Henri Nouwen

Du schenkst mir Flügel

Gedanken der Hoffnung
in Zeiten der Trauer

adeo

Inhalt

Danksagung 7
Einleitung: Hoffnung für eine verletzte Welt 9

Fünf Bewegungen in schweren Zeiten

1. Von unserem kleinen Ego
   zu einer größeren Welt 17
2. Vom Festhalten zum Loslassen 42
3. Vom Fatalismus zur Hoffnung 69
4. Von der Manipulation zur Liebe 93
5. Von der Angst vor dem Tod
   zu einem freudigen Leben 127

Nachwort 153
Der Autor 158
Anmerkungen 159

Danksagung

Vielen Dank an Maureen Wright und Sue Mosteller in der Henri Nouwen-Bibliothek und Gabrielle Earnshaw im Henri J. M. Nouwen-Archiv am St. Michael's College in Toronto. Ohne sie wäre dieses Buch nie zu Stande gekommen.
Danke auch an John Mogabgab für seine stetige Ermutigung und an Robert Jones für die Erlaubnis, seine Geschichte zu erzählen.

Einleitung

Hoffnung für eine verletzte Welt

Heute Nachmittag hat mich mein Freund Jonas angerufen – mit zitternder und vom Schock fast tonloser Stimme. Seine kleine Tochter, so erzählte er, sei vier Stunden nach der Geburt gestorben. „Margaret und ich und unser dreijähriger Sohn Sam hatten uns so sehr auf das Baby gefreut", stammelte er. „Sie wurde zu früh geboren, durch einen Notkaiserschnitt, aber es sah ganz so aus, als ob sie durchkommen würde." Schon nach den ersten Untersuchungen hatte sich dann jedoch herausgestellt, dass Rebecca nicht lebensfähig war.

Auf der Säuglingsintensivstation hatten Jonas und Margaret das winzige Bündel Leben im Arm gehalten, und dann war es vorbei gewesen. Jonas habe noch ein Gebet für das Baby gesprochen, so erzählte er mir.

Was Jonas als Nächstes sagte, beeindruckte mich sehr:

„Als ich vom Krankenhaus nach Hause fuhr, habe ich immer wieder zu Gott gesagt: ‚Du hast uns Rebecca geschenkt und ich gebe sie dir jetzt zurück. Aber eine wundervolle Zukunft hat einfach ein jähes Ende gefunden. Es tut so weh, sie zu verlieren. Ich fühle mich so schrecklich leer.'"

Ich suchte nach den richtigen Worten. Was sollte ich sagen? Ich wollte Jonas nicht in seiner Trauer stören, aber ich wusste auch, dass er sich seinem Schmerz und seiner Trauer nicht ohne Trost zu stellen brauchte.

„Rebecca", sagte ich deshalb, „ist deine Tochter – deine Tochter und Margarets. Und das wird sie auch immer bleiben. Sam wird immer eine Schwester haben. Rebecca hat zwar nur ein paar Stunden gelebt, aber diese Stunden waren nicht vergebens, ebenso wenig wie deine Gebete. Sie ist jetzt in Gottes Armen."

Es war ein langes Gespräch, und ich weiß, dass meine Worte nur ein bescheidener Trost für ihn waren. Jonas und ich hätten uns gern umarmt und zusammen geweint. Gerade in einem Augenblick wie diesem schien unsere Freundschaft so wichtig!

Und ich fragte mich wieder einmal – und vielleicht stellen wir uns diese Frage alle, wenn die Trauer zuschlägt –: Warum musste das passieren? Um die Herrlichkeit Gottes deutlich zu machen? Um uns daran zu erinnern, wie vergänglich das Leben ist? Oder vielleicht, um den Glauben

derjenigen zu festigen und zu vertiefen, die weiterleben? Es ist schwer, auf diese Fragen mit Ja zu antworten, wenn alles so dunkel scheint.

