

Zack Eswine

Der andere Spurgeon

Depressionen und deren Bewältigung
am Beispiel des bekannten Predigers

clv

Soweit nicht anders vermerkt, sind die Bibelzitate der Elberfelder Übersetzung 2003, Edition CSV Hückeswagen, entnommen. Die der *Pilgerreise* von John Bunyan entnommenen, meist kursiv hervorgehobenen Personen- und Ortsnamen richten sich nach der deutschen Fassung mit folgenden bibliografischen Angaben: John Bunyan, *Pilgerreise zur seligen Ewigkeit*, 10. Auflage, Lahr-Dinglingen: Verlag der St.-Johannis-Druckerei C. Schweickhardt, 1983.

Einfachheitshalber wurde in den bibliografischen Angaben in Anlehnung an das Original der Verfassersname »Charles Spurgeon« verwendet. Überall dort, wo zusätzlich zu der im Original angegebenen Quelle eine diesbezügliche Internet-Adresse eingefügt wurde, ist dies entsprechend vermerkt worden.

1. Auflage 2024

© Copyright der britischen Originalausgabe 2014 by Zack Eswine
Published by Christian Focus Publications Ltd,
Geanies House, Fearn, Ross-shire, IV20 1TW, Scotland, UK.

Originaltitel: Spurgeon's Sorrows: Realistic Hope for those who Suffer from Depression

© der deutschen Ausgabe 2024 by CLV
Christliche Literatur-Verbreitung e. V.
Ravensberger Bleiche 6 · 33649 Bielefeld
www.clv.de

Übersetzung: Jo Frick, Warrensburg, New York, USA
Satz: EDV- und Typoservice Dörwald, Steinhagen
Umschlag: Lucian Binder, Meinerzhagen
Druck und Bindung: CPI books GmbH, Leck

Artikel-Nr. 256733
ISBN 978-3-86699-733-2

Für Jessica,
Eine Hilfe im *Sumpf der Verzagtheit*,
meine *hoffnungsvolle* Gefährtin,
gegen den *Riesen Verzweiflung*
und die *Zweifelsburg*.

Dank

Mein Dank gilt auch den Gemeindegliedern der Riverside Church, von wo aus ich dieses Buch schreibe. Für die mir zur Verfügung gestellte Zeit, die geleistete Zusammenarbeit und die erteilten Ratschläge bin ich insbesondere Jonathan und Liz Block, Sam und Greta Coalier, Ray und Donna Hagerty-Payne, Jason und Natalie Wilson sowie Margaret Wolfenbarger dankbar. Weil ihr wie Dr. Richard Winter mir zur Seite gestanden habt, durfte ich wachsen.

Inhalt

Teil 1: Der Depression auf den Grund gehen	11
1 Der Weg in die Betrübnis	13
2 Depression und unsere Umstände	21
3 Die Krankheit der Schwermut	29
4 Geistliche Depression	39
Teil 2: Lernen, wie man jenen helfen kann, die unter Depressionen leiden	57
5 Diagnose, aber noch keine Heilung	59
6 Begrifflichkeiten für unsere Betrübnis	70
7 Hilfe, die schadet	79
8 Jesus und die Depression	89
Teil 3: Lernen hilft, die Depression im Alltag zu bewältigen	99
9 Verheißungen und Gebete	101
10 Natürliche Hilfsmittel	114
11 Selbstmord und die Entscheidung für das Leben	128
12 Der Nutzen der Betrübnis	143
Abkürzungen	156

»Ich leide an derart furchtbaren Depressionen des Geistes, dass ich hoffe, dass keiner von euch jemals zu solch äußersten Enden des Elends vordringen muss wie ich.«¹

»Um körperliche Gebrechen kümmern wir uns recht schnell. Sie sind zu schmerzhaft, um uns in Schweigen gehüllt dahindösen zu lassen. Sie drängen uns alsbald dazu, einen Arzt oder einen Chirurgen aufzusuchen, um Heilung zu erfahren. Ach, wären wir uns doch der ernsthafteren Wunden des inwendigen Menschen genauso bewusst.«²

»Ich weiß aus persönlicher Erfahrung, dass es nichts auf der Erde gibt, was der menschliche Körper erleiden könnte und was mit der Verzagtheit und Niedergeschlagenheit des Geistes vergleichbar wäre.«³

Charles Haddon Spurgeon

-
- 1 Charles Spurgeon, »Joy and Peace in Believing«, *Metropolitan Tabernacle Pulpit (MTP)*, Bd. 12, Predigt 692. <http://www.spurgeongems.org/vols10-12/chs692.pdf> (abgerufen am 8. 8. 2024).
 - 2 Charles Spurgeon, »Healing for the Wounded«, *The New Park Street Pulpit (NPSP)*, Predigt 53, in: *The Spurgeon Archive*. <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/healing-for-the-wounded/> (abgerufen am 8. 8. 2024).
 - 3 Charles Spurgeon, »The Garden of the Soul«, *MTP*, Bd. 12 (Ages Digital Library, 1998), S. 370. A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/the-garden-of-the-soul/#flipbook/> (abgerufen am 8. 8. 2024).

*Teil 1:
Der Depression
auf den Grund gehen*

1 Der Weg in die Betrübnis

»Der Weg in die Betrübnis ist ein ausgetretener Weg. Es handelt sich dabei um den gängigen Pfad zum Himmel, dem die Schafe folgen, und die gesamte Herde Gottes hat diesen Pfad bisher einschlagen müssen.«⁴

Wie überstehen wir sie? Jene Zeiten, die uns den Atem rauben; wenn selbst unsere Stärksten und Mutigsten mit verzweifelterm Blick bekennen müssen: »Ich weiß nicht, was ich beten soll« (eine Umschreibung dessen, was Paulus in Römer 8,26 zum Ausdruck bringt). Wie überstehen wir solche Zeiten, wenn unser Schweigen gegenüber unseren Sätzen das Feld behauptet? Dann ist es, als hätten unsere Worte keine Rettungsweste. Sie müssen zurückbleiben, in seichten Gewässern auf der Stelle treten und uns aus der Ferne zusehen. Worte haben keine Kraft, sich mit uns in die bebenden Tiefen hinauszuwagen, die uns verschlingen wollen.

Und viele von uns, die an Jesus glauben, geben es zwar nicht gern zu, doch auch wir sind nicht dagegen gefeit. Viele von uns wissen, wie es ist, wenn man Haare, Gewicht und Appetit verliert und sich selbst bald nicht mehr ähnlich sieht. Schmerzliche Umstände oder ein vom Trübsinn beherrschtes Gemüt können unsere Körperchemie beeinträchtigen. Sie können ihre schlammigen Stiefel anziehen und mit ihrer ganzen Bedeutungsschwere auf unserem müden Brustkorb lasten. Es ist geradezu so, als fesselte die Beklemmung die Fußknöchel und Handgelenke unseres Atems mit einem Seil. An einen Stuhl gefesselt und bei ausgeschaltetem Licht sitzen wir da und schlucken voller Panik die dunkle Luft des Raumes.

⁴ Charles Spurgeon, »The Fainting Hero«, *MTP*, Bd. 55. A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/the-fainting-hero/#flipbook/> (abgerufen am 8. 8. 2024).

Derartige Umstände und solche Beeinträchtigungen unserer Körperchemie können uns darüber hinaus das Geschenk der göttlichen Liebe rauben, als würden alle Liebesbriefe und Fotoalben Gottes in einem Feuer vor der Tür verzehrt werden, einem Feuer, dessen zerstörerischer Kraft wir in unserer Hilflosigkeit nicht Einhalt gebieten können. Wir sitzen dort – hilflos inmitten der Finsternis göttlicher Abwesenheit, an besagten Stuhl gefesselt, lediglich von Asche und Keuchen umgeben, während all das, was uns lieb und teuer ist, für immer verloren zu sein scheint. Wir fragen uns sogar, ob wir uns all dies selbst zuzuschreiben haben. Es ist unsere Schuld. Gott ist gegen uns. Wir haben Gottes Hilfe verwirkt.

In psychischer Hinsicht schlagen wir uns mit all dem herum, und es ist erst Dienstag! Wie können wir nur den Rest der Woche überstehen?

Unser Gefühl der Hilflosigkeit

An einem Novembermorgen beschrieb ein Prediger namens Charles Spurgeon im Rahmen seiner Predigt kontraproduktive Mächtgehelfer, die den Niedergedrückten sagen: »Oh! So sollte dir aber nicht so zumute sein!«, oder: »Oh! Du solltest weder solche Worte über die Lippen bringen noch solche Gedanken hegen.«⁵ Dann trat er nachdrücklich für jene ein, die unter Depressionen leiden. »Es ist nicht leicht zu wissen, wie jemand anderem zumute sein sollte und wie jemand anders handeln sollte«, sagte er.

»Wir unterscheiden uns zwar alle voneinander, doch ich bin mir sicher, dass es etwas gibt, was wir in Zeiten tiefer Betrübnis alle gemeinsam haben, nämlich ein Gefühl der Hilflosigkeit.«⁶

5 Jeweils zitiert nach: Charles Spurgeon, »The Exaltation of Christ«, Predigt 101, *NPSP* (2. November 1856).
<https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/the-exaltation-of-christ/#flipbook/>
(abgerufen am 8. 8. 2024).

6 Jeweils zitiert nach: ebenda.

Ja, wir empfinden Hilflosigkeit, und auch ein Schamgefühl breitet sich aus. Wie auch bei anderen Problemen, die seelische Gesundheit betreffen, reden wir so gut wie nicht über Depressionen. Falls wir es dennoch tun, sprechen wir im Flüsterton darüber, als wäre dieser Themenbereich skandalös, oder wir weisen den Betroffenen zurecht, als handle es sich um eine Sünde. Da ist es kein Wunder, dass nicht viele von uns Hilfe suchen. Wenn wir es nämlich tun, sorgen diejenigen, die helfen wollen, dafür, dass die damit verbundene Scham nur noch verstärkt wird.

Wie kann es dann sein, dass dieser Prediger in der Lage war, in der Gemeinde öffentlich aufzustehen und derart offen über Depression zu reden? Er war der Pastor einer erstaunlich großen Gemeinde – einer der ersten Megagemeinden, wie wir heute sagen würden. Es war das 19. Jahrhundert. Er war Brite, lebte in der viktorianischen Zeit und war Baptist. Wie war es überhaupt möglich, dass jemand, der mit diesen drei Sachverhalten beschrieben wird, über ein solches Thema derart offen redet?

Die Antwort ist teilweise in dem Schmerz zu entdecken, der von einer Katastrophe hervorgerufen wurde. Diese Predigt hielt er Anfang November, als er über Hilflosigkeit sprach und jene, die unter Depressionen litten, in Schutz nahm. Nur zwei Wochen zuvor hatte er an genau demselben Ort zu Tausenden von Menschen gesprochen. Doch jene Veranstaltung kam zu ihrem jähen Ende, als ein böswilliger Zuhörer »Feuer!« rief. Die sich daraus ergebende Panik forderte sieben⁷ Todesopfer und 28 Schwerverletzte.

Charles (so nenne ich ihn einfach einmal) war 22 Jahre alt und befand sich im zehnten Monat seiner jungen Ehe. Nach der Geburt ihrer Zwillingssöhne mussten er und seine Frau im ersten Monat ihrer Elternschaft in einem neuen Haus, das voller unausgepackter Kartons war, zurechtkommen – mit den Windeln und allem dergleichen, was Säuglinge mit sich bringen. In Anbetracht der recht großen Zahl der Todesopfer machten ihn die Zeitungen von ganz London dafür verantwortlich, indem sie mit gemeinen Artikeln und auf

7 A. d. H.: Andere Quellen geben acht Tote an.

erbarmungslose Weise über ihn herzogen. Die furchtbare Tragödie und die öffentlichen Anschuldigungen trieben Charles – nicht nur in dieser Anfangszeit, sondern auch mit bleibenden Auswirkungen – fast in den Wahnsinn.

Ich beginne unsere Beschäftigung mit dem Thema Depression, indem ich auf diese Novemberpredigt Bezug nehme, in der ein Pastor öffentlich seine Ehrlichkeit erkennen lässt und seine Gemeinde zu ihm steht. Ich tue dies, weil seine Predigt das offenbart, was dieser schmerzzerfüllte Mann sagte, als er zum ersten Mal nach dem blinden Alarm mit tödlichen Folgen auf die Kanzel zurückkehrte. Was den Beginn betrifft, hoffe ich, dass du, lieber Leser, nachvollziehen kannst, wie hilfreich dieser ist. Charles fängt damit an, dass er sich zu seiner Stellung als hinfälliger Mensch bekennt:

»Ich bereue es beinahe, dass ich es gewagt habe, mich heute Morgen auf diese Kanzel zu begeben, denn ich bin völlig unfähig, euch zum Nutzen zu predigen. Ich hatte eigentlich gedacht, dass die Stille und das Ausruhen der letzten vierzehn Tage die Auswirkungen jener schrecklichen Katastrophe beseitigt haben. Doch da ich nun zu dem gleichen Ort zurückkehre und insbesondere hier stehe, um meine Worte an euch zu richten, empfinde ich etwas von denselben schmerzlichen Emotionen, die mich zuvor beinahe zugrunde gerichtet haben. Entschuldigt mich deshalb heute Morgen ... Ich war völlig unfähig, mich vorzubereiten ... Oh, möge sich der Geist Gottes verherrlichen und seine Kraft in der Schwäche seines Dieners erweisen und ihn befähigen, seinen Herrn zu ehren, selbst wenn seine Seele in ihm niedergeschlagen ist.«⁸

Der Umstand, dass solch ein herausragender christlicher Pastor unter Depressionen litt und offen darüber redete, lädt uns dazu ein, einem Mitleidenden zur Seite zu stehen. Weil dieser Pastor und Prediger anfang, sich mit Glauben und Zweifel, Leid und Hoffnung aus-

8 Charles Spurgeon, »The Exaltation of Christ«, Predigt 101, *NPS* (2. November 1856). <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/the-exaltation-of-christ/#flipbook/> (abgerufen am 8. 8. 2024).

einanderzusetzen, haben wir einen Weggefährten gewonnen. Wenn wir seine Geschichte kennenlernen, können wir damit beginnen, unsere eigene Geschichte herauszufinden. Was er in Bezug auf Jesus in der Finsternis herausfand, kann uns als Licht in unserer eigenen Finsternis dienen.

Der Schmerz meines Geliebten

Im Leben der meisten von uns kommt der Zeitpunkt, an dem wir keine Kraft mehr haben, uns am eigenen Schopf aus dem Sumpf zu ziehen bzw. vorzugeben, stark zu sein. Manchmal sind wir der Verzweiflung nahe, weil das Leben uns harte Schläge versetzt und Gott dies zugelassen hat. Wie beispielsweise die Angehörigen einer Familie, die ihren Urlaub in den Bergen verbrachten und dabei zuschauten, wie einer von ihnen ausrutschte und auf die Felsen stürzte – wobei doch alles hätte schön und erholsam sein sollen. Oder wie z.B. Eltern, deren Kind in der Schule misshandelt oder angeschossen wurde. Charles und jene, die an jenem schrecklichen Tag ihre Angehörigen verloren hatten, mussten in einem Gemeindehaus mit dem Leid zurechtkommen, das über sie hereingebrochen war, als das Wort gepredigt wurde und ein Böswilliger nicht seinen Mund halten konnte.

Die Lunge füllt sich mit Fragen. In seelischer Hinsicht keuchen wir nur noch. Wir sind wie betäubt, und Gefühllosigkeit überkommt uns. Ob im Urlaub oder in der Schule oder in der Gemeinde, so etwas sollte *dort* eigentlich nicht passieren.

Selbst ein Nachfolger Jesu bekommt dann weiche Knie. Charles' Frau Susannah sagte damals Folgendes über ihn: »Der Schmerz meines Geliebten war so tief und so ungestüm, dass die Vernunft auf ihrem Thron zu wanken schien, und wir befürchteten bisweilen, dass er nie wieder predigen würde.«⁹

9 Charles Ray, *The Life of Susannah Spurgeon*, in: *Morning Devotions by Susannah Spurgeon: Free Grace and Dying Love*, Edinburgh: The Banner of Truth Trust, 2006, S. 166.

Obwohl es nicht auf einen jeden von uns oder auf jeden unserer Lieben zutrifft, gilt es allerdings in diesem bekannten Fall, dass Charles Spurgeon wieder in den Predigtendienst zurückkehrte. Doch vielerlei Betrübnisse bedrängten und verfolgten ihn für den Rest seines Lebens. Seine Depressionen ergaben sich nicht nur aus Umständen oder aus der Frage, ob er Gott geweiht war oder nicht, sondern auch aus der Chemie seines Körpers. Gott schenkte uns einen Prediger, der aus eigener Erfahrung wusste, wie es sich anfühlte, wenn seine Vernunft nicht nur einmal, sondern viele Male während seines Lebens und Dienstes ins Wanken geriet. Und irgendwie haben sich dieser Leidende namens Charles und seine liebe Frau Susannah (die ebenfalls den Großteil ihres Lebens als Erwachsene körperlich litt) darin als Überwinder erwiesen. Sie haben es hinter sich gelassen, indem sie voreinander und vor ihrer Generation darauf beharrten, dass die Betrübten einen Retter haben.

An jenem Novembermorgen tat Charles etwas in aller Schwäche, zu dem einige von uns angesichts der eigenen Betrübnisse noch nicht in der Lage gewesen sind. Er las die Bibel. Vielleicht tröstet es dich zu wissen, dass »der bloße Anblick der Bibel« Charles eine Zeit lang zum Weinen brachte.¹⁰ Viele von uns wissen, wie sich dies anfühlt. Doch dieser Schriftabschnitt (Philipper 2,9-11) »hatte eine derart tröstende Wirkung auf [seinen] bekümmerten Geist«.

»... und in seiner äußeren Erscheinung als ein Mensch erfunden, erniedrigte er sich selbst und wurde gehorsam bis zum Tod, ja bis zum Tod am Kreuz. Darum hat ihn Gott auch über alle Maßen erhöht und ihm einen Namen verliehen, der über allen Namen ist« (Phil 2,8-9 [Schlachter 2000]).

Von diesem Schriftabschnitt ausgehend, war es Charles ein Anliegen, uns die umfassendere Geschichte seiner Hoffnung vor Augen zu führen. Derselbe himmlische Vater, der seinen Sohn aus Schlamm,

¹⁰ Charles Spurgeon, »Honey in the Mouth!«, *MTP*, Bd. 37 (Ages Digital Library, 1998), S. 485. A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/honey-in-the-mouth/#flipbook/> (abgerufen am 8. 8. 2024).

schlimmer Not und schändlicher Behandlung herausholte, kann das-
selbe auch für uns tun.

Kraft finden

Wie auch immer du momentan darüber denkst, eines steht fest: Wir – du und ich – wissen ganz bestimmt, dass unsere Wege, häufiger als uns lieb ist, voller Staub und Hitze sowie voller Ameisen und Fliegen sind. Manchmal bleiben unsere Füße regungslos, wenn die Musik spielt.

Zudem wissen wir, dass einige unserer Freunde uns, die wir diesen Weg der Betrübnis gehen müssen, mit Ungeduld begegnen, oder etwa nicht? Zu ihrem Repertoire gehört es, Witze zu machen, uns auf die Schulter zu klopfen und dumme Sprüche weiterzugeben. Ich garantiere nicht dafür, dass ein Büchlein wie das vorliegende zur Heilung der Wunden beitragen kann, die uns daher in zweifacher Hinsicht geschlagen werden. Auch behaupte ich nicht, dass die Geschichte einer einzigen Person, wie diejenige von Charles Spurgeon, Trost in dein Leben bringen kann.

