wir hören von der Schöpfung Mensch, erschaffen als Mann und Frau, beide einander und Gott ähnlich.

Wenn ich, wie jetzt, darüber nachdenke, wie das Ganze Leben zu finden sei, wenn es mir um unser Leben als Arbeitende und Liebende geht, dann ist mir die Geschichte zweier Frauen aus dem Neuen Testament besonders wichtig: Martha und Maria. In der Geschichte, die Lukas erzählt: Jesus war auf dem Weg nach Jerusalem und kam nach Betanien. Dort nahm ihn "eine Frau mit Namen Martha freundlich auf. Sie hatte eine Schwester, die Maria hieß. Maria setzte sich dem Herrn zu Füßen und hörte seinen Worten zu. Martha aber war ganz davon in Anspruch genommen, für ihn zu sorgen. Sie kam zu ihm und sagte: `Herr, kümmerst es dich nicht, dass meine Schwester die ganze Arbeit mir allein überlässt? Sag ihr doch, sie soll mir helfen!' Der Herr aber antwortete: Martha, Martha, du machst dir viele Sorgen und Mühen. Aber nur eines ist notwendig. Maria hat das Bessere gewählt, das soll ihr nicht genommen werden." (Lk 10,38-42)

Ich kenne diese Geschichte schon lange. Als meine Tante - sie hieß Maria - nach vielen Jahren Leben und Arbeit im Pfarrhaus in Mettmann starb, wählte der Pastor diesen Text als Evangelium im Requiem aus. Immer wieder stellte er entsprechend in der Predigt klar, dass die sanfte, lauschende, sich

hingebende Maria den besten Teil gewählt habe. Unpassend. Denn meine Tante war nie die sanfte, lauschende Frau. Wie hätte sie das auch sein können. Bei ihrer Arbeit in einem Pfarrhaus. Mahlzeiten richten. Pünktlich. Kuchen backen. Einladungen. Ein Pfarrhaus muss offene Türen haben. Gäste. Niemals hätte sie sich zum Gespräch gesetzt ohne zuvor Kaffee und Kuchen zu bringen. Und ich fand das gut so.

Die Geschichte von Martha und Maria hat mir damals überhaupt nicht gefallen. Ich hielt nämlich zu Martha. Bis heute. Sie gefällt mir. Sie ist stark, selbstbewusst. Sie handelt, sie ist aktiv. Marthas Ärger über ihre Schwester kann ich verstehen. Mich ärgert es, dass Jesus sie gemaßregelt haben soll. Dass die Einheitsübersetzung mit der Formulierung "das Bessere" das Geschehen rigoros zugunsten Marias interpretiert, ist nicht redlich. Die Geschichte lässt sich auch anders übersetzen: Maria hat den "guten" Teil erwählt. Was Martha tut, ist gut, was Maria tut, ist auch gut. Es stimmt auch nicht, dass Martha sich "sorgt" und "müht". Sie "dient". Das griechische Wort "diakonein" heißt "dienen". Und wer dient, tut etwas Gutes.

Martha hässlich zu machen, das verstellt die Botschaft des Textes. Es geht nicht darum, ihren Dienst der Gastfreundschaft zu diskriminieren. Wichtig ist, dass Jesus in einer Zeit, in der Männer der Ansicht waren, die Worte der Thora sollte man "nicht den Weibern überliefern", Frauen wie selbstverständlich als Gesprächspartnerinnen wünscht.

Martha ist gut. Später als Lukas hat auch Johannes von den Schwestern Martha und Maria geschrieben (Joh 11, 1-44): Ihr Bruder Lazarus ist gestorben. Nach seinem Tod diskutiert Martha mit Jesus. Während Maria sich ihm weinend zu Füßen wirft, rechnet Martha mit ihm, der ganz in der Nähe war und leicht hätte eher kommen können. Wie Hiob mit Gott. Sie ist die Realistische. Sie weiß, dass ihr Bruder nach vier Tagen im Grab schon stinkt. Und sie ist die theologisch Denkende: "Ich glaube, dass Du Christus bist, der Sohn Gottes, der in die Welt gekommen ist." Klug, gescheit und unerschrocken. So stellt der Evangelist Johannes Martha dar.

Wir wissen, dass Maria auch einen guten Part hat. Sanftheit. Zuhören können. Kontemplation ist ihre Stärke.

Martha und Maria lehren, dass wir nicht wählen müssen. Wir müssen nicht wählen zwischen der Kontemplation und dem Handeln. Niemand darf uns diese Alternative aufzwingen. Wir müssen die Welt nicht aufspalten in Macher und Träumer. In die sanft lauschende Maria auf der einen Seite und die pragmatische und handlungsstarke Martha auf der anderen. Wir brauchen, schrieb Dorothee Sölle vor zehn Jahren im Deutschen Allgemeinen Sonntagsblatt über die beiden Frauen, "beide, Maria und Martha, ja, wir sind in der Tat diese beiden Schwestern".

Es ist gut, dass ich auf das Ganze hoffen soll. Mich nicht mit der Hälfte zufrieden geben muss.

Handelnd und träumend, arbeitend und liebend weiß ich beide, Martha und Maria, auf meiner Seite. Und Jesus. Die biblische Geschichte macht stark und widerständig. Sie lässt das (Ver)Zweifeln am Gut- und Ganzsein der Schöpfung nicht zu.