Wenn ich an Margaret und Jonas denke, wie sie die winzige Rebecca im Arm halten, dann muss ich auch an die Mutter Jesu denken. Sie wird in Kunstwerken häufig mit dem leblosen Körper ihres Sohnes auf dem Schoß dargestellt. Sie blieb zwar nicht ohne Hoffnung zurück, aber was für ein Schmerz muss es für sie gewesen sein, mit anzusehen, wie ihr Sohn am Kreuz starb! Und wenn ich dann an Margaret und Jonas denke, dann bringt mich das zum Beten.

Das Schwere, das wir alle ertragen müssen, erfordert mehr als Worte, auch wenn es geistliche Worte sind. Wohl formulierte Aussagen können unseren tiefen Schmerz nicht lindern. Aber wir finden sehr wohl etwas, das uns durch den Schmerz und die Trauer hindurchleitet. Wir nehmen die Einladung wahr, doch zuzulassen, dass unser Klagen zu einem Ort der Heilung werden kann und unsere Trauer ein Weg durch den Schmerz hindurch.

Wer ist nach Aussage Jesu selig? „Selig sind die Trauernden“ (Mt. 5,4). Wir lernen, das, was wir verloren haben, wirklich ganz und vollständig anzusehen und dem Anblick, der so weh tut, nicht auszuweichen. Wenn wir den Schmerz, den das Leben mit sich bringt, nicht leugnen,

finden wir darin vielleicht etwas ganz Unerwartetes. Indem wir Gott in unsere Schwierigkeiten hineinbitten, gründen wir das Leben – selbst seine traurigen Seiten – auf Freude und Hoffnung. Wenn wir aufhören, unser Leben krampfhaft festzuhalten, kann uns letztlich mehr geschenkt werden, als wir uns je für uns selbst nehmen könnten. Und wir erfahren, wie wir zu einer tieferen Liebe für andere Menschen gelangen können.

Wie können wir nun lernen, so zu leben? Wir neigen dazu, unseren Schmerz um jeden Preis loswerden zu wollen, wir möchten ihm unbedingt entkommen. Wenn wir jedoch lernen, durch ihn hindurchzugehen, statt ihn zu vermeiden, nehmen wir ihn ganz anders auf. Wir werden bereit, etwas von ihm zu lernen. Wir fangen sogar an zu erkennen, wie Gott ihn zu einem umfassenderen, größeren Zweck benutzen kann. Leiden wird auf diese Weise zu mehr als einem Ärgernis oder einem Fluch, dem man um jeden Preis entkommen muss. Es wird zu einem Weg zu umfassenderer, vollständigerer Erfüllung.

Letztlich bedeutet Klagen nichts anderes, als uns das, was uns verletzt hat, in der Gegenwart dessen anzusehen, der heilen kann.

Das ist natürlich nicht einfach. Normalerweise gibt es in diesem Tanz keinen Schritt, der nicht mühsam wäre. Möglicherweise muss man viel üben.

Das alles bedenkend soll das vorliegende Buch fünf Bewegungen in ein Leben aufzeigen, das in Gott gegründet ist. Diese Schritte werden den Schmerz nicht einfach verschwinden lassen. Sie bewirken nicht, dass wir von jetzt an die finsteren Täler und langen Nächte umgehen können. Aber wenn wir diese Tanzschritte nach Gottes heilender Choreographie beherrschen, können wir uns anmutig inmitten all dessen bewegen, was uns schaden könnte, und wir können Heilung erfahren, indem wir das aushalten, was uns eigentlich verzweifeln lassen würde. Wir können letztlich eine Heilung erfahren, die unseren verwundeten Geist wieder tanzen lässt, ohne Furcht vor Leid und sogar dem Tod, weil wir lernen, mit ständiger Hoffnung zu leben.