Ja, das ist mir durchaus bewusst. Hast du gemerkt, dass wir uns, wenn unsere Nase von den Tempotaschentüchern gerötet und wund ist und uns die Haare auf dem Kopf ausfallen, trotzdem manchmal zusammenreißen können, um das von einem Kind gemalte Bild oder die handgeschriebene Notiz eines wohlmeinenden Freundes entgegenzunehmen? Wir können die philosophische Abhandlung oder die theologische Vorlesung nicht ertragen. Der Freund, der uns bis zum Überdruß mit seinen Sätzen abspeist und als Ungeduldiger nicht hinreichend schweigen kann, muss ebenfalls damit warten, uns zu einem späteren Zeitpunkt besuchen zu dürfen. Da wir innerlich krank sind, können wir einfach keine vollständige Mahlzeit verdauen. Doch ein paar Cracker können uns von Nutzen sein. Das Bruchstück eines Eiswürfels, einige wenige Silben eines zur rechten Zeit in Freundschaft gewählten Wortes können manchmal einiges bewirken, nicht wahr?

Und niemand soll glauben, dass einem angesichts einer derart bescheidenen Kost in der kargen Zeit tatsächlich die Leben spendenden Nährstoffe fehlen. Ganz im Gegenteil! Die von Traurigkeit Geplagten und in Jesus von Gnade Getragenen geben uns oft Zeugnis hinsichtlich der überraschenden Nahrhaftigkeit, die in ein paar Bröckchen des täglichen Brotes steckt. Tagein, tagaus kommen sie zu Kräften und werden durchgetragen, obwohl sie nicht wissen, wie und wann dieses Durchtragen zustande gekommen ist.

Ich schreibe dieses Buch in der von Gebeten begleiteten Hoffnung, dass einige wenige Kleinigkeiten auch dich nähren werden, während Jesus dich durchträgt. Ich will dir helfen, es durchzustehen. Anstatt es also als ein erschöpfendes Werk oder als eine prosaische Abhandlung über Depression aufzufassen, hoffe ich, dass du vielmehr als das annehmen kannst, wozu es gedacht ist: Es soll nämlich eine handgeschriebene Notiz eines Mitmenschen sein, der dir Genesungswünsche zukommen lässt. Solche Anmerkungen, aus denen nichts als Gnade spricht, habe auch ich dringend nötig.

2 Depression und unsere Umstände

»Das Gemüt kann in viel größere Tiefen hinabsinken als der Körper; ihm öffnen sich bodenlose Abgründe. Das Fleisch vermag nur eine gewisse Anzahl Wunden zu ertragen, nicht mehr; aber die Seele kann aus zehntausend Wunden bluten und stündlich aufs Neue den Tod schmecken.«¹¹

Der Regenschirm war so grau wie die Wolken. Ich hielt ihn über die Anwesenden, während sie auf schlammigem Boden knieten, der mit grüner Folie bedeckt war. Sie knieten dort im Regen neben dem ausgehobenen Grab. Sie knieten dort mit aufgeschlagener Bibel und lasen: »Ich bin die Auferstehung und das Leben.«¹² Die Seiten waren von großen nassen Tropfen aufgeweicht, die weniger vom Regen herührten als von ihren Tränen.

Zudem weinten sie mit lauter Stimme, ja, sie schrien geradezu. Manchmal war es ein Klagen, das durch Mark und Bein ging, während ich den Regenschirm hielt und die Menge gleichsam wie eine graue Masse still danebenstand. Dann wiederum war es so, als ob tiefes Stöhnen durchbrach, um die Silben zu erhaschen und zu verstümmeln, während die Betreffenden ihren Körper vor- und zurückwiegen, wobei sie zwar bewegungslos, aber nicht geräuschlos knieten. Wir konnten ihre Sätze nicht entziffern. Doch das brauchten wir auch nicht. Die Bedeutung war klar. Ein so kleiner Sarg für ein so kleines Kind – das tat besonders weh.

Die Dinge im Leben können uns Schmerzen zufügen. Umstände, die wir keinem wünschen würden. Sie veranlassen uns, mit dem

11 Charles Spurgeon, »Honey in the Mouth!«, *MTP*, Bd. 37, S. 485. A. d. H.: Hier zitiert nach: Charles Spurgeon, *Die Schatzkammer Davids*, Bielefeld: CLV, überarbeitete Auflage 2018, Bd. 3, S. 2720 (Anmerkungen zu Ps 88,7). (Die Seitenzahl bezieht sich auf die Angabe in der fünfbandigen Gesamtausgabe.)

12 A. d. H.: Johannes 11,25.

Apostel Paulus auszurufen: »Unser Fleisch (hatte) keine Ruhe, sondern in allem waren wir bedrängt; von außen Kämpfe, von innen Befürchtungen« (2Kor 7,5). Wenn Umstände mit all ihren Begleiterscheinungen auf die Überlebenden einstürmen, dann weinen sie angesichts der beklemmenden Realität.

»Eine Stimme ist in Rama gehört worden, und viel Wehklagen: Rahel beweint ihre Kinder, und sie wollte sich nicht trösten lassen, weil sie nicht mehr sind« (Mt 2,18).

Selbst das Staunen über Wunder, wie beispielsweise über die Geburt eines Kindes, kann Worte ins Leben rufen, die unzureichend sind, Worte wie »postpartal« bzw. »nach der Geburt«. »Wer unter uns Menschen ist völlig frei von Betrübnis?«, fragt uns Charles. »Man durchsuche die ganze Erde, und überall sind Dornen und Disteln anzutreffen.«¹³

»Weinen hat seine Zeit« (Pred 3,4) – ungeachtet dessen, wer wir sind.

Die Rolle schmerzlicher Umstände

Hat ein Umstand jemals dein Herz gebrochen? »Es gibt mehrere Formen eines gebrochenen Herzens«¹⁴, ruft uns Charles sacht in Erinnerung.

- *Verlassenheit*: Vernachlässigung oder Untreue seitens eines Ehepartners, der Familienangehörigen oder eines Freundes.

13 Jeweils zitiert nach: Charles Spurgeon, »The Man of Sorrows«, *MTP*, Bd. 19 (Ages Digital Library, 1998), S. 155.

A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/the-man-of-sorrows/#flipbook/> (abgerufen am 8. 8. 2024).

14 Charles Spurgeon, »Healing for the Wounded«, *NPSP*, Predigt 53.

<https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/healing-for-the-wounded/> (abgerufen am 8. 8. 2024).

- *Schmerzlicher Verlust*: Die Krankheit oder der Tod eines geliebten Angehörigen.
- *Not*: Verlust der Arbeitsstelle, finanzieller Druck, Armut in Bezug auf Grundbedürfnisse des Lebens.
- *Enttäuschung und Niederlage*: Unerreichte Träume, verwehrte Ziele, vergebliche Bemühungen, Feinde, die die Oberhand gewonnen haben.
- *Schuld*: Gewissensbisse, Reue angesichts des Schmerzes, den wir anderen zugefügt haben, Sünden gegen Gott.

Darüber hinaus gibt es noch mehr Umstände, die uns hier unter der Sonne in dieser vom Verbrechen und Tsunamis heimgesuchten Welt traumatisieren können. Die alten Weisen lehren uns, dass es weise ist, über solch traurige Dinge traurig zu sein.

»Besser, in das Haus der Trauer zu gehen, als in das Haus des Festmahls zu gehen, weil jenes das Ende aller Menschen ist; und der Lebende nimmt es zu Herzen« (Pred 7,2).

Halten wir uns also gleich eingangs vor Augen: Für sich genommen ist Traurigkeit bzw. Trauer Gottes Geschenk an uns – eine Möglichkeit, wie wir in der jeweiligen Situation standhalten können. Über Sachverhalte traurig zu sein, ist eine Handlung, die auf Glauben und Weisheit beruht.

Depression als Symptom schmerzlicher Umstände

Manchmal nimmt die Traurigkeit als Reaktion auf schmerzliche Umstände eine dunkle Wendung. Sie verwandelt sich in etwas anderes. Die Trauer findet kein Ende, und die dunkle Gestalt, die wir Depression nennen, erwacht aus ihrer Höhle.

»Es gibt bestimmte Formen der Krankheit«, stellt Charles fest, »die das Gehirn und das gesamte Nervensystem derart in Mit-

leidenschaft ziehen, sodass Depression zu einem als Schwermut bezeichneten Symptom der Krankheit wird.«¹⁵

»Recht unwillkürlich kommen der Missmut und der Trübsinn, die Depression des Geistes und der Kummer des Herzens über einen. Man mag keinen wirklichen Grund zur Betrübniß haben und dennoch zu den unglücklichsten Menschen zählen, weil der Körper zeitweilig die eigene Seele erobert hat.«¹⁶

Man beachte, dass Charles von der Depression so redet, als würden unsere eigenen Entscheidungen überstimmt. Die Depression kommt »unwillkürlich« über uns, als ob diese Sache als solche über einen eigenen Willen verfügen würde. Man beachte zudem, dass es keinen ersichtlichen Grund für das Ausmaß dieser Betrübniß gibt. Wir lassen Missmut und Trübsinn erkennen – ganz egal, ob unsere Lebensumstände gut oder schlecht sind.

Vervielfachte Traurigkeiten können ebenfalls eine dunkle Wendung zur Depression nehmen. »Anfechtung folgt auf Anfechtung« und hat all unsere Hoffnung zunichtegemacht.¹⁷ Anfechtungen ähneln dann Meereswellen, die unentwegt über uns hereinbrechen. Solch eine »Ansammlung von Leiden, Schmerzen, Schwachheiten und Betrübniß« hinterlassen ihre Spuren in unserem Leben.¹⁸ Unser Boot ist leckgeschlagen. Während die Wellen auf uns hereinbrechen, versuchen wir, fieberhaft dieses und jenes Loch zu stopfen. Der Sturm braut sich zusammen. Unser Boot schwankt auf und nieder. Bald tauchen mehr Löcher auf, sodass wir nicht mehr genügend Stehvermögen haben, diese zu stopfen. Das Wasser bricht über

15 Charles Spurgeon, »The Fear of Death«, *MTP*, Bd. 58 (Ages Digital Library, 1998), S. 52.

A. d. H.: <https://ccl.org/ccl/spurgeon/sermons58/sermons58.iv.html> (abgerufen am 8. 8. 2024).

16 Charles Spurgeon, »The Saddest Cry from the Cross«, *MTP*, Bd. 48 (Ages Digital Library, 1998), S. 656.

A. d. H.: <https://ccl.org/ccl/spurgeon/sermons48/sermons48.xliv.html> (abgerufen am 8. 8. 2024).

17 Charles Spurgeon, »Sweet Stimulants for the Fainting Soul«, *MTP*, Bd. 48 (Ages Digital Library, 1998), S. 575.

A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/sweet-stimulants-for-the-fainting-soul/#flipbook/> (abgerufen am 8. 8. 2024).

18 Charles Spurgeon, »Faintness and Refreshing«, *MTP*, Bd. 54 (Ages Digital Library, 1998), S. 519.

A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/faintness-and-refreshing/#flipbook/> (abgerufen am 8. 8. 2024).

uns herein. Wir haben so lange durchgehalten, wie wir nur konnten. Die letzte Welle hat uns den Rest gegeben. Unser Boot ist gesunken. Ist in diesem Fall eine derartige Depression wirklich »eine unverhältnismäßige Betrübniß«? Oder ist inmitten eines solchen Leids die Depression als solche die berechtigte Betrübniß?

Im Grunde genommen trifft es auf einige von uns zu, dass wir unfähig sind, in irgendeinem anderen Szenario als dem zu leben, das uns am Boden zerstört hat. Wir sanken derart tief, dass wir nie wieder imstande gewesen sind, unseren Kopf über Wasser zu halten. Es ist so, als würden wir bis zum Grab fortan trauern müssen.¹⁹ Die Umstände haben uns heimgesucht und sind wieder von dannen gezogen. Die Depression, die gekommen ist, hat uns nicht mehr verlassen. Sie bedrängt uns nach wie vor.

Unter den schmerzlichen Umständen gehören jene zu den schwierigsten, die wir in der Kindheit erlitten haben. Die Depression hat in unserer Jugend die Gunst ihrer Stunde genutzt und etwas, was nunmehr das Wesen unseres Temperaments ausmacht, ist damals dauerhaft geschädigt worden. Fortan haben wir einer empfindlichen Pflanze geglichen, die bei Berührung ihre Ranken verbiegt. Seitdem schreckt unser Leben vor dem Kontakt mit anderen Menschen unentwegt zurück. Wir wagen es nicht mehr, der Welt ins Auge zu sehen.²⁰ Wir gehen davon aus, dass uns die Welt nachstellt – stets darauf bedacht, uns etwas zuleide zu tun.

Wie unterscheiden wir dann zwischen dem Geschenk der Traurigkeit und dem Trauma der Depression, die umständebedingt hervorgerufen wird? Fachleute verweisen darauf, dass Traurigkeit ein emotionaler Zustand ist, der in einem angemessenen Verhältnis zum entsprechenden Umstand steht, während im Falle der Depression diesbezüglich ein Missverhältnis zu bemerken ist.

Wir wollen einen Augenblick innehalten und uns bewusst machen, wie hässlich normale Betrübniß im Verhältnis zu einem

19 Charles Spurgeon, »Weak Hands and Feeble Knees«, Predigt 243, *NPSP*.
<https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/weak-hands-and-feeble-knees/#flipbook/>
(abgerufen am 8. 8. 2024).

20 Ebenda.

Umstand aussehen kann. Welches Ausmaß der Betrübnis ist beispielsweise für den Überlebenden eines Völkermordes angemessen? Oder wie sieht es mit einer Mutter aus, deren Sohn ermordet worden ist? Oder wie ist es um einen Vater bestellt, dessen Tochter einen langen Kampf gegen Krebs verloren hat und die jung gestorben ist? Wie wir definieren, was gesund und verhältnismäßig ist, kann nicht an unserer persönlichen Ungeduld oder an gesellschaftlichen Konventionen gemessen werden. Die entsetzliche Angelegenheit selbst muss das Verhältnis der berechtigten Betrübnis zutage bringen.

Kein Heilmittel für Traurigkeit

In Anbetracht dieser Tatsache ist die Traurigkeit – entgegen dem, was uns manche Leute sagen – weder ein Zeichen der Faulheit noch eine Sünde. Sie ist weder Ausdruck eines negativen Denkens noch einer Schwäche. Im Gegenteil! Angenommen, wir merken, dass wir ungeduldig mit der Traurigkeit sind. Dann zeigen wir damit, dass uns unsere Torheit, unser Widerstand gegen die Weisheit lieber ist, und wir offenbaren, dass wir Tiefgründigkeit und Verhältnismäßigkeit missachten.

Wenn wir also sehen, wie andere Menschen seelischen Schmerzen ausgesetzt sind, und es uns daran gelegen ist, ihnen diesbezüglich Erleichterung zu verschaffen, dürfen wir nicht unterschätzen, was sie in ihrem Leben überwinden mussten. Depression erfordert sogar noch mehr Mitleid und Akzeptanz. Zugegebenermaßen spielt Sünde in ihrem Leben eine Rolle, doch man hat sich im Grunde genommen auch an jedem von uns versündigt. Angenommen, wir hätten die Anfechtungen am eigenen Leib erlebt, die sie befallen haben. Dann würden auch wir womöglich ein Leben entdecken, das in unseren Erinnerungen – mehr als uns lieb ist – davon begleitet ist, dass wir furchterfüllt im Trübsinn verharren und in unserem Elend vor uns dahinstarren.

Schließlich ist das Gedächtnis recht leistungsfähig. Es kann sowohl Segen als auch Fluch sein. Einige von uns werden von ihren

Erinnerungen verfolgt; die Lebensumstände haben Spuren hinterlassen. Solchen Menschen müssen wir mit Barmherzigkeit begegnen, statt mit ihnen verbal ins Gericht zu gehen. Diesseits des Himmels »gibt es« schließlich »kein Heilmittel für Traurigkeit«²¹ oder Depression. Kein Heiliger oder Held ist dagegen gefeit. Spielräume für lautes oder langes Weinen sind weiterhin erforderlich, gerechtfertigt und auf edle Weise menschlich.

Bevor wir also zum nächsten Kapitel übergehen, wollen wir den durchnässten Regenschirm gemeinsam am Rande des Grabes halten und diese wichtige Wahrheit konstatieren. Wenn wir in dieser gefallenen Welt Leid tragen und dies auch bekunden, entspricht dies einer angemessenen inneren Haltung, und unsere Tränen sind ein Ausdruck dessen.

Was die aus Umständen hervorgehende Depression uns lehrt

1. *Wer als Christ seinen Glauben auf der Erde lebt, weicht weder den Nöten aus, noch befindet er sich schon im Himmel.* Charles redet von bestimmten Christen, die – ausgehend von ihrer guten Gesundheit und ihren gesicherten finanziellen Verhältnissen – nahelegen, worin sich Treue gegenüber Jesus messen lasse: Aus ihrer Sicht bringt sie es mit sich, dass man volle Genüge und innere Ruhe habe und davor gefeit sei, in menschliche Schwierigkeiten zu geraten. Charles widerspricht diesem Gedanken und beschreibt stattdessen »die leidgeprüften Angehörigen des Volkes Gottes«, die »nicht oft auf diesen hohen Rossen reiten«. Die schiere Anzahl ihrer Ängste und Sorgen zwingt sie dazu, so zu leben, dass sie häufig darauf angewiesen seien, Gott um Hilfe zu bitten. Dieses Leben zeige, dass sie nur sterbliche Wesen seien.²²

21 Jeweils zitiert nach: Susanna Kaysen, »One Cheer for Melancholy«, in: *Unholy Ghost: Writers on Depression*, Nell Casey (Hrsg.), New York: Perennial, 2002, S. 41.

22 Jeweils zitiert nach: Charles Spurgeon, »Night, and Jesus not There!«, *MTP*, Bd. 51 (Ages Digital Library, 1998), S. 457.
A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/night-and-jesus-not-there/#flipbook/> (abgerufen am 8. 8. 2024).

2. *Wir setzen geistlichen Segen nicht mit der Unbeschwertheit der Lebensumstände gleich.* »Bestimmte Brüder von mir sind häufig in Schwierigkeiten. Ihr ganzes Leben besteht nur darin, dass sie sich aus einem Sumpf der Verzagtheit herauswinden, nur um in den nächsten zu geraten. Du hast viele geschäftliche Einbußen hinnehmen müssen – womöglich nichts als Einbußen. Du hast viele Kreuze tragen, viele Enttäuschungen einstecken, viele persönliche Verluste verzeichnen müssen. Nichts scheint dir zu gelingen ... es ist kein Hinweis darauf, mein Lieber, dass du etwa kein Kind Gottes bist ... denke daran: Keine der Prüfungen deines Lebens ist der Beleg dafür, dass du ein verlorener Mensch bist.«²³
3. *Wir mögen nicht an Depressionen leiden, die sich aus Lebensumständen ergeben. Angesichts dessen müssen wir lernen, an jenen den Hirtendienst auszuüben, auf die dies zutrifft.* Wenn jemand »eine ähnliche Erfahrung durchlebt hat«, wenn es um Depression geht, »schlägt er einen ganz anderen Ton an. Selbst wenn die Starken sie für Unsinn halten, weiß er, dass sie den Schwachen nicht so erscheint. Dabei passt er seine Bemerkungen dahin gehend an, dass er« den Leidenden »ermutigt, während der andere nur noch zusätzlichen Schmerz verursacht. Du, der du verzweifelt bist: Jesus kennt alle deine Kümernisse, weil« auch »ihm ähnliche Kümernisse zgedacht wurden«²⁴.

23 Charles Spurgeon, »The Believer Sinking in the Mire«, *MTP*, Bd. 11 (Ages Digital Library, 1998), S. 361.

A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/the-believer-sinking-in-the-mire/#flipbook/> (abgerufen am 8. 8. 2024)

24 Jeweils zitiert nach: Charles Spurgeon, »Binding Up Broken Hearts«, *MTP*, Bd. 54 (Ages Digital Library, 1998), S. 491.