Henri Nouwen

Fünf Bewegungen
in schweren Zeiten

Kapitel 1

Von unserem kleinen Ego zu einer größeren Welt

Als ich als geistlicher Leiter in die Daybreak-Gemeinschaft kam, in der Betreuer mit behinderten Menschen ihr Leben teilen, erlitt ich ziemlich viel persönlichen Schmerz. Die vielen Jahre in der akademischen Welt, meine Reisen nach Mittelamerika und später meine weltweite Vortragstätigkeit hatten mich ausgelaugt. Mein Terminkalender hielt mich auf Trab. Ich eilte durch meine Tage, **aber statt durch mein ständiges Hasten meinen inneren Konflikten zu entkommen, nahm der Aufruhr in mir nur stetig weiter zu.** Wegen meines völlig ausgebuchten Terminkalenders konnte ich mich meinem inneren Schmerz jedoch nicht wirklich und vollständig stellen. Ich blieb der Illusion verhaftet, dass ich die Kontrolle hatte, dass ich die Punkte meiden konnte, mit denen ich bei mir persönlich

und auch in meinem Umfeld nicht konfrontiert werden wollte.

Als ich dann aber in Daybreak ankam, wurde ich Zeuge des ungeheuren Leids der geistig und körperlich behinderten Menschen, die hier leben. Nach und nach sah ich meine eigenen schmerzlichen Probleme in einem neuen, ganz anderen Licht. Mir wurde klar, dass sie Teil eines sehr viel größeren, umfassenderen Geschehens waren, und durch diese Erkenntnis bekam ich neue Kraft, mit meiner eigenen Not zu leben.

Mir wurde klar, dass Heilung beginnt, wenn wir unseren Schmerz aus seiner teuflischen Isolation herausholen und erkennen, dass wir gemeinsam mit der ganzen Menschheit, ja sogar mit der gesamten Schöpfung leiden. Wenn wir es so sehen und praktizieren, werden wir an dem großen Kampf gegen die Mächte der Finsternis beteiligt. Mit unserem kleinen Leben haben wir dann Anteil an etwas sehr viel Größerem.

Und ich fand in Daybreak noch etwas, nämlich Menschen, die nicht so sehr fragen: „Wie werde ich mein Leiden los?“, sondern: „Wie kann ich es als Chance zur Weiterentwicklung und Erkenntnis nutzen?“

Unter diesen Menschen, von denen die meisten nicht lesen oder schreiben und viele sich nicht einmal selbst versorgen können, habe ich miterlebt, wie Menschen lernen,

den Zusammenhang zwischen menschlichem Leiden und dem Leiden Gottes herzustellen. Sie haben mir geholfen zu erkennen, dass der Weg durchs Leid nicht darin besteht, es zu leugnen, sondern ganz und gar mitten darin zu leben. Sie stellten sich die Frage, wie sie es erreichen könnten, Schmerz nicht mehr als lang anhaltende Störung des Lebens, sondern als Chance zu betrachten.

Wie stellen wir persönlich solche Zusammenhänge her? Wie schaffen wir den Wechsel von der Schmerzvermeidung, dem Ausweichen, hin zu der Bitte an Gott, den Schmerz durch sein Einwirken zum Guten zu nutzen?

Unsere Verluste feststellen

Einer der ersten Schritte in dem Tanz klingt ganz einfach, ist aber oft nicht leicht zu erlernen: Wir sind dazu aufgefordert, unsere Verluste zu betrauern. Es mag paradox klingen, aber Heilung und Tanz beginnen beide damit, dass man sich ganz direkt anschaut, was den Schmerz verursacht. Wir stellen uns den schmerzlichen Verlusten, die uns lähmen und gefangen halten in Leugnung, Beschämung oder Schuld. Wir geben die Illusion auf, dass wir wie beim Himmel-und-Hölle-Spiel die Schwierigkeiten hüpfend hinter uns bringen können. Denn indem wir

versuchen, Teile unserer Geschichte vor Gottes Augen und unserem eigenen Gewissen zu verbergen, werden wir zu Richtern über unsere eigene Vergangenheit. **Wir begrenzen die Gnade Gottes auf das bisschen, was unsere menschlichen Ängste zulassen.** Unser angestrengtes Bemühen, uns von unserem eigenen Leiden abzukoppeln, führt dazu, dass wir uns auch von dem Leiden Gottes für uns abkoppeln. Der Weg heraus aus unseren Verlusten und Verletzungen ist der Weg hinein und hindurch.