A. d. H.: <https://www.spurgeongems.org/sermon/chs3104.pdf> (abgerufen am 8. 8. 2024).

3 Die Krankheit der Schwermut

»Ich würde all jene, die zur Angst neigen, nicht dafür verantwortlich machen, denn bei einigen ist es eher ihre Krankheit als ihre Sünde und eher ihr unglücklicher Zustand als ihre Schuld.«²⁵

Gelegentlich entspringt die Depression nicht schmerzlichen Umständen. Charles zufolge »sind einige Menschen von ihrer Veranlagung her traurig«²⁶. Manchmal sind wir vom Augenblick unserer Geburt an von Schwermut gezeichnet.²⁷

Von Geburt an gezeichnet

Wie wirkt sich dieses Geburtsmal der Schwermut auf das Leben des Betroffenen aus? Die Beantwortung dieser Frage kann uns Leiden helfen, uns selbst besser kennenzulernen. Sie kann außerdem unsere Angehörigen befähigen, verständnisvoller zu sein.

Erstens kann unsere Vorstellungskraft einen düsteren Ansatz haben. Charles stellte diesbezüglich Folgendes fest: »Alle ihre Vögel

25 Charles Spurgeon, »Away with Fear«, *MTP*, Bd. 16, S. 16.

<http://www.spurgeongems.org/vols16-18/chs930.pdf> (abgerufen am 8. 8. 2024).

26 Charles Spurgeon, »Joy, Joy, Forever!«, *MTP*, Bd. 36 (Ages Digital Library, 1998), S. 373. A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/joy-joy-for-ever/#flipbook/> (abgerufen am 8. 8. 2024).

27 Charles Spurgeon, »Joyful Transformations«, *MTP, The Spurgeon Archive*. <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/joyful-transformations/#flipbook/> (abgerufen am 8. 8. 2024).

A. d. H.: Da es sich nicht um ein wörtliches Zitat handelt, ist in dieser Predigt vermutlich folgender Satz gemeint, auf den sich der Autor bezieht: »Einige Menschen sind besonders erfinderisch im Blick darauf, das eigene Gemüt zu quälen. Sie verstehen sich meisterhaft darauf, sich mit all dem zu beschäftigen, was sie trübsinnig, verzagt und tief unglücklich sein lässt.«

sind Eulen oder Raben.«²⁸ Wenn »jemand mit dem Temperament eines Melancholikers auf die Welt kommt, sieht er, wie sich in jeder Windstille ein Sturm zusammenbraut«²⁹.

Zudem neigen wir zu übertriebenen Ängsten. »Verzagende Menschen«, sagt Charles, »können einen Grund für Angst finden, wo keine Angst ist.«³⁰

Dies erschwert es uns, Erleichterung oder Geborgenheit zu finden. Wenn wir von Stille umgeben sind, halten wir nach dem Unheil Ausschau, das uns auflauern könnte. Wenn etwas schiefgeht, gehen wir von den schlimmsten Konsequenzen aus. Wir stellen uns eine düstere Zukunft vor, und obwohl sich keines der schlimmen Dinge, die wir uns ausmalen, jemals bewahrheitet hat, »lassen wir [unseren] Argwohn Wirklichkeit werden und quälen« uns mit ihnen in unserer Vorstellungskraft.³¹

Im Gegensatz zu anderen, deren Zweifel und Ängste nachlassen, »verhält es sich mit« unserem »angeborenen Temperament so, dass es an den Zweifeln festhält«³². Vielerlei Sorgen und Ängste bestürmen uns. »Bei der geringsten Wendung der Umstände fangen wir an, uns Sorgen zu machen.«³³ Natürlich ist jeder beunruhigt und macht sich Sorgen. Doch die Krankheit verstärkt dies nur noch. Wir machen uns mehr Sorgen als gewöhnlich. Wir sind mehr verängstigt als sonst.

Manchmal sind wir deshalb angesichts unserer alltäglichen Verantwortlichkeiten verunsichert und überfordert. Der Leistungsdruck

28 Charles Spurgeon, »First Things First«, *MTP*, Bd. 31 (Ages Digital Library, 1998), S. 712. A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/first-things-first/#flipbook/> (abgerufen am 8. 8. 2024). In der angegebenen Quelle heißt es: »Alle ihre Vögel sind Eulen oder Raben.« Diese Formulierung passt auch besser in den Zusammenhang als »Alle unsere Vögel ...«.

29 Charles Spurgeon, »Divine Sovereignty«, *NPSF*, Predigt 77, *The Spurgeon Archive*. <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/divine-sovereignty/#flipbook/> (abgerufen am 8. 8. 2024).

30 Charles Spurgeon, »Away with Fear«, *MTP*, Bd. 16 (Ages Digital Library, 1998), S. 338. A. d. H.: <http://www.spurgeongems.org/vols16-18/chs930.pdf> (abgerufen am 8. 8. 2024).

31 Ebenda.

32 Jeweils zitiert nach: Charles Spurgeon, »A Prayer for the Church Militant«, *MTP*, Bd. 13, Predigt 768 (Ages Digital Library).

A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/a-prayer-for-the-church-militant/#flipbook/> (abgerufen am 8. 8. 2024).

33 Charles Spurgeon, »The Yoke Removed and the Lord Revealed«, *MTP*, Bd. 25 (Ages Digital Library, 1998), S. 183.

A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/the-yoke-removed-and-the-lord-revealed/#flipbook/> (abgerufen am 8. 8. 2024).

richtet uns zugrunde. Kleinigkeiten fühlen sich an wie Riesen. »Ein Mensch kann den Wunsch haben, etwas so gut zu tun, dass er es gerade aus diesem Grund nicht so gut tut, wie er könnte. Ein übergroßes Verantwortungsgefühl kann lähmend wirken.«³⁴ Wenn wir es nicht *perfekt* hinbekommen können, *versuchen* wir es noch nicht einmal.

Da wir uns außerstande fühlen, unseren Verantwortlichkeiten nachzukommen, werden wir demzufolge oftmals von anklagenden und verurteilenden Gedanken belästigt, die uns jeden unserer Fehler oder Missgriffe vorwerfen – ganz egal, ob es sich dabei um die Realität oder um pure Einbildung handelt. Schließlich könnte sich bei uns eine Gefühllosigkeit einstellen. Es ist so, als würden wir die Realität außer vor lassen und innerlich abschalten. Wir empfinden so viel, dass wir im Grunde überhaupt nichts empfinden.

Kannst du dich darin wiederentdecken, bzw. entspricht dies deiner persönlichen Erfahrung? Die Depression ist wie ein Schleier der Dunkelheit, der uns – wohin wir auch gehen – ständig bedeckt. »Wenn Leute im Dunkeln sind, so fürchten sie sich vor allem und jedem ...!«³⁵ Wenn wir den Eindruck haben, als befände sich unsere Seele ständig im Dunkeln, zittern und beben wir vor dem, was hinter der nächsten Ecke lauert.

Natürlich nicht immer. Die Depression kennt Zeiten, in denen die Symptome nachlassen. Wir werden nicht unentwegt und jeden Augenblick belästigt. Manchmal stellt sich Ruhe ein. Die Kellertüren öffnen sich, und wir treten recht glücklich in den Sonnenschein, fröhlich und unbeschwert. Doch die »schwarze Krähe«³⁶ hat es auf uns abgesehen und wartet darauf, sich auf uns stürzen zu können. Und manchmal tut sie es auch.

34 Charles Spurgeon, *The Greatest Fight in the World* (Ages Digital Library, 1998), S. 3. A. d. H.: Hier zitiert nach: Charles Spurgeon, *Es steht geschrieben*, Bielefeld: CLV, überarbeitete Auflage 2015, S. 15.

35 Charles Spurgeon, »How to Meet the Doctrine of Election«, *MTP*, Bd. 30 (Ages Digital Library, 1998), S. 609.
A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/how-to-meet-the-doctrine-of-election/#flipbook/> (abgerufen am 8. 8. 2024). Hier zitiert nach: https://glaubensstimme.de/doku.php?id=autoren:s:spurgeon:w:spurgeon-wie_wir_die_lehre_von_der_erwaehlung_aufnehmen_sollen (abgerufen am 8. 8. 2024).

36 Jane Kenyon, »Having it Out with Melancholy« (A. d. H.: svw. »Das Problem mit der Schwermut angehen«), S. 233. A. d. H.: Auf diese US-amerikanische Lyrikerin und Übersetzerin (1947 – 1995) wird insbesondere in Kapitel 6 des Buches eingegangen.

Solche biologisch bedingten Geburtsmale können, laut Charles, sogar bestimmte Arten von »körperlichen Erkrankungen« hervorrufen. Eine vom Trübsinn geprägte »Vorstellungskraft« könne zwar das, was uns plagt, steigern und verstärken, aber das »niedergedrückte Gemüt« sei dennoch auf eine »echte Krankheit« zurückzuführen, und diese »bildet man sich nicht nur ein«³⁷. Diese organisch bedingten Fälle, so gibt Charles deutlich zu verstehen, gehören vielmehr in »das Aufgabengebiet eines Arztes« als das eines Pastors oder Theologen.³⁸ Pastoren und leitende Brüder sind, wenn sie ihren Seelsorge- und Hirtendienst ausüben, in solchen Fällen auf medizinisches Fachpersonal angewiesen.³⁹

Gefühlsschwankungen unterliegen körperlichen Prozessen

Indem er einige Formen der Depression als Krankheit bezeichnet,⁴⁰ lehnte sich Charles an ein Buch an, das sich in seiner Bibliothek befand. Es wurde von Timothy Rogers verfasst und trägt den Titel *Trouble of Mind, and the Disease of Melancholy*⁴¹. Rogers definierte Schwermut auf eine Weise, die für die damalige Zeit typisch war, indem er beschrieb, inwiefern sie uns verändert und uns gegenüber der Freude verhärtet.⁴² Die Depression beraubt den Betroffenen der Freude.

37 Jeweils zitiert nach: Charles Spurgeon, »The Cause and Cure of a Wounded Spirit«, *MTP*, Bd. 42 (Ages Digital Library, 1998), S. 786.

A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/the-cause-and-cure-of-a-wounded-spirit/> (abgerufen am 8. 8. 2024).

38 Charles Spurgeon, »The Cause and Cure of a Wounded Spirit«, a. a. O., S. 786. A. d. H.: Vgl. Internet-Adresse in der vorangegangenen Fußnote.

39 A. d. H.: Dies deutet nicht auf die Unzulänglichkeit der Seelsorge, sondern darauf hin, dass bestimmte psychische Probleme ähnlich wie im körperlichen Bereich ärztlicherseits behandelt werden müssen.

40 Charles Spurgeon, »Bells for the Horses«, in: *Sword and Trowel*.
http://www.romans45.org/spurgeon/s_and_t/bells.htm (abgerufen am 8. 8. 2024).

41 A. d. Ü.: Svw. *Seelische Beschwerden und die Krankheit der Melancholie* (A. d. H.: oder *der Schwermut bzw. des Trübsinns*).

42 Timothy Rogers (1658 – 1728), »*Trouble of Mind, and the Disease of Melancholy*«, zitiert in: Charles Spurgeon, *The Treasury of David*, Psalm 107, Explanatory Notes and Quaint Sayings. <http://www.romans45.org/spurgeon/treasury/ps107.htm> (abgerufen am 8. 8. 2024). A. d. H.: Da ein Hinweis auf das entsprechende Werk von Timothy Rogers an dieser Stelle in der deutschen Ausgabe (*Die Schatzkammer Davids*) fehlt, erscheint hier nur die im Original angegebene Quelle. Ferner ist zu beachten, dass das Werk von Rogers an dieser Stelle in Spurgeons Psalmenauslegung

Dieser Freudenräuber raubt uns zudem gern das Bewusstsein der Gegenwart Gottes. »Es gibt einige von Gott geliebte treue Seelen«, beobachtet Charles, »die dennoch einen sonnigen Tag nicht oft genießen. Sie befinden sich in einer äußerst düsteren Verfassung hinsichtlich ihrer Hoffnung und ihrer Freude, und einige von ihnen haben vielleicht monatelang das Licht des Angesichts Gottes eingeblüht.«⁴³

Was ich nun im Begriff bin niederzuschreiben, erfordert unser Augenmerk. Die Depression kann unsere Freude und unser Bewusstsein der Gegenwart Gottes derart zugrunde richten, dass uns keine seiner Verheißungen augenblicklich zu trösten vermag – ungeachtet dessen, wie wahr sie sind und mit welch freundlichen Worten sie über die Lippen gebracht werden. Schlimmstenfalls »schaut alles auf der Welt düster aus«. Selbst die Erbarmungen Gottes versetzen uns in Angst »und erheben sich wie widerliche ... Vorzeichen des Bösen« vor unserem geistigen Auge.⁴⁴

Wir wollen an dieser Stelle einen Augenblick innehalten, um drei wichtige Hilfen herauszustellen.

1. *Als Betroffener oder Betreuer müssen wir dasjenige in Betracht ziehen, was hinsichtlich der Depression auf den Körper zurückzuführen ist.* In diesem Zusammenhang erinnert uns Charles an die grundlegende christliche Theologie: »Der Mensch ist gleichsam ein ›Doppelwesen‹. Er besteht aus Leib und Seele, und jeder dieser beiden menschlichen Bereiche kann Verwundung und Verletzung erfahren.«⁴⁵

nur als allgemeine Quelle angegeben wird, ohne dass ein wörtliches Zitat daraus folgt. Außerdem sind die Lebensdaten von Rogers entsprechend den Angaben in den meisten Internet-Quellen angeglichen worden.

43 Charles Spurgeon, »Means for Restoring the Banished«, S. 645.

A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/means-for-restoring-the-banished/#flipbook/> (abgerufen am 8. 8. 2024).

44 Jeweils zitiert nach: Charles Spurgeon, »The Garden of the Soul«, *MTP*, Bd. 12 (Ages Digital Library, 1998), S. 370.

A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/the-garden-of-the-soul/#flipbook/> (abgerufen am 8. 8. 2024).

45 Charles Spurgeon, »Healing for the Wounded«, *NPS*, Predigt 53, in: *The Spurgeon Archive*.

<https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/healing-for-the-wounded/> (abgerufen am 8. 8. 2024). A. d. H.: Anführungszeichen ergänzt.

2. *Die Depression als solche ist keine Sünde.* Obwohl sich Sünden zwar aus ihr ergeben können und wenngleich es ihretwegen zu verstärkten Versuchungen kommen kann, ist die Depression an sich keine Sünde. »Wir mögen im Geist niedergedrückt sein; wir mögen nervös, ängstlich, furchtsam sein; wir mögen fast an die Grenzen unserer Verzweiflung stoßen« und doch hat das noch »nicht mit Sünde zu tun«⁴⁶. Manchmal ist für das, was sich als Abwesenheit Gottes in unserem Leben darstellt und uns somit bedrohlich erscheint, nicht unser hartes Herz verantwortlich, sondern es wird uns vielmehr in physiologischer Hinsicht ein Streich gespielt.
3. *Die Depression ist kein Phänomen, das nur uns betrifft.* Nachdem er historische Beispiele wie Martin Luther, Isaac Newton sowie William Cowper und dann biblische Beispiele wie Hiob, König David oder Elia anfügt, bringt Charles unweigerlich Folgendes zum Ausdruck: »Du bist nicht das erste Kind Gottes, das Depressionen ausgesetzt ist bzw. von ihnen geplagt wird.« Selbst »unter den Edelsten aller Männer und Frauen, die jemals gelebt haben, hat sich dieses Leid ausgiebig bemerkbar gemacht ... Denke deshalb nicht, dass du mit deiner Betrübnis ganz allein dastehst.« Selbst wenn du »im Dunkeln ins Bett gehen« magst, wirst du »im ewigen Tageslicht erwachen«⁴⁷.

*Die Gnade schafft zwar Erleichterung in der Depression,
doch sie heilt nicht immer*

Aber soll die Jesusnachfolge denn nicht all dies verändern? Soll Jesus unsere Krankheiten etwa nicht heilen? Viele unter uns meinen, dass wir, wenn wir Jesus gegenüber treuer sein würden, nicht auf diese

46 Jeweils zitiert nach: Charles Spurgeon, »Our Youth Renewed«, *MTP*, Bd. 60 (Ages Digital Library, 1998), S. 462.

A. d. H.: <https://www.spurgeongems.org/sermon/chs3417.pdf> (abgerufen am 12. 8. 2024).

47 Jeweils zitiert nach: Charles Spurgeon, »The Cause and Cure of a Wounded Spirit«, *MTP*, Bd. 42 (Ages Digital Library, 1998), S. 791-792.

A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/the-cause-and-cure-of-a-wounded-spirit/> (abgerufen am 8. 8. 2024).

Weise leiden müssten. Andere wollen uns sogar ernsthaft einreden, dass unser Heil in Jesus bedroht und in Zweifel zu ziehen sei.

Doch hier trifft zu, was für einen unter Asthma leidenden Mann oder für eine Frau gilt, die von klein auf außerstande war zu sprechen: Obwohl sie Jesus lieben, werden sie wahrscheinlich zeitlebens keine wesentliche Veränderung ihres körperlichen Zustands erfahren. Gleichermäßen bleiben auch die seelischen Störungen und Neigungen zur Schwermut bzw. zum Trübsinn bei uns oft unverändert. Die Bekehrung zu Jesus ist noch nicht der Himmel, sondern der Vorgeschmack dessen. Diesseits des Himmels hat uns die Gnade zwar endlich erteilt, aber noch nicht gänzlich geheilt. »Da gibt es Falten der Schwachheit im Geschöpf, die noch nicht einmal von der Gnade ausgetilgt werden.«⁴⁸ Obwohl es zu einer wesentlichen Heilung kommen kann, erinnert uns Charles daran, dass ihr vollständiges Werk erst im Himmel abgeschlossen ist:

»Wir behaupten nicht, dass das Glaubensleben mit Christus einen Menschen in jeder Beziehung verändert. Ihm werden beim Beginn dieses neuen Lebens nicht alle natürlichen Neigungen genommen werden. Es wird dem Verzagten zwar etwas geben, was die ihn betreffende Niedergeschlagenheit mildert, doch solange diese von einem schlechten körperlichen Zustand oder einer Gemütskrankheit hervorgerufen wird, behaupten wir nicht, dass das Glaubensleben mit Christus diese völlig beseitigt. Nein, wir sind vielmehr täglich Zeuge dessen, dass es unter den besten Dienern Gottes jene gibt, die stets zweifeln, die jede göttliche Fügung von der düsteren Seite her betrachten, die eher das Bedrohliche als die Verheißung sehen und die bereit sind, bittere Dinge gegen sich zu Papier zu bringen ...«⁴⁹

48 Charles Spurgeon, »Faintness and Refreshing«, in: *The Metropolitan Tabernacle Pulpit*, Bd. 54 (Ages Digital Library, 1998), S. 590.

A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/faintness-and-refreshing/#flipbook/> (abgerufen am 12. 8. 2024).

49 Charles Spurgeon, »Weak Hands and Feeble Knees«, *NPSP*, Predigt 243, in: *The Spurgeon Archive*. <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/weak-hands-and-feeble-knees/#flipbook/> (abgerufen am 12. 8. 2024).

Deshalb können wir, die wir in Christus sind und unter Depressionen leiden, selbst im Glauben schrecklich schwach werden, wengleich dann nicht unsere Gemeinschaft mit Gott zunichtegemacht wird. Im Gegensatz zu jenen, die uns sagen, dass wir nicht genug Glauben haben oder dass wir aufgrund unserer Unfähigkeit, mehr zu lächeln, verdammt sind, »[ist] die Schwermut des Geistes ... kein Hinweis auf nachlassende Gnade«⁵⁰. Letztendlich werden wir von Christus gerettet. Das ist entscheidend, nicht das Ausbleiben der Depression. Demzufolge verkünden wir diese Wahrheit. Wenn es uns vorkommt, als sei Gott abwesend, bedeutet dies nicht, dass dies auch zutrifft. Obwohl unser körperlich verursachter Trübsinn es uns verwehrt, Gottes mitfühlende Zuwendung wahrzunehmen, hält Gott uns dennoch fest. Was wir in Bezug auf Gott empfinden, rettet uns nicht. *Er* ist vielmehr derjenige, der uns rettet.

Unsere Hoffnung liegt deshalb nicht in unserer Fähigkeit, ein gutes Gemüt zu bewahren, sondern in Gottes Vermögen, uns durchzutragen. Jesus wird uns mit unserem bekümmerten Herzen niemals im Stich lassen. Lass dir Mut zusprechen durch die Worte, die Charles zum Ausdruck bringt:

»Womöglich ist dir nicht wohl zumute, oder du hast eine Krankheit, die dein Nervensystem sehr in Mitleidenschaft gezogen hat, und du bist niedergedrückt. Daher glaubst du, dass die Gnade im Begriff steht, dich zu verlassen, doch das ist nicht der Fall. Dein geistliches Leben ist nicht von natürlichen Gegebenheiten abhängig, sonst könnte es möglicherweise rasch zu Ende sein. Es ist vielmehr von der Gnade abhängig, und die Gnade wird niemals aufhören zu leuchten, bis sie dich mit ihrem Licht in die Ewigkeit geleitet.«⁵¹

50 Charles Spurgeon, »Sweet Stimulants for the Fainting Soul«, in: *The Metropolitan Tabernacle Faith*, Bd. 48 (Ages Digital Library, 1998), S. 575.

A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/sweet-stimulants-for-the-fainting-soul/#flipbook/> (abgerufen am 12. 8. 2024).

51 Charles Spurgeon, »Smoking Flax«, *MTP*, Bd. 31 (Ages Digital Library, 1998), S. 224.

A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/smoking-flax/#flipbook/> (abgerufen am 12. 8. 2024).

Wir wissen: Obwohl sich jede Wolke mit dem Zusammenbrauen eines Sturms verdunkelt, wird die Sonne erneut scheinen. Diejenigen von uns, die schon einmal in einem Flugzeug geflogen sind, können diese Wahrheit bekräftigen.

Außerdem wissen wir, dass unser Angehöriger an unserer Seite ist. Obwohl wir uns als von der Krankheit Gezeichnete im Schlaf rastlos hin und her wälzen, hält er liebevoll unsere Hand und wischt uns mitten in der Nacht den Schweiß von der Stirn, wenngleich wir es nicht merken. Genauso verhält es sich mit Gott. Während unser Körper manchmal in unserem Gemüt ein Chaos anrichtet und unseren Glauben infrage stellt, hält Gott uns sicher in seinen Armen, wenngleich wir es nicht merken und unser Anfall noch anhält.

Denke daran, dass die Depression eher auf einen »unglücklichen Zustand« als auf »Schuld« hinausläuft, wie Charles uns im Eingangszitat dieses Kapitels vor Augen hielt. Sie ist gleichbedeutend mit einem Ringen, über dem wir nicht den Stab brechen dürfen.

Was bedeutet dies? Im Gegensatz zu jenen, die dir sagen, dass du stärker sein und Gott um Kraft anflehen musst, widerspricht Charles diesem Ansinnen und sagt uns das Gegenteil: »Gestatte es deiner Schwäche, Gott durch Jesus Christus anzuflehen.«⁵² Sein Erbarmen ist groß genug, tief genug, weit genug und hoch genug, um das sicher festzuhalten, was du nicht festhalten kannst. Die Gnade hat volle Genüge, um jeder deiner Nöte zu begegnen (Hebr 4,16). Deine Hoffnung besteht nicht in deiner Gesundheit, sondern darin, dass der starke Gott dir die Kraft zueignen kann, die du brauchst.

Gott nimmt uns in unseren Depressionen ernst

Indem ich dieses Kapitel beende, ist mir bewusst, dass ich dazu übergegangen bin, ausdrücklich über Gott zu reden. Für einige von uns

52 Charles Spurgeon, »A Frail Leaf«, *MTP*, Bd. 57 (Ages Digital Library, 1998), S. 595. A. d. H.: <https://www.spurgeongems.org/sermon/chs3269.pdf> (abgerufen am 12. 8. 2024). Die Predigt-Überschrift ist hier und im Folgenden entsprechend der Angabe in der vorstehend genannten Internet-Quelle angeglichen worden.

ist dies sehr schwer zu ertragen. Jedes Mal, wenn Gott bisher ins Spiel gebracht worden ist, erwies sich dies alles andere als angenehm. Unser Elend ist nämlich zu reell, als dass es von denjenigen, die in glaubensmäßiger Hinsicht kleinlich denken und sich nur banaler Phrasen bedienen, angemessen behandelt werden könnte. Du hast recht damit, und ich hoffe, dass sich für dich fortan jedes Kapitel in Bezug auf dich selbst und auf Gott als hilfreich erweisen wird.

Vorläufig könntest du allerdings daran interessiert sein zu wissen, wie Charles in seiner Depression Gott sah: Er sah ihn als denjenigen, der ihm selbst und uns allen, die wir auf diese Weise leiden, sein Mitgefühl entgegenbringt. Er traf eine Unterscheidung zwischen jenen, die ihn verspotteten, und Gott selbst. Diesbezüglich sagte er Folgendes:

»Einige von euch sind möglicherweise in großen seelischen Nöten – in Nöten, aus denen euch kein Mitmensch befreien kann. Ihr seid arme nervöse Menschen, deren Verhalten man oft ins Lächerliche zieht. Ich kann euch versichern, dass Gott in dieser Hinsicht ganz anders ist. Er nimmt euch ernst und weiß vollkommen über eure traurigen Beschwerden Bescheid. Deshalb bitte ich euch inständig, euch an ihn zu wenden, denn die Erfahrung hat viele von uns gelehrt, dass ›der Herr gnädig und barmherzig ist‹⁵³.«⁵⁴

53 A. d. H.: Vgl. Psalm 111,4; 112,4; 145,8.

54 Charles Spurgeon, »Remembering God's Works«, *MTP*, Bd. 49 (Ages Digital Library, 1998), S. 591. A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/remembering-gods-works/#flipbook/> (abgerufen am 12. 8. 2024).

4 Geistliche Depression

»Geistliche Betrübniß ist das schlimmste seelische Elend überhaupt.«⁵⁵

In seinem Gedicht »The Castaway«⁵⁶ schrieb William Cowper über einen schiffbrüchigen Mann, der im Meer ums Leben kam. Zum Ende des Gedichts sagt er uns, warum er über den Mann nachsinnt, der in den Wellen versank.

»Drum rate oder träum' ich nicht, und nie
Besing ich sein Geschick.
Das hielt nur die Melancholie
Noch länger fest im Blick.
Doch Elend sieht – sogar erfreut –
Ihr Bildnis in des and'ren Leid.«⁵⁷

Cowper teilt uns zunächst mit, dass die Elenden Trost finden, weil sie in den Leidengeschichten anderer Menschen Gemeinsamkeiten mit ihren eigenen Erfahrungen entdecken. Dann gebraucht er das Beispiel des Ertrinkens des Mannes auf See als Metapher, um seine eigene Depression zu beschreiben.

»Gott dämpfte nicht des Sturms Gewalt,
Kein Licht gab Hoffnungsschein,
Als rettungslos und ohne Halt

55 Charles Spurgeon, »Lama Sabachthani?«, *MTP*, Bd. 36 (Ages Digital Library, 1998), S. 168. A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/lama-sabachthani/#flipbook/> (abgerufen am 12. 8. 2024).

56 A. d. Ü.: Svw. »Der Schiffbrüchige«.

57 A. d. H.: Nachdichtung: Hermann Grabe (Meinerzhagen), hier zitiert nach: John Piper, *Standhaft im Leiden. John Bunyan, William Cowper, David Brainerd*, Bielefeld: CLV, 1. Auflage 2006, S. 139.

Ein jeder starb allein.
Doch wilder war für mich das Meer,
Sank tiefer, tiefer noch als er.«⁵⁸

Cowper beschreibt sich selbst als einen, der von Gott im Stich gelassen worden ist. Keiner kommt ihm zur Hilfe. Nichts als überwältigende Tiefen. Doch derselbe Mann, der dieses Gedicht schrieb, verfasste auch geistliche Glaubenslieder, die christlichen Gemeinden bis heute ein Segen sind.

»Verzagte Heilige, nur Mut!
Die Wolke, die euch droht,
Ergießt bald Segen, euch zugut,
Und Trost herab von Gott.

Trau Gottes Gnad! Dein schwaches Herz
Mach doch zum Richter nicht!
Sieh hinter düsterem Gewölk
Sein freundlich Angesicht!«⁵⁹

Glaubensmäßige Schwermut

Zu Lebzeiten von Charles identifizierte das zeitgenössische *Manual of Psychological Medicine*⁶⁰ etwas, was es als »religiöse Melancholie« bezeichnete. Diese Form der Depression, die den Betroffenen unentwegt mit bewussten und unaufhaltsamen Ängsten vor dem göttlichen Missfallen plagten, wurde meistens als Geisteskrankheit an-

58 William Cowper, »The Castaway«, <http://www.poets.org/poetsorg/poem/castaway> (abgerufen am 12. 8. 2024). A. d. H.: Nachdichtung: Hermann Grabe (Meinerzhagen), hier zitiert nach: John Piper, a. a. O., S. 139. Eine andere Fassung unter dem Titel »Von Bord gespült« findet sich in folgender Quelle: *William Cowper's Ausgewählte Dichtungen*, übersetzt von Wilhelm Borel, Leipzig: Justus Naumann's Buchhandlung, 1870, S. 216ff.

59 William Cowper, »God Moves in a Mysterious Way«, *Olney Hymns*. <https://www.ccel.org/ccel/newton/olneyhymns.toc.html> (abgerufen am 12. 8. 2024). A. d. H.: Nachdichtung: Hermann Grabe (Meinerzhagen).

60 A. d. H.: Hier und im Folgenden swv. *Handbuch der Medizin für psychisch bedingte Krankheiten*.

gesehen. Es kam auch vor, dass diejenigen, die unter dieser Art der Depression litten, eine extreme glaubensmäßige Hingabe an den Tag legten, die ihnen selbst und anderen schadete. Cowper erlebte oft das Erstere, indem er den furchtbaren Gedanken ertragen musste, dass der Gott, den er liebte, zwar für andere, aber nicht für ihn Gnade übrig habe.

Das Handbuch legt dar, wie wohlmeinende, aber irrende Prediger zu den geistlichen Qualen der Depression beitragen:

»Es ist wohl kaum notwendig zu sagen, dass die unverzerrte Darlegung des christlichen Glaubens, wenn er ausgewogen gepredigt wird, darauf abzielt, den Wahnsinn eher zu verhindern, als ihn hervorzurufen. Die Ursache, die religiöse Melancholie auslöst, ist manchmal auf heftige Brandmarkungen seitens eines zwar wohlmeinenden, aber unvernünftigen Predigers zurückzuführen.«⁶¹

Manchmal vergessen Prediger und christliche Referenten, dass ihre Zuhörer verschiedenen, durch Umstände verursachten und biologisch bedingten Erkrankungen und Lebensprüfungen ausgesetzt sind. Sie verlieren diejenige Art geistlicher Fürsorge aus den Augen, die eigentlich von einem Hirten erwartet wird, wenn eines seiner Gemeindeglieder an solchen Erkrankungen leidet. Cowper fand diese Hilfe in Gestalt seines Pastors, der ihm in wertvoller und gnadenreicher Weise zur Seite stand: John Newton, der Verfasser von »Amazing Grace«⁶², war Cowpers Pastor und Freund.

Auch heutzutage kann es noch ähnliche Gefühlsregungen geben. Die Glaubenspraxis stellt für jene mit seelischen Störungen sowohl eine Herausforderung als auch eine Hilfe dar. Diese Herausforderung tritt zutage, wenn Prediger davon ausgehen, dass die

61 *A Manual of Psychological Medicine*, S. 179. A. d. H.: Eine digitalisierte Version dieses Handbuchs von 1862 findet sich auf folgender Website:
<https://books.google.de/books?id=RB2aAAAAIAAJ&printsec=frontcover#v=onepage&q&f=false>
(abgerufen am 12. 8. 2024).

62 A. d. Ü.: »Erstaunliche Gnade«. A. d. H.: Von diesem bekannten Glaubenslied gibt es etwa zehn Übertragungen ins Deutsche. Eine der bekanntesten Fassungen ist »O Gottes Gnade, wunderbar« (Nachdichter: Anton Schulte).

Depression immer und ausschließlich eine Sünde umfasst. Sie gießen Öl ins Feuer und wundern sich dann, warum es auflodert. Dabei hätten sie die Aufgabe, jenen zuzusprechen, denen sie zu helfen versuchen. Gleichzeitig bestätigen moderne Studien, dass Menschen mit seelischen Störungen schlichtweg einen viel besseren Krankheitsverlauf haben, wenn sie einer christlichen Glaubensgemeinschaft angehören.⁶³

In diesem Ringen mit Gott und der Depression erkannte Charles, dass die Depression eine geistliche Realität besitzt. Er hatte den Eindruck, dass die Depression – für sich genommen – Faktoren und Herausforderungen aufweist, die auf Lebensumstände, biologische Veranlagung und geistliche Aspekte zurückzuführen sind. Doch er glaubte auch, dass der geistliche Aspekt zu einer eigenen Art der Depression führen konnte. In anderen Worten: Jemand, der an einer biologisch bedingten Depression leidet, muss sich auch gleichzeitig der großen Herausforderung geistlicher Realitäten stellen. Doch eine Person könnte unter Umständen sogar an einer geistlichen Depression leiden, obwohl diese weder mit Lebensumständen noch mit einer biologischen Veranlagung zu tun hat.

John Bunyans berühmtes Werk, *Pilgerreise zur seligen Ewigkeit*, lieferte Charles die Begrifflichkeiten bei dem Versuch, den Betroffenen zu helfen (sowie das zu beschreiben, was auch ihm selbst bisweilen zur Anfechtung wurde). In der Darstellung von Bunyan fällt die Hauptgestalt *Christ* in den *Sumpf der Verzagtheit*, wird später vom *Riesen Verzweiflung* gefangen genommen und in der *Zweifelsburg* gnadenlos verprügelt. Niedergeschlagenheit, Resignation und Zweifel verbünden sich miteinander, um in unserem Leben geistliches Elend hervorzurufen.

63 Lauren Cahoon, »Will God Get You Out of Your Depression?«, ABC News, 19. März 2008. <http://abcnews.go.com/Health/MindMoodNews/story?id=4454786> (abgerufen am 12. 8. 2024).

Die Symptome geistlicher Depression

Was ist diese geistliche Schwermut? Im Wesentlichen geht es bei der geistlichen Depression darum, dass Gott sich entweder kurzzeitig wirklich oder nur in der eigenen Einbildung von dem Betreffenden abwendet. Wir haben das Empfinden, dass er zornig auf uns sei oder dass wir etwas getan hätten, womit wir seine Liebe verwirkt haben. Oder wir meinen, dass er mit uns ein Spiel treibe und uns so behandle, wie es ihm gerade beliebt. So oder so – er ist unserer Ansicht nach für andere, aber nicht für uns da. Er straft uns – so meinen wir – mit Schweigen. Er macht sich über unseren Schmerz lustig, wenn er mit anderen hinter unserem Rücken über uns redet.

Das Ironische hinsichtlich dieser Gottverlassenheit besteht darin, dass das Bewusstsein Gott sei weit entfernt, uns so übermächtig nahe kommt. Wir starren der Leere geradezu ins Gesicht. Laut Charles »könnte ein Mensch« – ob Mann oder Frau – »von äußerster Schwermut des Geistes geplagt sein«, obwohl er weiß, dass Gott bei ihm ist. »Doch wenn wir glauben, dass Gott uns in unserem Elend und unseren Nöten im Stich gelassen hat, dann breitet sich in der Brust eine solche Qual aus, die ich nur mit einem Vorgeschmack der Hölle vergleichen kann«, sagt Charles. Menschen können es zwar »ertragen, wenn ihnen Wunden geschlagen werden und das Blut fließt und wenn sogar ihr Geist in Mitleidenschaft gezogen wird, doch der Zustand, in dem eine Seele sich der Gottverlassenheit bewusst ist, ist auf unfassbare Weise unerträglich«⁶⁴.

Dem Gefühl der Gottverlassenheit entspringen verschiedene furchtbare Symptome. Erstens kann es dazu kommen, dass wir jede Schwäche, Unzulänglichkeit, Sünde und Unvollkommenheit hinsichtlich unserer menschlichen Existenz übertreiben. Auf schreckliche Weise zweifeln wir daran, dass »wir überhaupt gläubig sind«.

64 Jeweils zitiert nach: Charles Spurgeon, »Lama Sabachthani?«, *MTP*, Bd. 36 (Ages Digital Library, 1998), S. 168.

A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/lama-sabachthani/#flipbook/>
(abgerufen am 12. 8. 2024).

Wir werden »von der Angst geplagt«, dass wir Scheinchristen sind, die nur falsche Tatsachen vorspiegeln.⁶⁵

Wir können ungeheuer stark auf unsere Situation fixiert und »von brennenden Fragen gequält« sein, die wir nicht beantworten können, von »Rätseln«, deren Lösung uns verborgen bleibt, und von problematischen Knoten, die wir nicht entwirren können. Wir werden zu Alles-oder-nichts-Menschen. Da wir nicht *alles* wissen, glauben wir, *nichts* wissen zu können. Wir weisen Zuspruch zurück.

Wir könnten dann dazu übergehen, die Bibel selbst von der jeweils anderen Extremposition aus zu betrachten. Entweder wird sie zu einem Buch, in dem fortwährend die Peitsche geschwungen wird und das uns voller Häme mit jedem seiner Worte das Gefühl des bevorstehenden Untergangs einpeitscht. Umgekehrt wird sie zu einem Wort, das aus unserer Sicht einem ausgedörrten Land gleicht, an dem wir kein Interesse mehr haben und dessen Relevanz uns verborgen bleibt. Wenn die Bibel auf diese zynische Weise die Peitsche schwingt und uns verurteilt, winden wir uns und jammern, weil Gott, der uns erlösen soll, unserer Meinung nach weit entfernt ist. Wenn die Schrift einem ausgedörrten Land gleicht, führt dies zu geistlicher Empfindungslosigkeit und Gleichgültigkeit. Ein schrecklicher Stumpfsinn macht sich bemerkbar. »[Wir] wollen zwar etwas empfinden, sind aber dazu außerstande.«⁶⁶

Aufgrund »geistlicher Schlaflosigkeit« können wir uns dann hin und her wälzen. In unserer Unstetigkeit mühen wir uns, quälen uns ab, sind voller Unruhe und machen uns Sorgen. Wir verstärken unsere Bemühungen, doch immer ist es unzureichend. Es ist uns schmerzlich bewusst, dass wir auf der Stelle treten und dass Gott weiterhin und unentwegt kein Gefallen an uns findet. Wir entsprechen nicht den Erwartungen und fristen unsere Tage damit, darüber besorgt zu sein, dass Gott kopfschüttelnd von dannen geht – es sei

65 Jeweils zitiert nach: Charles Spurgeon, »A Call to the Depressed«, *MTP*, Bd. 60 (Ages Digital Library, 1998), S. 536.

A. d. H.: <https://www.spurgeongems.org/sermon/chs3422.pdf> (abgerufen am 12. 8. 2024).

66 Ebenda.

denn, dass wir das Ganze in der rechten Weise erledigen, sodass es am Ende reicht.⁶⁷

Schließlich sind wir völlig zermürbt oder mit unserer Geduld am Ende. »Die Freude am Dienst verpufft, die Verdrießlichkeit, die sich zwanghaft in Details hineinsteigert, verdirbt alles, und der Mitarbeiter wird zu nichts weiter als einem Arbeitstier und einer Küchenhilfe.«⁶⁸ Diese Einbildung, dass Gott sich von uns abgewandt hat, kann in uns Geistesqualen hervorrufen.

Hast du dies schon einmal erlebt?

Doch das Schrecklichste dieser geistlichen Symptome bezeichnet Charles als »Geist der Betrübniß«. Im Gegensatz zu dem, was wir gerade beschrieben haben, ist diese Gottesferne real und nicht nur Einbildung. Wir haben den wahren Schrecken unserer Sünde vor Augen; wir spüren, dass wir dem Gericht Gottes mit Recht entgegengehen, sind hoffnungslos und fühlen uns jeglicher Vergebung unwürdig. Jedenfalls sehen wir keine Lösung und haben jegliche Hoffnung auf Wiederherstellung verloren.