Als Jesus sagte: „Denn ich bin gekommen, um die Sünder zu rufen, nicht die Gerechten" (Mt 9,13), bestätigte er damit, dass nur diejenigen, die sich ihrem verletzten Zustand stellen, Heilung erfahren und zu neuem Leben gelangen können.

Manchmal müssen wir uns selbst fragen, worin unsere Verluste eigentlich bestehen; was wir konkret verloren haben. Dadurch werden wir noch einmal daran erinnert, wie real die Erfahrung eines Verlustes ist. Vielleicht wissen Sie, wie es ist, wenn ein Elternteil stirbt.

Wie gut ich mich an den Schmerz und die Trauer erinnere, die ich während der Krankheit und nach dem Tod meiner Mutter empfand! Vielleicht erleben wir den Tod eines Kindes oder eines Freundes. Oder, was manchmal ebenso weh tut, wir verlieren Menschen durch Missverständnisse, Konflikte oder Zorn. Vielleicht erwarte ich, dass mich

ein Freund besucht, aber er kommt nicht. Ich halte einen Vortrag und erwarte, dass ich gut ankomme, muss dann aber erleben, dass das, was ich sage, offenbar niemanden berührt hat. Vielleicht nimmt uns jemand die Arbeitsstelle, Aufstiegschancen oder unsere Ehre. Vielleicht erleben wir mit, wie durch zunehmende körperliche Gebrechlichkeit Hoffnungen langsam erlöschen, oder dass Träume plötzlich ausgeträumt sind. Vielleicht geht ein Familienmitglied im Zorn fort, und wir fragen uns, ob wir versagt haben.

Manchmal ist unser Verlustgefühl geradezu überwältigend. Ich lese die Zeitung und stelle fest, dass alles schon wieder schlimmer ist als am Vortag. Unsere Seele ist traurig über all die Armut, den Krieg und die Zerstörung. Und vielleicht können wir keinen Sinn mehr in unserem Glauben sehen, nicht nur, weil wir innerlich müde werden, sondern auch, weil irgendjemand sich über unsere Arten des Denkens und Betens lustig macht. Unsere Überzeugungen scheinen plötzlich altmodisch, unnütz. Selbst unser Glaube scheint auf wackeligen Beinen zu stehen. So oder ähnlich können Enttäuschungen in jedem Leben aussehen.

Typisch für uns ist jetzt, dass wir solche Nöte als Hindernisse betrachten, die uns davon abhalten, so zu sein, wie wir eigentlich sein sollten, nämlich gesund, schön und ohne Sorgen. Wir betrachten Leid bestenfalls als ärgerlich,

schlimmstenfalls als völlig sinnlos und eine Zumutung. Wir sind bestrebt, unsere Schmerzen loszuwerden, egal wie.

Ein Teil von uns hält sich gern an der Illusion fest, dass unsere Verluste gar nicht real sind, dass es sich dabei nur um vorübergehende Störungen handelt. Die Aufrechterhaltung dieser Leugnung kostet uns sehr viel Kraft. „Unsere Verluste sollten uns nicht daran hindern, am Eigentlichen festzuhalten", sagen wir uns.

Es gibt mehrere Versuchungen, durch die diese Art von Leugnung Nahrung erhält. Unsere unablässige Geschäftigkeit beispielsweise wird zu einer Methode, vor dem wegzulaufen, dem wir uns eines Tages auf jeden Fall stellen müssen. Die Welt, in der wir leben, ist in der Hand des Bösen, und der Böse lenkt uns lieber ab und füllt jeden freien Raum mit Dingen, die zu tun sind, mit Menschen, die man treffen muss, mit Geschäften, die abgeschlossen werden müssen, mit Waren, die produziert werden müssen. Er lässt keinen Raum für echte Trauer oder echtes Klagen. Unsere Geschäftigkeit wird zum Fluch, auch wenn wir glauben, wir könnten dadurch Linderung unseres inneren Schmerzes erreichen. Unser voll gestopftes Leben trägt nur dazu bei, uns von der Auseinandersetzung mit den unausweichlichen Schwierigkeiten abzuhalten, denen wir uns alle irgendwann stellen müssen.