Aus eigener Erfahrung gibt Charles uns hier eine dringende Handlungsanweisung weiter: Wenn wir »eine halbe Stunde« an dieser Art der echten Überführung von wirklicher Sünde erlitten hätten, würden wir jenen, die auf diese Weise leiden, mehr Mitgefühl entgegenbringen. Deshalb sollten wir entsprechend handeln. »Vom Marterstamm seiner eigenen Sünden aufgespießt, von seinem eigenen Gewissen an den Pranger gestellt, von seinem eigenen Urteilsvermögen wie mit stachelbewehrten Pfeilen beschossen zu werden – das bedeutet Qual und Pein.« »Abgesehen von Höllenqualen« offenbart die Bitterkeit wahrer Buße und Verzweiflung die schlimmste unserer Betrübniße – noch schlimmer als der Tod selbst.⁶⁹

67 Charles Spurgeon, »Faint; But Not Faint-Hearted«, *MTP*, Bd. 40 (Ages Digital Library, 1998), S. 20. A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/faint-but-not-faint-hearted/#flipbook/> (abgerufen am 12. 8. 2024).

68 Charles Spurgeon, »Martha and Mary«, *MTP*, Bd. 16 (Ages Digital Library, 1998), S. 297. A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/martha-and-mary/#flipbook/> (abgerufen am 12. 8. 2024).

69 Jeweils zitiert nach: Charles Spurgeon, »The Garment of Praise«, *MTP*, Bd. 59 (Ages Digital Library, 1998), S. 226. A. d. H.: <https://www.spurgeongems.org/sermon/chs3349.pdf> (abgerufen am 12. 8. 2024).

Bei all diesen Symptomen verkennen wir unsere Hoffnung. Wir glauben, dass uns nicht vergeben werden kann oder dass Wiederherstellung unmöglich ist, als ob Gott die Welt nicht geliebt und seinen eingeborenen Sohn nicht gegeben hätte.

Was das Ganze noch schlimmer macht, ist Folgendes: Andere denken häufig, wir hätten bereits »das Schlimmste überstanden«, wobei sie »allzu oft jemanden, der trübsinnig ist, verurteilen oder sich über ihn lustig machen«⁷⁰. Wir fühlen uns also nicht nur von Gott im Stich gelassen, sondern wir sehen uns auch von jenen bloßgestellt und im Stich gelassen, die über Gott reden. Wir leiden deshalb in doppelter Hinsicht unter einem Gefühl der Verlassenheit und haben keine Hoffnung auf Heilung. Kein Retter von der Sünde, kein Mitleid für die Betrübtten – unser Denken wird zur Qual.

Die geistliche Verwundbarkeit der Schwermut

Zu diesem Zeitpunkt wollen wir uns vor Augen halten, dass das Leiden an einer Form der Depression, die Hinzufügung anderer Formen noch unerträglicher macht. Wenn beispielsweise jemand uns nicht mag, spielt diese Zurückweisung »in Zeiten der Depression« eine größere Rolle. Was uns normalerweise nur einen Tag lang wehgetan hätte, verwandelt sich nun in das Verlangen, Menschen meiden zu wollen.⁷¹

Gleichermaßen gilt: Wenn ein Mensch bereits an einer biologisch bedingten oder einer auf Lebensumstände zurückzuführenden Depression leidet, ist er gegenüber geistlicher Betrübnis verletzlicher.⁷² Es ist ohnehin schon schwer genug, den Tag zu überstehen. Da braucht man unserem Trauma, das bereits schwer auf uns lastet, nicht obendrein noch das Missfallen Gottes aufzubürden.

⁷⁰ Jeweils ebenda.

⁷¹ Charles Spurgeon, *Autobiography*, Kapitel 32, S. 400.

⁷² Charles Spurgeon, »Hope in Hopeless Cases«, *MTP*, Bd. 14 (Ages Digital Library, 1998), S. 492.
A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/hope-in-hopeless-cases/#flipbook/>
(abgerufen am 12. 8. 2024).

Charles führt als Beispiel an, wie sein persönliches unentwegtes Ankämpfen gegen Zweifel aufgrund der Depression erschwert wird. Es ist äußerst schwierig, tagedin, tagaus seinen Mann zu stehen und zu sagen: »Nein, ich darf an meinem Gott nicht zweifeln«, wenn man ohnehin schon von »dem unentwegten Stechen, dem ständigen Ritzen und Hacken« angegriffen wird, was den eigenen Glauben betrifft. Das ist nicht so leicht zu ertragen.⁷³

In diesem Zusammenhang fallen mir zwei hilfreiche Gedanken ein.

1. *Denke daran, den Lebenszusammenhang der betreffenden Person in Betracht zu ziehen.* Halte dich mit deinem Urteil zurück. »Wenn du siehst, wie Menschen schwach werden, beschuldige sie deswegen nicht. Möglicherweise haben sie durch ihr letztendliches Schwachsein bewiesen, aus welchem Holz sie geschnitzt sind. Sie haben womöglich alles getan, was Fleisch und Blut tun kann, und sind folglich schwach geworden.«⁷⁴ Wer weiß schon, welche vielfältige Betrübnis sie ertragen mussten.
2. *Denke daran, dass einigen mehr Glauben abverlangt wird, um weniger als du zustande zu bringen.* Einige »müssen gar nicht erst fürchten, in den Sumpf der Verzagtheit zu geraten, da sie einen Sumpf in ihrem eigenen Herzen mit sich herumtragen und aus diesem niemals herauskommen bzw. dieser niemals aus ihnen herauskommt«. Es gibt »viel Bewundernswertes« an der Beharrlichkeit, die diesen lieben Menschen abverlangt wird, und an dem Heiland, der für sie Sorge trägt. Unser Herz braucht Mitgefühl. »Ihr zitternden Mitpilger, wir würden euch gern auf der Harfe vorspielen, damit ihr – wenn möglich – eure Ängste eine Zeit lang vergessen mögt. Und wenn ihr auch nicht völlig über eure Schwerkraft hinwegkommt, so mögt ihr euch zumindest für

73 Charles Spurgeon, »The Roaring Lion«, *MTP*, Bd. 7 (Ages Digital Library, 1998), S. 1040. A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/the-roaring-lion/#flipbook/> (abgerufen am 12. 8. 2024).

74 Charles Spurgeon, »Faint; But Not Faint-Hearted«, a. a. O., S. 19. A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/faint-but-not-faint-hearted/#flipbook/> (abgerufen am 12. 8. 2024).

diese Stunde Adlerflügel zulegen und über den Dunst des Zweifels erhaben sein.«⁷⁵

Wir wollen uns nun einen weiteren wichtigen Faktor anschauen, der zur Depression im Allgemeinen und zur geistlichen Depression im Besonderen beiträgt. Charles war der Überzeugung, dass der Teufel wirklich existiert. Dieses Geschöpf ist derjenige, der die Depression für seine Ziele ausnutzen will. Wie ein Löwe gezielt dem geschwächten Zebra in der Herde nachstellt, findet dieses Geschöpf, das der Böse schlechthin ist, Freude daran, die Lahmen, Kranken oder Geschwächten zu verschlingen.

Mit anderen Worten: »Der große Feind fällt über ängstliche Seelen her.«⁷⁶ Er findet Gefallen daran, Betrübnis auszunutzen und sie zu vermehren. Satan verfährt wie der *Riese Verzweiflung*. Er »peitscht sein armes Opfer mit übermäßiger Boshaftigkeit aus, damit es ihm auf irgendeine Weise gelingt, es völlig zugrunde zu richten, ehe der Befreier kommt«⁷⁷. Anschuldigungen, Verurteilungen und Geflüster, das jede mitfühlende Zuwendung vermissen lässt, lasten schwer auf dem bereits keuchenden Leidenden. Wenn wir nicht vorsichtig sind, ahmen wir diesen grausamen Ankläger nach, während wir uns bemühen, uns selbst oder unseren schwermütigen Freunden zu helfen oder sie und uns selbst wachzurütteln.

Wenn die Depression uns nämlich befällt, reden wir uns – so wie Cowper – ein, dass wir nicht wirklich ein Kind Gottes sind. Wir haben keine Hoffnung, unsere Sünden sind uns auf die Schliche gekommen, und unsere Fragen sind zu zahlreich. Für unsere Zukunft haben wir nichts mehr zu erwarten, unsere Gegenwart kön-

75 Jeweils zitiert nach: Charles Spurgeon, »The Sweet Harp of Consolation«, *MTP*, Bd. 13 (Ages Digital Library, 1998), S. 476.

A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/the-sweet-harp-of-consolation/#flipbook/> (abgerufen am 12. 8. 2024).

76 Charles Spurgeon, »Loving Advice for Anxious Seekers«, *MTP*, Bd. 13 (Ages Digital Library, 1998), S. 107.

A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/loving-advice-for-anxious-seekers/#flipbook/> (abgerufen am 12. 8. 2024).

77 Charles Spurgeon, »Hope in Hopeless Cases«, a. a. O., S. 492.

A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/hope-in-hopeless-cases/#flipbook/> (abgerufen am 12. 8. 2024).

nen wir nur im Stumpfsinn verbringen, und unsere Vergebung ist unmöglich. Der alte Feind unserer Seele lacht hämisch und sagt: »Ja, ja, wie recht du hast. Oh, es ist allerdings noch schlimmer, als du gedacht hast. Alles ist verloren. Man hat dich im Stich gelassen – und das mit Recht. Du hast es verwirkt. Zieh dich zurück. Dir ist nicht mehr zu helfen. Es ist zu spät für dich. Du bist ein Sünder! Ohne dich kommt man viel besser aus. Du hast den Tod verdient.«

*Füttere nicht diese große Verzweiflung der Seele!*⁷⁸

Indem er sich mit der geistlichen Depression befasst, weicht Charles an dieser Stelle merklich von seinem ansonsten einfühlsamen Ansatz als Ansprechperson und Betroffener ab. Viele seelische Schmerzen, die auf Lebensumstände, biologische Veranlagung oder geistliche Faktoren zurückzuführen sind, überdauern unsere Fähigkeit, sie zu kontrollieren oder zu verstehen. Doch wenn wir diesem alten Feind, dem Teufel, ins Auge sehen, dann bleibt uns nur noch eine Sache, die wir tun können und tun müssen: »Kämpfen!«

»Die Seele ist zugrunde gerichtet, durchbohrt, von Messern durchstochen, aufgelöst, auf der Streckbank gemartert, schmerz erfüllt. Sie weiß nicht, wie sie noch existieren kann, wenn sie der Angst zum Opfer fällt. Steh auf, lieber Christ! Du, der du trübselig dreinschaust: Stehe auf und jage deine Ängste fort! Warum willst du denn in deinem Verlies seufzen? Warum sollte der *Riese Verzweiflung* dich wohl mit seiner Keule aus wildem Apfelholz verprügeln? Raffe dich auf! Vertreibe ihn!«⁷⁹

Doch wie? Im Grunde verwenden wir dabei den Satz: »Du magst zwar recht haben, aber immerhin ist ja noch Jesus da!«

78 Charles Spurgeon, »New Uses for Old Trophies«, *MTP*, Bd. 17 (Ages Digital Library, 1998), S. 73. A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/new-uses-for-old-trophies/#flipbook/> (abgerufen am 12. 8. 2024).

79 Charles Spurgeon, »Fear Not«, *NPSP*, Bd. 3 (Ages Digital Library, 1998), S. 651. A. d. H.: <http://www.romans45.org/spurgeon/sermons/0156.htm> (abgerufen am 12. 8. 2024). Die kursive Hervorhebung wurde hier und im Folgenden hinzugefügt.

- Du magst zwar recht haben, dass es schlimmer ist, als ich dachte, aber immerhin ist ja noch Jesus da!
- Du magst zwar recht haben, dass alles verloren ist, aber immerhin ist ja noch Jesus da!
- Du magst zwar recht haben, dass ich im Stich gelassen wurde, aber immerhin ist ja noch Jesus da!
- Du magst zwar recht haben, dass ich es verwirkt habe, aber immerhin ist ja noch Jesus da!
- Du magst zwar recht haben, dass ich mich zurückziehen sollte, aber immerhin ist ja noch Jesus da!
- Du magst zwar recht haben, dass es zu spät für mich ist, aber immerhin ist ja noch Jesus da!
- Du magst zwar recht haben, dass mir nicht mehr zu helfen ist, aber immerhin ist ja noch Jesus da!
- Du magst zwar recht haben, dass ich ein Sünder bin, aber immerhin ist ja noch Jesus da!
- Du magst zwar recht haben, dass man ohne mich besser auskommt, aber immerhin ist ja noch Jesus da!
- Du magst zwar recht haben, dass ich den Tod verdient habe, aber immerhin ist ja noch Jesus da!

Wir berufen uns nicht auf uns selbst, sondern auf die Verheißungen Jesu; nicht auf unsere, sondern auf seine Kraft; nicht auf unsere Schwächen, sondern vielmehr auf seine Gnade. Wir kämpfen, indem wir uns hinter Jesus verbergen, der für uns kämpft. Unsere Hoffnung besteht nicht darin, dass dasjenige ausbleibt, was uns Kummer bereitet oder Not macht oder Zweifel sät oder Trauer hervorruft. Vielmehr besteht sie darin, dass Jesus gegenwärtig ist. »Die Zweifelburg mag zwar eine äußerst starke Festung sein, doch derjenige, der kommt, um mit dem *Riesen Verzweiflung* zu kämpfen, ist noch stärker!«⁸⁰

80 Charles Spurgeon, »Christ Looseth From Infirmities«, *MTP*, Bd. 56 (Ages Digital Library, 1998), S. 282.
A. d. H.: <https://www.spurgeongems.org/sermon/chs3195.pdf> (abgerufen am 12. 8. 2024). In der *Pilgerreise* wird der Riese von *Mutherz* besiegt und getötet.

Indem wir uns auf Jesus berufen, machen wir uns etwas zu eigen, was Charles als »eine Art der Verzweiflung, die zum Segen ausschlagen kann« bezeichnete. Sie umfasst das für uns vollbrachte Werk Gottes.

»– eine Verzweiflung, wenn wir an die Selbsterrettung denken, eine Verzweiflung, wenn wir das Abwaschen der eigenen Sünden betrachten, eine Verzweiflung, wenn es um irgendein eigenes Verdienst geht, durch das wir in den Augen Gottes wohlnehmlich sein können ... Dabei handelt es sich um eine Art der Verzweiflung, die zum Segen ausschlagen kann, doch in Bezug auf jede andere Art der Verzweiflung ... habe ich nichts Gutes zu sagen.«⁸¹

So wie die Gemeinschaft mit seinem Freund und Pastor, John Newton, ein Gnadengeschenk für William Cowper darstellte, so haben auch wir solche Gnadengeschenke nötig. Ganz egal, ob wir den Eindruck haben, dass uns Gott infolge unserer Sünde oder aufgrund von Niedergeschlagenheit verstoßen hat, Spurgeon sagt dazu: »Auf welcher gnadenreiche Weise« ist »unser himmlischer Vater den Leidenden unter den Seinen« nahe – und nicht nur das: Er lässt ihnen auch »aufmunternde Worte durch Menschen [zuteilwerden], die ähnliche Erfahrungen durchlebt haben«⁸².

Spurgeons drei harte Worte

Weil Charles große, durch geistliche Depressionen verursachte Not durchlitten hat, erweist er sich in Bezug auf drei Sachverhalte als starker Verfechter des Anliegens der Betroffenen und als ihre praxiserprobte Ansprechperson.

81 Charles Spurgeon, »A Discourse to the Despairing«, *MTP*, Predigt 2379. <http://www.spurgeongems.org/vols40-42/chs2379.pdf> (abgerufen am 12. 8. 2024).

82 Jeweils zitiert nach: Charles Spurgeon, »Means for Restoring the Banished«, *MTP*, Bd. 16 (Ages Digital Library, 1998), S. 645.
A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/means-for-restoring-the-banished/#flipbook/> (abgerufen am 12. 8. 2024).

Erstens verteidigt Charles Betroffene, indem er Prediger (sich selbst eingeschlossen) in die Schranken weist, die eine schriftwidrige Botschaft weitergeben. Diese sagen den Niedergedrückten, dass Jesus ihnen erst zur Hilfe eilen werde, wenn sie genug gelitten hätten oder so weit vorangeschritten seien, dass sie eines solchen Eingreifens würdig seien. Indem er sich selbst, John Bunyan⁸³ und anderen Predigern gegenüber kritisch ist, sagt Charles klar und deutlich: »Wenn ich, als ich noch jung war, eine derart klare Verkündigung des Evangeliums von Christus gehört hätte, wie ich es euch verkündigt habe, wäre ich meiner Überzeugung nach wohl nicht so lange im Morast stecken geblieben.«⁸⁴ Folglich verweist Charles jene, die in *Zweifelsburgen* und in *Sümpfen der Verzagtheit* leiden, in seinen Predigten regelmäßig auf eine direkte Gnadenbegegnung mit Jesus, dem Lebendigen.⁸⁵

Zweitens verteidigt Charles Betroffene, indem er mit der selbst auferlegten Schwermut der religiös gesinnten Menschen hart ins Gericht geht. Sie sind von einer abwegigen Vorstellung besessen: Sie müssten verhindern, dass es noch irgendwo irgendjemanden geben könnte, der – möge Gott es verhüten – tatsächlich glücklich sei.⁸⁶ Solche Menschen machen es sich zur Aufgabe, die Freude in anderen im Namen Gottes zum Schweigen zu bringen. Diese Art der Glaubenspraxis führt den Schmerz, der aufgrund echter Depression und echter Schwermut erlitten wird, ad absurdum. Außerdem verhindert sie, dass in Not befindliche Betroffene es wahrnehmen, wie das An-

83 In etlichen Predigten korrigiert Spurgeon das, was er für John Bunyans Fehler hielt: Für ihn bestand er darin, dass Bunyan *Christ* abverlangte, durch den *Sumpf der Verzweiflung* bzw. den *Sumpf der Verzagtheit* zu gehen, um die enge Pforte erreichen zu können. Siehe »Prompt Obedience«, *MTP*, Bd. 58 (Ages Digital Library, 1998), S. 414.

A. d. H.: <https://www.thekingdomcollective.com/spurgeon/sermon/3310/> (abgerufen am 12. 8. 2024).

84 Charles Spurgeon, »The Free Agency of Christ«, *MTP*, Bd. 48 (Ages Digital Library, 1998).

A. d. H.: <https://www.spurgeongems.org/sermon/chs2761.pdf> (abgerufen am 12. 8. 2024).

85 Siehe z. B. Charles Spurgeon, »The Believer Sinking in the Mire«, *MTP*, Bd. 11 (Ages Digital Library, 1998), S. 360;

<https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/the-believer-sinking-in-the-mire/#flipbook/> (abgerufen am 12. 8. 2024);

»Prisoners of Hope«, *MTP*, Bd. 49 (Ages Digital Library, 1998), S. 431;

A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/prisoners-of-hope/#flipbook/> (abgerufen am 12. 8. 2024).

»Soul Satisfaction«, *MTP*, Bd. 55 (Ages Digital Library, 1998), S. 192;

A. d. H.: <https://www.spurgeongems.org/sermon/chs3137.pdf> (abgerufen am 12. 8. 2024).

86 J. W. Shenk, *Lincoln's Melancholy*, Boston/New York: Houghton Mifflin Co., 2005, S. 87.

gesicht eines gnädigen Gottes ihnen freundlich zugewandt bleibt. Sie verurteilt nämlich jede Heiterkeit oder Freude als mit der Heiligkeit und Rechtschaffenheit unvereinbar.

Drittens riskiert es Charles – wenngleich *recht selten* –, jenen zu nahe zu treten, die an anderen Arten der Depression leiden. Damit wiederum kann er jene erreichen, die zwar an geistlicher Depression leiden, sich aber weigern, dagegen anzukämpfen. In Anbetracht dessen möchte ich jeden im Voraus warnen, der beabsichtigt, Spurgeons Predigt »A Call to the Depressed«⁸⁷ zu lesen. Man sollte sich zuvor bewusst machen, dass Charles darin diesen konkreten Beweggrund hat und sich darauf konzentriert. Wenn man dies nicht im Auge behält, mögen der Tonfall und die Worte von Charles so manchem ziemlich schroff erscheinen und sich somit als weniger hilfreich erweisen.

Charles vergleicht diese besondere Predigt mit einem schwerwiegenden chirurgischen Eingriff in einer Notlage. Er scheint zudem einzuräumen, dass er sich bei dieser Predigt auf einer Gratwanderung befindet. »Vielleicht denkst du, dass sie dir eher hinderlich als hilfreich ist«, gibt er auf halbem Weg zu, »und sich mehr dazu eignet, dich zu bedrücken, als dich zu befreien.«⁸⁸ Aber dann fährt er mit einer Ausdrucksweise fort, die nicht normal für ihn ist: »Ich bin bereit, alles zu sagen, auch wenn es noch so scharfzünftig ist, solange es hilfreich sein könnte, dich aus deiner Lethargie wachzurütteln.«

Doch im Laufe der Predigt spürt er diese Schärfe, die er in seinen Worten angeschlagen hat, und bereut sie vielleicht auch. Dann fängt er an, sich mehr zurückzuhalten. »Ich denke, dass man es wohl besser angehen kann«, sagt er. Dann, im letzten Viertel der Predigt, schöpft er, wie man es von ihm gewohnt ist, erneut im Evangelium Hoffnung. Er fängt an, von seinem eigenen Leid zu reden – eine gemeinsame Erfahrung derer, die auf Gnade angewiesen sind. Er schließt, indem er seine Zuhörer daran erinnert: »Gebt acht auf

87 A. d. Ü.: Sv. »Ein Aufruf an die Niedergeschlagenen« (A. d. H.: oder: »... an die Niedergedrückten«).

88 Charles Spurgeon, »A Call to the Depressed«, *MTP*, Bd. 60 (Ages Digital Library, 1998), S. 540.
A. d. H.: <https://www.spurgeongems.org/sermon/chs3422.pdf> (abgerufen am 8. 8. 2024).

jene, die sich im gleichen Zustand befinden, in dem ihr euch einst befunden habt, und geht äußerst mitfühlend mit ihnen um. Ihr seid« ja aus eigener Erfahrung »mit ihrem Fall vertraut und« »[habt] diese heulende Wüste [ebenfalls] durchwandert«⁸⁹.

Möglicherweise sehen wir in dieser Predigt, wie Charles als Mensch dabei ist, auf unvollkommene Weise zu versuchen, diejenige Art von Betrübnis zu behandeln, die nicht leicht zu diagnostizieren ist. In seinen ernsthaften und zugleich auch unzureichenden Versuchen, Hilfe zu leisten, entdecken wir uns selbst und stellen fest, wie es uns oft dabei ergeht.

Was nun?

Im Rahmen unserer gemeinsamen Erörterung haben wir bisher Folgendes gelernt: Wenn »wissenschaftliche und geistliche Denkrichtungen« gleichermaßen versucht sind, die Depression anzusprechen, indem sie »an einer Erklärung auf Kosten der anderen«⁹⁰ festhalten, fordert uns Charles dazu auf, dieser Versuchung zu widerstehen.

Der Pastor, der Seelsorger in glaubensmäßigen Dingen oder der Freund – sie alle müssen lernen, die medizinischen, psychologischen und verhaltensbezogenen Realitäten der Depression in Betracht zu ziehen. Umgekehrt darf derjenige, der für den Betreffenden in medizinischer, therapeutischer, psychologischer bzw. verhaltensbezogener Hinsicht Ansprechperson ist, nicht in Abrede stellen, inwiefern geistliche Realitäten zu einer Depression beisteuern, die auf Lebensumstände und biologische Veranlagung zurückzuführen ist.

Diese Kategorien lassen sich als »Umstände«, »Chemie« und »Geist« zusammenfassen. Eine jede davon hilft uns, ein besseres Verständnis in Bezug auf die Depression und deren Varianten zu ent-

⁸⁹ Jeweils ebenda, S. 542.

⁹⁰ Richard Winter, *The Roots of Sorrow: Reflections on Depression and Hope*, Eugene/OR: Wipf & Stock Publishers, 2000, S. 34.

wickeln. Der Poet, der unter Depressionen litt, schenkte uns ein geistliches Lied. Wir können uns sein Gebet zu eigen machen und in unser eigenes Gebet verwandeln:

»Heil uns, Immanuel, denn hier sind wir,
Und schenk uns so göttliche Gaben.
Todwunde Seelen bring heim doch zu Dir,
Das können wir nur bei Dir haben.

Denk an den Vater, der flehentlich bat:
›Ich glaube, Herr, nur hilf mir Armen!‹,
Und der doch zugleich so gezweifelt hat,
Er kannte nicht Gottes Erbarmen.

Auch diese, die Dich in der Menge berührt
Und alles Aufsehn streng gemieden;
Hat deutlich die göttliche Antwort gehört:
›Dein Glaube half, geh hin in Frieden!‹

Mit Hoffen und Furcht, so kommen auch wir,
Um Dich, wenn es geht, zu berühren.
Entlasse doch niemand verzweifelt von Dir,
Lass niemand die Hoffnung verlieren!«⁹¹

91 William Cowper, »Heal Us, Emmanuel«, *Olney Hymns*.
<https://www.ccel.org/ccel/newton/olneyhymns.toc.html> (abgerufen am 12. 8. 2024).
A. d. H.: Deutsche Übertragung: Hermann Grabe (Meinerzhagen).

*Teil 2: Lernen,
wie man jenen helfen kann,
die unter Depressionen leiden*

5 Diagnose, aber noch keine Heilung

»Insbesondere richte nicht die Söhne und Töchter der Betrübnis. Hege keinen unnachsichtigen Verdacht gegenüber den Leidgeplagten, den Armen und den Niedergeschlagenen. Sage nicht voreilig, dass sie tapferer sein und größeren Glauben an den Tag legen sollten. Frage dich nicht: ›Warum sind sie so nervös und auf derart absurde Weise ängstlich?‹ Nein ... ich bitte dich flehentlich, dir vor Augen zu halten, dass du deinen Mitmenschen [im Grunde] nicht verstehst.«⁹²

Einige Dinge verkraften wir nie. Wir überstehen sie zwar und haben sie irgendwann hinter uns, doch wir verkraften sie nicht.

25 Jahre nach dem tödlichen Fehlalarm, bei dem jemand »Feuer!« gerufen hatte und wobei viele ums Leben gekommen waren, war Charles im Begriff, im Rahmen einer Sitzung des Bundes der Baptisten vor großem Publikum zu reden. Er war nun älter, mittleren Alters, ein erfahrener Pastor und gut bekannt. Alle Sitzplätze waren belegt, und Hunderte strömten hinein. Charles begab sich aufs Podium und fühlte sich augenblicklich »ohne jede Mannesstärke ... und vergrub seinen Kopf in seiner Hand«. Warum?

Dieser Umstand erinnerte ihn derart lebhaft an die Schreckensszene in der Surrey Gardens Music Hall, dass er sich beinahe außerstande sah zu predigen. Er ergriff dennoch das Wort und predigte gut, obwohl er sich nicht ganz von der Erregung seines Nervensystems erholte.⁹³

Charles erlebte damals, was wir heutzutage als »Flashback« bzw. »Wiedererleben« bezeichnen. Bei einem derartigen Symptom han-

92 Charles Spurgeon, »Man Unknown to Man«, *MTP*, Bd. 34, Predigt 2079. <http://www.spurgeongems.org/vols34-36/chs2079.pdf> (abgerufen am 12. 8. 2024).

93 Charles Spurgeon, *Autobiography*, Kapitel 50, S. 234.

delt es sich um einen völlig harmlosen Augenblick, der die Erinnerung an einen vorherigen Moment großen Leids hervorruft. Der Erstere ähnelt dem Letzteren und löst in unserem Körper und Geist eine traumatische Reaktion aus. Selbst die Gnade, die Spurgeon dazu befähigte, in der Folgezeit dennoch gut predigen zu können, sorgte nicht dafür, dass er sich »ganz von der Erregung seines Nervensystems erholte«. 25 Jahre waren vergangen, und Charles litt in der Gegenwart immer noch unter dem, was ihn in der Vergangenheit traumatisiert hatte. 25 Jahre ...

Die Diagnose unserer auf Lebensumstände, biologische oder geistliche Faktoren zurückzuführenden Depressionen bietet zwar Hilfe an, doch die Diagnose beendet nicht die Herausforderungen, die für uns damit verbunden sind.

Unnachsichtiger Verdacht wird immer noch gehegt

Wenn der Heilungsprozess langsam verläuft oder ausbleibt, müssen sich jene, die unter Depressionen leiden, täglich gegen die Stimmen derer wehren, die im Grunde mit ihren Worten eine Verurteilung zum Ausdruck bringen: »Solltest du nicht mittlerweile darüber hinweg sein?«

Eine Verurteilung ergibt sich aus dem, was Charles als »unnachsichtigen Verdacht« bezeichnet. Er wird von vielen gegenüber denen gehegt, die unter Depressionen leiden. In den Augen zahlreicher Christen ist die Depression ein Zeichen dafür, dass man geistliche Kämpfe scheut, dass einem der Glauben fehlt oder dass die eigene innere Haltung nicht den Erwartungen gerecht wird. Solche Menschen sagen Gott im Gebet und ihren Freunden ins Gesicht, dass der von der Depression Betroffene dieselbe wahrscheinlich vor-täuscht oder innerlich schwach bzw. ungeistlich ist. Man spricht uns unverhohlen Mut zu, stellt uns bloß, um unsere »Lügen« aufzudecken, oder zitiert Bibelverse, um uns zum Glauben zu bewegen. Man versucht, uns durch die Anwendung von »Logik« darzulegen, aufzuzeigen und zu beweisen, wie unsinnig unsere Ängste sind.

Indem man einen derart zurechtweisenden Ton anschlägt, zeigt man, dass man seinen Mitmenschen – ob Mann oder Frau – nicht versteht. Nur dann, wenn man völlig ratlos oder entnervt ist, ist man teilweise bereit, dies zuzugeben. Ob man dann aus voller Lunge schreit oder unter Tränen flüstert – man gibt dem Betreffenden zu verstehen: »Ich verstehe dich einfach nicht!« »Das ergibt überhaupt keinen Sinn!«

Weil solchen Menschen die Kontrolle entgleitet, werden sie dazu veranlasst, übereilt nach diesen Werkzeugen des Verdachts, des Richtens, der Verurteilung oder der unangebrachten geistlichen Ermahnung zu greifen, um mit der Situation fertigzuwerden. Doch diese Werkzeuge werden den Bedingungen dieser schmerzlichen Angelegenheit einfach nicht gerecht. Stattdessen müssen die Betreffenden lernen, sich eines anderen Werkzeugs zu bedienen. Ansonsten treten sie weiterhin unentwegt gegen den kaputten Herd, indem sie vergeblich hoffen, ihn durch ihre eigene Willenskraft wieder in Gang bringen zu können. Ein derart unangemessenes Verhalten führt zu nichts weiter als zu einem schmerzenden Fuß und dazu, dass dem Freund alles andere als geholfen worden ist.

Was brauchen wir also, damit wir es lernen, unserem Gegenüber echtes Verständnis entgegenzubringen? In dieser Hinsicht kann uns die Geschichte von Charles eine Hilfe sein.

Depression ist eine Art geistiger Arthritis⁹⁴

Als Charles über Depression predigte, gingen viele problembeladene Menschen daran, ihm zu schreiben. Er fühlte sich wie »ein Doktor, dem plötzlich eine neue Arztpraxis übergeben worden ist«⁹⁵. Sowohl

94 A. d. H.: Dieses in der unten zitierten Quelle (vgl. Fußnote 99) gebrauchte Bild ist offensichtlich nicht willkürlich gewählt worden. Internet-Angaben zufolge zählt nämlich die Depression zu den häufigsten Begleiterkrankungen einer rheumatismusähnlichen Arthritis.

95 Charles Spurgeon, »A Stanza of Deliverance«, in: *The Metropolitan Tabernacle Pulpit*, Bd. 38 (Ages Digital Library, 1998), S. 65. A. d. H.: Vgl. hier und im Folgenden: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/a-stanza-of-deliverance/#flipbook/> (abgerufen am 12. 8. 2024).

aus dieser Erfahrung als Seelsorger als auch aus seiner persönlichen Erfahrung mit der Depression heraus teilte er mit, was er dabei gelernt hatte.

Den Worten von Charles zufolge werden abgedroschene Phrasen und Patentlösungen der jeweiligen Situation nicht gerecht. Die meisten Betroffenen können nicht »einfach mit einem Wort der Hoffnung und einer Dosis Medizin abgespeist werden, sondern brauchen eine lange Zeit, um über ihre Betrübnisse zu reden und schließlich Trost zu empfangen.« Ein »müheles vollbrachtes Werk und ein hastig dahergesagtes Wort« reichen nicht aus. Ganz egal, wie viel Mitleid wir den Betroffenen entgegenbringen, es hilft nichts. Kurzum: Die Depression erinnert uns daran, dass »die menschliche Macht begrenzt ist« und dass nur »Gott allein in der Lage ist, das Eisen wegzunehmen, wenn es in die Seele eindringt«⁹⁶.

Sowohl als Ansprechpersonen (in der Seelsorge) wie auch als Leidende müssen wir darüber hinaus unsere eigene Verwundbarkeit erkennen. Einmal sprach Charles davon, dass er, als er an einem einzigen Tag mit »mehreren beklagenswerten Fällen der Depression« konfrontiert worden war, in ein geistiges und seelisches Loch fiel. »Was müssen [wir] in solchen Fällen tun?«, fragte er. »Etwa vor diesen leidtragenden Menschen die Flucht ergreifen? Keinesfalls!« Vielmehr muss die Gnade unsere Hoffnung auf ein sicheres Fundament stellen, sodass uns nicht ansonsten ebenfalls »bald so zumute ist, als wäre das Sonnenlicht verschwunden«⁹⁷. Beide – sowohl der Leidtragende als auch derjenige, der sich anschickt, ihm zu helfen – können von einem Gefühl der Hilflosigkeit übermannt werden und deswegen sogar unter Schuld- und Schamgefühlen leiden.

Tatsache ist, dass wir nicht Gott sind und dass diese Erde nicht der Himmel. Es gibt wohl nichts in diesem Leben, was uns so sehr daran erinnert, wie eine unbeschreibliche Not, deren Ursache manchmal unergründlich ist und für die es kein sofortiges oder

96 Jeweils zitiert nach: Charles Spurgeon, »A Stanza of Deliverance«, S. 65.

97 Jeweils ziert nach: Charles Spurgeon, »Fever and Its Cure«, *MTP*, Bd. 36 (Ages Digital Library, 1998), S. 796.

A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/fever-and-its-cure/#flipbook/> (abgerufen am 12. 8. 2024).

überhaupt kein Heilmittel gibt. Stellen wir uns vor, dass nach langem Warten endlich die Ärztin hereinkommt und uns trotz aller von ihr angeordneten Tests und Einstiche, die unser ermüdeten Körper über sich ergehen lassen musste, eingestehen muss: »Wir wissen einfach nicht, was Ihnen fehlt.« Es gibt wohl keinen schwerer zu ertragenden Augenblick als diese Situation, keinen unbequemerer Stuhl, auf dem man sitzen könnte, als denjenigen, auf dem man gerade sitzt. Wie viel unerträglicher ist es dann, wenn uns der Schmerz wie ein Heckenschütze aus dem Hinterhalt in der ausgebombten Trümmerlandschaft unseres Gemüts beschießt?

In Anbetracht eines derartigen Realismus stellt sich Charles auf die Seite »der weisesten« Helfer, die gut daran tun, »die harte Wahrheit« einzugestehen, »dass schwerwiegende Depressionen nicht über Nacht verschwinden«⁹⁸. Am besten versteht man die Depression vielmehr als »eine Art geistiger Arthritis«⁹⁹. Im Gegensatz zu anderen Arten der Betrübnis infiziert uns diese spezielle Form mit einer Geduld, die unlauteren Motiven entspringt. Oftmals haben wir, die wir unter dieser Depression leiden, keine sofortige und unmittelbare Aussicht darauf, von ihrer einsamen Insel gerettet zu werden. Wir müssen vielmehr die Fähigkeiten der Gnade erlernen, die notwendig sind, um auf dieser Insel zu überleben und unser Leben auf das einzustellen, was vonnöten ist, um in diesem Umfeld gedeihen zu können.

Doch warum stellt die Diagnose keine Lösung dar? Immerhin hilft sie den Leidenden zu wissen, wovon sie heimgesucht werden. Diese Art der namentlichen Zuordnung kann ihnen Erleichterung verschaffen. Darüber hinaus hilft sie der Ansprechperson und dem Freund des Betroffenen zu begreifen, dass mit dem Leidenden etwas geschieht, was reell und schwer zu ertragen ist. Doch warum tragen die Diagnose und die damit einhergehende Bezeichnung nicht mehr zur Behebung des Problems bei? Vielleicht ist es hilfreich, wenn wir

98 Jeweils zitiert nach: William Styron, *Darkness Visible: A Memoir of Madness*, New York: Vintage Books, 1992, S. 11. A. d. H.: Deutsche Ausgabe: *Sturz in die Nacht: Die Geschichte einer Depression*, Köln: Kiepenheuer & Witsch, 1991.

99 David Karp, »An Unwelcome Career«, in: *Unholy Ghost: Writers on Depression*, Nell Casey (Hrsg.), New York: HarperCollins, 2001, S. 148.

uns eine Analogie vor Augen halten. Ein Ehemann und eine Ehefrau können zwar ihr Bedürfnis nach Liebe benennen, doch wir wissen alle, dass die bloße Benennung nicht zur Lösung beiträgt, sondern ihre auf das entsprechende Bedürfnis zurückgehende Erfahrung lediglich mit einem Etikett versieht. So verhält es sich auch mit der Depression, der schließlich ein Name gegeben wird. Damit wird sie zwar mit einem Etikett versehen, doch dieser Umstand ist nicht die Lösung des Problems. Warum nicht?

Unbekannte Ursachen und allzu einfache Worte

Erstens kommt es nicht ohne Weiteres zur Heilung, weil trotz aller diagnostischen Möglichkeiten die wahre Ursache verborgen bleibt. »Es gibt da eine Art geistiger Finsternis«, beobachtet Charles, »in deren Rahmen man beunruhigt, verwirrt, aufgewühlt und von Sorgen beschwert ist, obwohl dies womöglich von nichts Greifbarem herrührt.«¹⁰⁰

So wie König David ausrief: »Was beugst du dich nieder, meine Seele, und bist unruhig in mir?«¹⁰¹, so führen auch wir Selbstgespräche und versuchen, den Grund in Erfahrung zu bringen, warum wir uns Hiobsbotschaften einbilden, wenn sie in Wirklichkeit gar nicht existieren. »Man weiß kaum, warum man so niedergeschlagen ist«, sagt Spurgeon, »wenn man einen Grund für die eigene Betrübnis nennen könnte, könnte man womöglich leichter darüber hinwegkommen.«¹⁰²

Zweitens ist die Unfähigkeit, angemessene Begrifflichkeiten zu finden, ebenfalls keine Hilfe. In seinem Buch *Darkness Visible: A Memoir of Madness*¹⁰³ beobachtet William Styron, dass solch ein

100 Charles Spurgeon, »Night, and Jesus not There!«, *MTP*, Bd. 51 (Ages Digital Library, 1998), S. 457. A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/night-and-jesus-not-there/#flipbook/> (abgerufen am 12. 8. 2024).

101 A. d. H.: Vgl. Psalm 42,6.

102 Charles Spurgeon, »Causes and Cure of Fainting«, *MTP*, Bd. 49. <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/causes-and-cure-of-fainting/#flipbook/> (abgerufen am 12. 8. 2024).

103 A. d. Ü.: Sw. *Sichtbare Finsternis: Eine Abhandlung über den Wahnsinn* (A. d. H.: vgl. Fußnote 98 im Blick auf bibliografische Angaben zur deutschen Ausgabe).

»althergebrachtes Leid« oft »unbeschreiblich ist«¹⁰⁴. Dem Leidenden fehlen die angemessenen Begrifflichkeiten. Dementsprechend besitzt derjenige, der ihm gern helfen möchte, einfach nicht die Fähigkeit, »sich eine Art der Seelenqualen vorzustellen, die [seiner] Alltagserfahrung derart fremd ist«¹⁰⁵. In einem solchen Fall sind Erklärungen wie ein kleines brennendes Streichholz, das man in einem dunklen unterirdischen Höhlensystem in der Hand hält. Welch ein kleines Licht angesichts einer so großen Dunkelheit!

Um es auf den Punkt zu bringen: Unsere Worte sind begrenzt. Die Krebsdiagnose ermöglicht es uns zwar, das Wort »Krebs« zu verwenden und dementsprechend darauf einzugehen, doch die Benennung einer Sache befreit uns nicht von dem Umstand, dass wir die damit verbundenen Gegebenheiten täglich ertragen müssen. Auch schafft dies hinsichtlich der wechselseitigen Beziehung zwischen unseren Freunden und uns noch keine Entlastung.

»Jeder, der schon einmal *wirklich* krank war, weiß, dass die Toleranzgrenze für Krankheiten recht niedrig ist. Sobald die Rosen, die man uns mit Genesungswünschen geschickt hat, anfangen zu welken, verändert sich alles. Mitleid und Fürsorge werden zu einer Last, und Verwundbarkeit wird zur Schwäche. Wenn es sich bei der Krankheit um etwas derart Nebulöses wie Depression handelt, fangen die Leute an, sie wie eine Charakterchwäche zu behandeln: Du bist faul, unfähig, selbstsüchtig und ichbezogen.«¹⁰⁶

Charles drückt es folgendermaßen aus: »Deine Freunde sagen dir zwar, dass du nervlich angeschlagen bist, und daran besteht auch kein Zweifel, doch es ändert nichts daran.«¹⁰⁷

104 Jeweils zitiert nach: William Styron, *Darkness Visible: A Memoir of Madness*, a. a. O., S. 16-17.

105 Ebenda.

106 Meri Nana-Ama Danquah, »Writing the Wrongs of Identity«, in: *Unholy Ghost: Writers on Depression*, Nell Casey (Hrsg.), New York: HarperCollins, 2001, S. 176.

107 Charles Spurgeon, »Causes and Cure of Fainting« (A. d. H.: »Fainting« im Original), *MTP*, Bd. 49 (Ages Digital Library, 1998), S. 9.
<https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/causes-and-cure-of-fainting/#flipbook/>
(abgerufen am 13.8.2024).

Kurzum: Versuche, dir Folgendes vor Augen zu halten. Diagnostische Begriffe wie »Depression« sind Einladungen, und keine Bestimmungsorte als solche. Sobald man sie ausgesprochen hat, hat man sich gerade erst mit jemandem auf eine gemeinsame Reise begeben, statt den Bestimmungsort dieser Reise bereits erreicht zu haben.

Es gibt keine Einheitsdiagnosen

Aber warum nicht? Wenn wir Begrifflichkeiten verwenden, die die Depression als einen »Bestimmungsort« statt als Einladung zur Reise auf dem Weg dorthin beschreiben, neigen wir dazu, »unterschiedlichen Leidenden ein Etikett zu verpassen, das mehr verbirgt, als es enthüllt«¹⁰⁸. Wir fangen dann an, alle Betroffene über einen Kamm zu scheren, anstatt sie als jene Einzelpersonen zu sehen, die sie eigentlich sind.

Unzählige Menschen, die Reinhard bzw. Renate oder wie auch immer heißen, unterscheiden sich in ihrer Persönlichkeit immens voneinander, obwohl sie denselben Namen haben. Gleichermaßen unterscheidet sich auch jeder, der die Diagnose »Depression« erhalten hat, von allen anderen, die dieselbe Diagnose erhalten haben. Wie man bei Schneeflocken zwar ähnliche Strukturen und Muster herausfinden kann, aber dennoch jede Schneeflocke einzigartig ist, so gibt es keine zwei Depressionen, die identisch sind. »Jeder Fall unterscheidet sich vom anderen, so wie sich das Leiden einer Person von den Beschwerden einer anderen Person unterscheidet.«¹⁰⁹ Das bedeutet, dass »das Allheilmittel des einen für den anderen zur Falle wird«¹¹⁰.

Wenn die unter Depressionen Leidenden erleben, dass wir sie als »Kategorie« sehen, schenken sie unserer Behauptung, wir würden sie auf jeden Fall wahrnehmen, keinen Glauben. Wohlgermerkt, anfäng-

108 J. W. Shenk, »A Melancholy of Mine Own«, in: *Unholy Ghost: Writers on Depression*, a. a. O., S. 245.

109 Rose Styron, »Strands«, in: *Unholy Ghost: Writers on Depression*, a. a. O., S. 137.

110 W. Styron, *Darkness Visible*, a. a. O., S. 72.

lich trifft das nicht zu. Die Etikettierung und Kategorisierung vermitteln den Betroffenen anfänglich eine romantische Hoffnung. Sie sehnen sich oft verzweifelt nach einer x-beliebigen Erleichterung, selbst wenn diese Erleichterung nur illusorisch ist. Doch bald entdecken sie, dass das Etikett keine heilende Wirkung hat. Auf einer tieferen Ebene muss etwas passieren. Betroffene, deren Leiden schon jahrelang anhält, vertrauen keiner Ansprechperson mehr, die sie einfach nur irgendeiner Leidenskategorie zuordnet.

Laut Dr. Richard Winter »ist ohne realistische Hoffnung alles verloren«. Realistische Hoffnung ist »die Tür, die aus der Dunkelheit der Depression und der Verzweiflung hinausführt«¹¹¹. Wenn die Hoffnung, die wir ihnen bieten, banal ist, wird die Leere dieser Hoffnung von den Angehörigen einer bestimmten Gruppe der Leidenden durchschaut. Es sind jene, die so lange gelitten haben, dass sie von den sattsam bekannten Patentantworten, die man ihnen angeboten hat, enttäuscht worden sind.

Was lernen wir daraus?

1. *Wenn du unter Depressionen leidest, entziehen sich dir womöglich die Ursachen und Heilmittel eine Zeit lang.* Charles sagt klar und deutlich: »Du kannst zwar von allen Bequemlichkeiten des Lebens umgeben sein und dich dennoch, wenn dein Geist niedergeschlagen ist, in einem Elend befinden, das düsterer ist als der Tod. Du magst zwar überhaupt keine äußere Ursache für deine Betrübnis erkennen, und trotzdem: Wenn dein Geist bedrückt ist, vermag es der strahlendste Sonnenschein nicht, dir hinsichtlich deiner Schwermut Erleichterung zu verschaffen. Zu solch einem Zeitpunkt könntest du von Sorgen umgetrieben, von Ängsten gequält und von Furcht gepackt sein, wenn es um Dinge geht, die dich ablenken.«¹¹²

¹¹¹ R. Winter, *The Roots of Sorrow*, a. a. O., S. 292.

¹¹² Charles Spurgeon, »A Frail Leaf«, a. a. O.

A. d. H.: <https://www.spurgeongems.org/sermon/chs3269.pdf> (abgerufen am 13. 8. 2024).

2. *Als Ansprechpersonen haben wir die Fähigkeit zu helfen, und wenngleich diese reell ist, ist sie dennoch begrenzt.* Manchmal versuchen wir, ein Anliegen anzusprechen, nur um zu entdecken, dass es sich inzwischen aus dem Zentrum der Aufmerksamkeit wegbewegt hat und dass mittlerweile ein anderes Anliegen an seine Stelle getreten ist. »Man fühlt sich wie Herkules, der dabei ist, die ständig nachwachsenden Köpfe der Hydra abzuschlagen. Man gibt seine Aufgabe verzweifelt auf ... Je mehr man zu trösten versucht«, umso schlimmer wird es.¹¹³

Folglich müssen wir hier innehalten und demütig zugeben, dass wir in unserer Lage Hilfe brauchen. Wir sind nicht allwissend. Wir können nicht alles wissen. Der Apostel Paulus erinnert uns daran, dass wir wie jene sind, die Gottes Handeln, ihre Mitmenschen und die Welt wie durch einen trüben Spiegel betrachten. Wir sehen zwar ständig, doch wir erkennen nur stückweise und undeutlich (1Kor 13,12).

In diesem Zusammenhang erinnert uns Charles daran, was unser Ziel sein muss: Wir sollten Gott für das danken, was wir tatsächlich deutlich erkennen können – ganz egal, wie klein es auch sein mag. Dadurch können wir »unserer Selbstgefälligkeit Einhalt zu gebieten«. Denn »wir erkennen nur stückweise«, sagt er. »Geliebte, die Objekte, die wir sehen, befinden sich in der Ferne, und wir sind kurzsichtig.«¹¹⁴

Eine realistische Hoffnung lehrt uns somit, gleich von vornherein zuzugeben, dass unsere begrenzte Sehfähigkeit unsere Versuche einschließt, die Depression zu erklären. Stolz ist hier fehl am Platz. Die Gnade, die einer größeren Geschichte entstammt als dieser konkrete Augenblick der Schwermut, muss sich hier durchsetzen und zur Geltung kommen.

113 Charles Spurgeon, »The Comforter«, Predigt 5, *NPSP, The Spurgeon Archive*.
<https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/the-comforter/#flipbook/>
(abgerufen am 13. 8. 2024).

114 Jeweils zitiert nach: Charles Spurgeon, »Now and Then«, *MTP*, Predigt Nr. 1002.
<https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/now-and-then/#flipbook/>
(abgerufen am 13. 8. 2024).

Der Krückstock seiner Gnade

Angenommen, man gibt einem Gehbehinderten einen Krückstock. In diesem Fall braucht er, bevor er dessen Robustheit ausnutzen und mit dessen Hilfe er sich in der Blütenpracht des Gartens fortbewegen kann, weder wissen, wer ihm diesen Krückstock hat zukommen lassen, noch warum sein Bein diese Hilfe überhaupt benötigt.

Viele Mitleidende haben ein Glaubensleben führen können, ohne jemals genau zu wissen, warum sie von der Finsternis derart verfolgt worden sind. Wenn wir dennoch einige Gründe dafür entdecken, danken wir Gott dafür. Doch wenn die Gründe uns verborgen bleiben, danken wir ihm trotzdem und humpeln, indem wir uns auf den Krückstock stützen. Wie dem auch sei, die Gnade – die sich außerhalb unserer Sehweite befindet, hat uns wiederum deutlich im Blick. Sie ist in jedem Fall imstande, das Gewicht zu stemmen, das uns einfach zu schwer ist.

Wie können wir dann inmitten unserer schmerzhaften Unfähigkeit, Heilmittel, Ursachen oder sogar Trost zu finden, über einen Krückstock der Gnade Gottes sprechen? Fördert dieses Gerede über Gott denn nicht die Vorstellungen einer unrealistischen Hoffnung, die auf Belanglosigkeiten beruhen und unserem Glaubensleben abträglich sind?

6 Begrifflichkeiten für unsere Betrübnis

»Derjenige, welcher jetzt diese Worte in aller Schwachheit auslegt, weiß in seinem Innern von den Abgründen seelischer Angst mehr, als er sagen möchte oder dürfte ... gegen mich gekehrt ist Todesbängen! Man verfolgt wie der Wind meine Würde.«¹¹⁵

Jane Kenyons bemerkenswertes Gedicht, »Having it Out with Melancholy«¹¹⁶, stellt zwei »Gott«-Probleme in den Raum, die mit der Depression und unseren Bemühungen in Verbindung gebracht werden, diese seelsorgerlich anzusprechen. Erstens richtet die Depression unsere »Umgangsformen gegenüber Gott« zugrunde, weil sie uns lehrt, »unser Dasein ohne Dankbarkeit zu fristen«. Sie versucht, die Frage nach dem Sinn unserer Existenz damit zu beantworten, dass wir »einfach nur auf den Tod warten«, da »die Freuden der Erde überbewertet werden«¹¹⁷. Zweitens stellt die Depression für unsere Freunde eine Versuchung dar, uns den folgenden Ratsschlag zu geben: »Du wärest nicht so niedergeschlagen, wenn du wirklich an Gott glauben würdest.«¹¹⁸

115 Charles Spurgeon, *The Treasury of David*, Psalm 88.
<http://www.romans45.org/spurgeon/treasury/ps088.htm> (abgerufen am 13.8.2024). A. d. H.: Hier mit Ausnahme des letzten Satzes zitiert nach: Charles Spurgeon, *Die Schatzkammer Davids*, Bielefeld: CLV, überarbeitete Auflage 2018, Bd. 3, S. 2720-2721 (Anmerkungen zu Ps 88,7). (Die Seitenzahl bezieht sich auf die Angabe in der fünfbandigen Gesamtausgabe.) Der letzte Satz, der sich in der deutschsprachigen Ausgabe der *Schatzkammer Davids* offensichtlich nicht findet, umfasst ein Zitat aus Hiob 30,15 (Elb 2003). In Anlehnung an die KJV heißt es hier im Original: »Man verfolgt wie der Wind meine Seele.«

116 A. d. H.: Der Titel lässt sich mit »Das Problem mit der Schwermut angehen« wiedergeben.

117 Jeweils zitiert nach: Jane Kenyon, »Having it Out with Melancholy« in: *Jane Kenyon: Collected Poems*, Saint Paul/MN: Grey Wolf Press, 2005, S. 231.

118 Kenyon, »Having it Out with Melancholy«, S. 232.

Um aus Kenyons schmerzlichen Wahrheiten eine Lehre zu ziehen, haben wir es zunächst nötig, dass wir mit den Umgangsformen Gottes gegenüber den Niedergedrückten erneut vertraut werden und dabei wieder seine Gnade entdecken. In diesem Kapitel werden wir deshalb die gnadenvollen Begrifflichkeiten unter die Lupe nehmen, die Gott den Leidenden zugedacht hat. Im nächsten Kapitel werden wir dann diejenige Art der Hilfe untersuchen, die zwar in Gottes Namen geschieht, aber mehr Schaden anrichtet, als Gutes zu bewirken.

Beginnen wir also mit den gnadenvollen Begrifflichkeiten, die Gott für den Leidenden in seiner Betrübnis vorgesehen hat. Darin erkennen wir seine gütigen Umgangsformen uns gegenüber, wenngleich es scheint, dass unsere Umgangsformen ihm gegenüber Schiffbruch erlitten haben und auf See verschollen sind.

Die Bibel verwendet Metaphern, um den Leidenden zu helfen

Jene, die unter Depressionen leiden, stützen sich auf Metaphern, was sich auch bei säkularen Autoren in ihren thematisch relevanten Werken nachweisen lässt. Zu den am häufigsten verwendeten Metaphern gehören »über den Rand einer Klippe gehen« oder »in einen Abgrund fallen«. Auf ähnliche Weise stützte sich William Styron auf die Wortbilder des Ertrinkens und des Erstickens, um zu versuchen, sein Leid zu beschreiben. Welche Metapher würdest du verwenden?

Charles verhält sich da gar nicht anders. Nach seiner Auffassung lassen uns unsere verschiedenlichen Depressionen jenen gleichen, die die »heulende Wüste durchqueren«¹¹⁹. Wir ertragen nicht nur einen, sondern mehrere »Winter«¹²⁰. Wir werden »wie Trauben zer-

119 Charles Spurgeon, »A Call to the Depressed«, *MTP*, Bd. 60 (Ages Digital Library), S. 542. A. d. H.: <https://www.spurgeongems.org/sermon/chs3422.pdf> (abgerufen am 13. 8. 2024).

120 Charles Spurgeon, »Sweet Stimulants for the Fainting Soul«, *MTP*, Bd. 48 (Ages Digital Library), S. 578. A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/sweet-stimulants-for-the-fainting-soul/#flipbook/> (abgerufen am 13. 8. 2024).

drückt, in der Weinkelter zertreten«, und wir begeben uns in den »nebligen Tag« oder mitten in die Stürme hinein wie jene, die »von einem Orkan erfasst«¹²¹ werden. »Die Wasser wälzten sich beständig herein – Welle auf Welle«¹²² – über unsere Köpfe hinweg. Wir gleichen denjenigen, die »vom Schrecken verfolgt«¹²³ werden, die sich im »dunklen Verlies«¹²⁴ befinden oder »in der Ecke eines Kamins unter einer Anhäufung ... von Schmerzen und Schwächen und Betrübissen sitzen«¹²⁵. Wir »sitzen in der Dunkelheit und gleichen demjenigen, der unterkühlt und steif vor Kälte ist und der allmählich den kalten Griff des Todes spürt«¹²⁶. Wir sind wie »keuchende Krieger« und »arme Soldaten, denen die Kräfte schwinden«¹²⁷ und die angesichts dieses »langen Leidenskampfes«¹²⁸ um Hilfe schreien.

Der Historiker Stanley W. Jackson schrieb über diese notwendige Verwendung von Metaphern in seinem Werk *Melancholia & Depression: From Hippocratic Times to Modern Times*¹²⁹. Jackson konnte »keine Aussage als solche«, keine in einem Wort zusammengefasste Diagnose finden, die imstande war, die Verschiedenartigkeit unserer Betrübisse im Zusammenhang mit den dazugehörigen unterschied-

121 Jeweils zitiert nach: Charles Spurgeon, »All the Day Long«, *MTP*, Bd. 36 (Ages Digital Library), S. 433.

A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/all-the-day-long/#flipbook/> (abgerufen am 24. 8. 2024).

122 Charles Spurgeon, *Faith's Checkbook* (Ages Digital Library), S. 4.

A. d. H.: <https://www.ccel.org/ccel/s/spurgeon/checkbook/cache/checkbook.pdf> (abgerufen am 13. 8. 2024).

Der Wortlaut der deutschsprachigen Fassung ist zu finden auf folgender Website:

<https://www.evangelischer-glaube.de/ch-h-spurgeon-kleinode/> (abgerufen am 13. 8. 2024).

123 Charles Spurgeon, »A Frail Leaf«, *MTP*, Bd. 57 (Ages Digital Library), S. 590.

A. d. H.: <https://www.spurgeongems.org/sermon/chs3269.pdf> (abgerufen am 13. 8. 2024).

124 Charles Spurgeon, »The Shank-bone Sermon; or, True Believers and Their Helpers«, *MTP*, Bd. 36 (Ages Digital Library), S. 252.

A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/the-shank-bone-sermon-or-true-believers-and-their-helpers/#flipbook/> (abgerufen am 13. 8. 2024).

125 Charles Spurgeon, »Faintness and Refreshing«, *MTP*, Bd. 54 (Ages Digital Library), S. 592.

A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/faintness-and-refreshing/#flipbook/> (abgerufen am 13. 8. 2024).

126 Charles Spurgeon, »A Discourse to the Despairing«, *MTP*, Bd. 40 (Ages Digital Library), S. 616.

A. d. H.: <http://www.spurgeongems.org/vols40-42/chs2379.pdf> (abgerufen am 13. 8. 2024).

127 Charles Spurgeon, »The Fainting Warrior«, *PSP*, Bd. 5 (Ages Digital Library), S. 145-146.

A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/the-fainting-warrior/#flipbook/> (abgerufen am 13. 8. 2024).

128 Charles Spurgeon, »Faint; But Not Faint-Hearted«, *MTP*, Bd. 40 (Ages Digital Library), S. 23.

A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/faint-but-not-faint-hearted/#flipbook/> (abgerufen am 13. 8. 2024).

129 A. d. Ü.: Svw. *Melancholie und Depression: Von der Zeit des Hippokrates bis zur modernen Zeit*.

lichen Ausbrüchen der Schwermut und den vielen entsprechenden Gemütslagen zu beschreiben. Was er stattdessen fand, waren zwei immer wieder auftauchende Wortbilder, nämlich »sich in einem Zustand der Dunkelheit befinden« bzw. »sich in einem Zustand des Beschwertseins befinden«¹³⁰.

Charles fand derartige Metaphern und Vergleiche, die seiner Erfahrung vorausgingen, in der Bibel selbst. Auf ihren Seiten beschreiben die Getreuen ihren inneren Zustand mit Begrifflichkeiten wie »Gruben« und »Schlick und Schlamm«, »Todesschatten«, »Tiefen« und »Wasserfluten«, die uns ganz verschlingen, und dergleichen.¹³¹ Der Psalmist greift auf solche Begrifflichkeiten zurück:

»Denn satt ist meine Seele von Leiden ... ich bin wie ein Mann, der keine Kraft hat; unter den Toten hingestreckt, wie Erschlagene, die im Grab liegen, derer du nicht mehr gedenkst; denn sie sind von deiner Hand abgeschnitten. Du hast mich in die tiefste Grube gelegt, in Finsternisse, in Tiefen ... und mit allen deinen Wellen hast du mich niedergedrückt« (Ps 88,4-8).

Die Metapher wird zum Werkzeug, das uns im Gebet anleitet. Unsere Gebete aus der Tiefe unseres Herzens hören sich dann nach und nach so an:

»Lass die Flut der Wasser mich nicht überströmen und die Tiefe mich nicht verschlingen; und lass die Grube ihren Mund nicht über mir verschließen!« (Ps 69,16).

Selbst in seinen Predigttiteln ging Charles bald dazu über, sich derjenigen Metaphern zu bedienen, die die Schrift den Betrübten und Leidtragenden darbietet. Darin finden sich Formulierungen wie ein *verwehtes Blatt* (Hi 13,25), der *zerschlagene Geist* (Spr 18,14), die *nieder gebeugte Seele* (Ps 42,7) und das *geknickte Rohr* (Jes 42,1-3). Jesus ist

130 Zitiert in: J. W. Shenk, »A Melancholy of Mine Own«, in: *Unholy Ghost: Writers on Depression*, Nell Casey (Hrsg.), New York: HarperCollins, 2002, S. 249.

131 A. d. H.: Die Begriffe variieren je nach Bibelübersetzung.

der *Mann der Schmerzen* (Jes 53,3).¹³² Er lässt uns inmitten der Dornesqualen, die dem Fleisch zugefügt werden, nicht im Stich (2Kor 12,7).

Die Metapher versteht es, mit dem Geheimnis umzugehen

Was bedeutet es für uns, dass Gott, wenn er mit uns handelt, Metaphern verwendet? Du und ich, wir brauchen Begrifflichkeiten des Leids, und Gott lehrt sie uns. Doch warum haben wir es nötig, auf solche Weise von ihm in die Lehre genommen zu werden?

Der Poet Wendell Berry beschrieb einst seine Absicht, seine im ländlichen Milieu entstandenen Gedichte in eine Sprache zu kleiden, die zu diesem Umfeld passte. Sein Ziel bestand in Folgendem: Immer dann, wenn jemand seine Gedichte lesen und deren Entstehungsort aufsuchen würde, sollte er die Begrifflichkeit seiner Lyrik als dem Umfeld angemessen empfinden, sodass sie ihm gleichsam als einheimisch (und nicht als auswärtig) erscheinen würde.¹³³

Gleichermaßen gilt: Wenn wir die Begrifflichkeiten betrachten, die Gott uns in der Bibel geschenkt hat, entdecken wir darin eine Sprache, die die in der Not Befindlichen der Geografie ihres inneren Schmerzes als einheimisch bzw. vertraut und nicht als auswärtig bzw. fremd zuordnen würden. Wir fangen allmählich damit an, als jene zu reden bzw. nicht zu reden, die diese Schmerzlandschaft aus eigener Erfahrung kennen. Wenn wir eine derartige Sprache gebrauchen, dann hat die realistische Hoffnung eine Chance.

Metaphern werden in der Depressionslandschaft zunehmend heimisch ...

(1) ..., weil Metaphern Spielräume lassen. Sie geben nicht vor, jeden Winkel abzudecken, jede Möglichkeit zu verstehen oder jedes

132 Damit greift Spurgeon die Begrifflichkeit der entsprechenden Schriftstellen auf. A. d. H.: Die erste Formulierung findet sich im Predigttitle »A Frail Leaf«, die zweite in »The Cause and Cure of a Wounded Spirit«, die dritte in »Sweet Stimulants for the Fainting Soul« und die fünfte in »The Man of Sorrows«. Auch die vierte findet sich bei Spurgeon (»A Bruised Reed«), geht aber nicht auf eine Predigt zurück, aus der im vorliegenden Buch zitiert wird.

133 Wendell Berry, »Notes from an Absence and Return«, in: *A Continuous Harmony*, Washington, D.C.: Shoemaker & Hoard, 1972, S. 35-36.

Detail zu erklären. Sie erfordern nicht nur *eine* mögliche Erklärung. Begrifflichkeiten, die in Bezug auf die Depression diesen Anspruch erheben, verraten somit ihre Unzulänglichkeit bezüglich der vorliegenden Situation.

- (2) ..., weil Metaphern Nuancen und Unterschiede zulassen. Da sich die individuelle Erfahrung mit der Depression von den Erfahrungen anderer Personen unterscheidet, erlauben Metaphern unterschiedliche Ausdrucksweisen. Die formelhafte Ausdrucksweise bzw. entsprechende Gemeinplätze lassen sofort ihren mangelnden Realismus erkennen, wenn es darum geht, *wie* die Depression jemandem schadet.
- (3) ..., weil Metaphern ein eigenständiges Weiterdenken und ein weiteres Ergründen erfordern. Wie wir zuvor beobachtet haben, sind sie eher Worte, die zu einer Reise einladen, als die Bestimmungsorte selbst. Dieser Umstand ist entscheidend, wenn es darum geht, die Depressionstrümmern aufzulesen.

Wenn wir keine Metaphern gebrauchen, entlarvt die Depression oft die mangelnde Erfahrung unseres Vokabulars. Es deckt unsere Voreingenommenheit dahin gehend auf, dass wir gern Worte gebrauchen, die Frohsinn verbreiten, nüchtern klingen oder klinische Sachverhalte zum Ausdruck bringen. Nachteilig ist allerdings, dass es von unserer Ungeduld bzw. unserer theologischen Ausbildung bzw. unseren medizinischen Präferenzen ausgeht und davon bestimmt wird. Es enthüllt die ernüchternden und im Rahmen unseres Redens über Gott so beliebten Vorurteile, die wir gegen die Wehklage als solche haben, und es stellt unsere gescheiterten Versuche bloß, die Depression in seelsorgerlich angemessener Weise anzusprechen.

Im Gegensatz dazu verlässt sich die realistische Hoffnung auf die Verwendung von Metaphern. Mit ihnen schaffen wir eine Poesie der Betrübnis, ein Wörterbuch der Traurigkeit. Realistische Hoffnung bringt uns die Fähigkeit bei, uns in die »sich verdüsternde Schwermut«, die »sich anstauenden trüben Gewässer«, »das giftige Gemüt«, »den im Gehirn heulenden Sturm«, »das innere Verderben« hinein-

zubegeben.¹³⁴ Diese Begriffe beschreiben Zustände, von denen viele unserer Nächsten heimgesucht werden. Unser Wortschatz, den wir hinsichtlich der Dunkelheit gebrauchen, erweist sich zunehmend als hilfreich. Unsere Fähigkeit, einen Menschen in unserem Umfeld zu lieben, vertieft sich.

Ohne dies bieten wir denen, die sich einen Knochenbruch zugezogen haben, nicht mehr als ein Heftpflaster und jenen, die an inneren Blutungen leiden, nicht weiter als eine örtlich begrenzte, antibakteriell wirksame Lösung an. Wir beschreiben den Zustand, in dem wir vor Angst keuchend atmen, mit Pastelltönen. Und wenn dann Dornen und Disteln die Kontrolle übernehmen, dann zerplatzen all unsere aufgeblähten Worte wie Luftballons.

In diesem Zusammenhang begegnet uns Kathleen Norris mit einer Herausforderung, indem sie auf eine durchdringende Ironie hinweist. Sie beklagt sich über einen Zustand, den sie beobachtet hat: Wenn man auf der Suche nach Worten sei, die geeignete, begehbbare Pfade ebnen, sei man »bei Poeten besser aufgehoben ... als bei Christen«. Sie sagt: »Es ist deshalb ein Ausdruck der Ironie, weil die inspirierten Bücher der Bibel voller merkwürdiger Metaphern ist, die ihre eigene Realität schaffen.«¹³⁵

Manchmal fühlen jene, die unter Depressionen leiden, den durchdringenden Schmerz dieser Ironie. Es ist die Unfähigkeit, Mitgefühl und Trost von ausgerechnet jenen Menschen entgegenzunehmen, die die Bibel zwar jeden Tag lesen, doch auf ihren Seiten das Geschenk der Metapher, das den Betrüben gemacht wird, nicht erkennen. Wie können wir den durchdringenden, mit einer unrealistischen Hoffnung verbundenen Schmerz lindern?

1. Als Leidender: *Halte nach Metaphern Ausschau, um deine Erfahrung zu beschreiben.* Nimm die Metaphern, die von Leidensgefährten zum Ausdruck gebracht werden, als die geflüsterten

134 William Styron, *Darkness Visible: A Memoir of Madness*, a. a. O., S. 12, 14, 24, 38, 45.

135 Jewells zitiert nach: Kathleen Norris, *The Cloister Walk*, New York: Penguin, 1996, S. 154-155. A. d. H.: Deutsche Ausgabe: *Als mich die Stille rief. Eine Begegnung mit klösterlicher Spiritualität*, München: Goldmann, 1999.

Geschenke guter Freunde an. Nimm die gnadenvollen Umgangsformen Gottes an. Sie zeigen sich darin, dass er die Schrift mit einer Poesie für die Leidtragenden ausgestattet hat. In diesen Umgangsformen erkennst du seine Fähigkeit, voller Mitgefühl und Zuwendung mit dir in der Asche zu sitzen.

2. Als Ansprechperson: *Lerne es, beim Gebrauch von Metaphern geduldig zu sein und sie wertzuschätzen.* Du gibst damit zu, dass es keine einfache Antwort oder Lösung gibt und dass deine wortreichen, nüchternen Erklärungen bzw. Ermahnungen dem Problem nicht beikommen bzw. keine Abhilfe verschaffen können. Doch das will nicht heißen, dass Worte für dich von keinerlei Nutzen sind. Vielmehr bieten bestimmte Worte dir eine große Hilfe an. Metaphern laden uns dazu ein, die Frage zu stellen: »Was hat das zu bedeuten?« Indem man eine solche Frage aufwirft und dann zuhört bzw. lernt, geht man dazu über, Worte als Einladungen und Brücken zu gebrauchen, um zu Mitgefühl, Anteilnahme und Verständnis zu gelangen.

Poesie von Gott für unsere Betrübnis

In der Schrift ist eine Fülle von Metaphern und Beispielgeschichten aufgezeichnet. Damit werden jenen, deren Seele tiefe Wunden geschlagen worden sind, deren Gehirn gemartert worden ist und deren Gemütszustand vom Teufel erheblich in Mitleidenschaft gezogen worden ist, ein übergeordneter Handlungsfaden und geeignete Begrifflichkeiten geschenkt.

An dieser Stelle kehren wir zu unserem bereits geäußerten Gedanken zurück. Es geht darum, wie wir für unsere Betrübnis eine umfassendere Geschichte des Handelns Gottes ausfindig machen können, ohne dabei als diejenigen herüberzukommen, die keinerlei Mitgefühl erkennen lassen oder nur Belanglosigkeiten aufgreifen. Für Charles war die Antwort teilweise darin zu finden, dass die Begrifflichkeiten, die mit Gott zu tun haben, ein Wesen offenbaren, das unsere Notlage wirklich versteht.

Wenn Charles recht hat und Gott wirklich so gnädig ist, uns Begrifflichkeiten für unsere Betrübnis zu schenken, dann sei Folgendes gesagt: Eine realistische Hoffnung beginnt, allmählich unter dem Himmel unserer Nacht zunächst zaghaft, aber dann in ihrer vollen Größe in unserem Sichtfeld aufzutauchen, als gliche sie hereinrollenden Wellen bei Eintritt der Flut. Eine solche Hoffnung schwillt pulsierend an und klingt dann wieder ab, als wäre sie der Lichtstrahl eines Leuchtturms, der langsam aus dem Blickfeld gerät. Er gerät daraufhin immer wieder und wieder in Sicht, indem er stets auf Neue durch den Nebel bricht, den Weg zu uns findet und seiner vorübergehenden Abwesenheit ein ebenso vorübergehendes Ende setzt. Die nächtlichen Gewässer fangen an, verheißungsvoll zu schimmern.

»Doch nicht bleibt Finsternis dem Land, das Bedrängnis hat ... Das Volk, das im Finstern wandelt, hat ein großes Licht gesehen; die da wohnen im Land des Todesschattens, Licht hat über ihnen geleuchtet« (Jes 8,23 – 9,1).

Eine umfassendere Geschichte des Handelns Gottes existiert tatsächlich und besitzt in sich Begrifflichkeiten der Betrübnis, damit den Schwermütigen, den Gequälten, den auf dunklem Pfad Dahinziehenden und den Bewohnern der tiefen Nacht eine Stimme verliehen wird. Eine solche Geschichte, bei der Gott im Mittelpunkt steht, lässt weder jedes Mitgefühl vermissen, noch besteht sie aus Belanglosigkeiten. Eine solche Geschichte fängt vielmehr an, Gottes Mitgefühl zu offenbaren.

Das göttliche Mitgefühl ist dein Lehrer. Dies sei dir als Ansprechperson gesagt. Es ist dein Verbündeter und dein Freund. Dies solltest du als vom Leid Betroffener wissen. Lass dir von seinen Begrifflichkeiten der Betrübnis helfen.

7 Hilfe, die schadet

»Oh!, sagt einer, ›ich habe mich früher stets über Frau Soundso lustig gemacht, weil sie derart nervlich angeschlagen war. Nun, da ich die Qual am eigenen Leib verspüre, tut es mir leid, dass ich mit ihr hart umgegangen bin.‹ ›Oh!, sagt ein anderer, ›ich habe früher eine bestimmte Person für einen Narren gehalten, weil sie ständig Trübsal blies. Doch nun kann ich nicht umhin, in dieselbe trübsinnige Gemütsverfassung zu versinken. Wie sehr ich es nun vor Gott bereue, dass ich ihr gegenüber nicht gütiger gewesen bin!‹ Ja, wir würden für den Gefangenen wohl mehr Mitgefühl aufbringen, wenn wir mehr über das Gefängnis wüssten.«¹³⁶

Wir sind dabei, eine Frage in Bezug auf Gott zu stellen. Wie können wir unser Leid in eine umfassendere Geschichte des Handelns Gottes einordnen, wenn Menschen so oft ein derartiges Reden von Gott dazu verwenden, um uns gegenüber jedes Mitgefühl vermissen zu lassen oder uns mit Belanglosigkeiten abzuspeisen? Unsere Antwort beinhaltete zunächst einen Blick auf die Begrifflichkeiten der Betrübnis, die uns durch Metaphern geschenkt wurden und die auf vielen Seiten der Heiligen Schrift zu finden sind. Nun wollen wir unser Augenmerk auf einen anderen Teil dieser umfassenderen Geschichte vom Handeln Gottes legen. Wir haben dies zwar die ganze Zeit angedeutet, doch nun wollen wir uns diese Wahrheit deutlich vor Augen führen. Gott hat uns nicht nur gnadenvolle Begrifflichkeiten geschenkt, die sich für unsere Betrübnis eignen, sondern Gott steht – den Worten von Charles zufolge – den Betrübten

¹³⁶ Charles Spurgeon, »A Troubled Prayer«, MTP, Predigt 741, *Christian Classics Ethereal Library*. <http://www.ccel.org/ccel/spurgeon/sermons13.xiv.html> (abgerufen am 13. 8. 2024).

auch zur Seite. Dabei entlarvt er diejenige Art der Hilfe, die uns eigentlich schadet.

Warum wir mit Leidenden schroff umgehen

Nach der Auffassung von Charles ist es eine Tatsache, dass »willensstarke Menschen sehr dazu angetan sind, mit nervösen Menschen schroff umzugehen«. »Bei Menschen, die äußerst niedergedrückt sind, [neigen sie dazu,] einen rauen Ton anzuschlagen«, indem sie ihnen sagen: »Du solltest dich wirklich zusammennehmen, um dich aus diesem Zustand reißen zu lassen.«¹³⁷

Das hat zur Folge, dass eine starke Person einem armen, vom Leid gezeichneten Menschen sagt: »Dummes Gewäsch! ... Versuche gefälligst, dich anzustrengen!« Doch wenn man so etwas von sich gibt, sagt man »eines der grausamsten Dinge, die man einem Leidenden überhaupt an den Kopf werfen kann«. Bei dem Bemühen, dem anderen zu helfen, »fügt [man] nur noch zusätzlichen Schmerz hinzu«¹³⁸.

Wie lässt sich unsere Tendenz, mit der Depression ungeduldig umzugehen, erklären?

1. *Wir beurteilen andere anhand unseren eigenen Umstände, statt ihre Situation zu berücksichtigen.* »Es gibt etliche unter euch, die zwar [scheinbar] sehr viel Glauben aufbringen, doch dies ist nur darauf zurückzuführen, dass ihr bei guter Gesundheit und geschäftlich erfolgreich seid. Wenn ihr einen Leberschaden erleiden würdet oder eure Firma scheitern würde, wäre ich nicht überrascht, wenn sich 90 Prozent eures wundervollen Glaubens

137 Jeweils zitiert nach: Charles Spurgeon, »The Saddest Cry from the Cross«, *MTP*, Bd. 48 (Ages Digital Library, 1998), S. 663.

A. d. H.: <https://ccel.org/ccel/spurgeon/sermons48/sermons48.xliv.html> (abgerufen am 13. 8. 2024).

138 Jeweils zitiert nach: Charles Spurgeon, »Binding Up Broken Hearts«, *MTP*, Bd. 491. <http://www.ccel.org/ccel/spurgeon/sermons54.xxxii.html> (abgerufen am 13. 8. 2024).

in Luft auflösen würden.«¹³⁹ Jesus lehrt uns im Blick auf jene, die anderen schwere Lasten auflegen, aber selbst keinen Finger rühren, um ihnen zu helfen (Mt 23,4).

2. *Wir glauben immer noch, dass abgedroschene Phrasen oder laute, energische Ermahnungen tiefe Wunden heilen können.* Eine Person »könnte von großer geistlicher Betrübniß erfüllt sein, und jemand, der ihren Schmerz überhaupt nicht versteht, könnte ihr Trost anbieten, der viel zu gering ist«. Wie ein Arzt, der eine tiefe Wunde mit einer haushaltsüblichen Salbe behandelt, so »sagen [wir] einer Person in großen seelischen Nöten Dinge, die dieser außerordentlich missfallen und zudem ihren Krankheitszustand verschlechtern«¹⁴⁰. In dieser Hinsicht lehrt uns Charles das Schriftwort, das besagt: »Einer, der das Oberkleid ablegt am Tag der Kälte, Essig auf Natron: So ist, wer einem traurigen Herzen Lieder singt« (Spr 25,20).
3. *Wir versuchen, den Sollzustand in den Griff zu bekommen, statt den Istzustand dem Herrn zu übergeben.* Wir dürfen kein »strenges Urteil fällen, als ob die Dinge so wären, wie wir sie theoretisch in Angriff nehmen würden, sondern wir müssen die Dinge so angehen, wie sie tatsächlich sind. Dabei steht es außer Frage, dass einige der besten Gläubigen manchmal so schrecklich auf die Probe gestellt werden«, dass man sich sogar fragt, »ob sie überhaupt gläubig sind«¹⁴¹. Die Heilige Schrift gibt uns bezüglich der Freunde Hiobs Lektionen weiter, die in genau dieser Hinsicht Probleme hatten.
4. *Wir wehren uns dagegen, aufgrund unserer mangelnden Erfahrung Demut an den Tag zu legen.* »Es gibt einige Menschen, die an-

139 Charles Spurgeon, »Night, and Jesus not There!«, in: *MTP*, Bd. 51 (Ages Digital Library, 1998), S. 457.

A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/night-and-jesus-not-there/#flipbook/> (abgerufen am 13. 8. 2024).

140 Jeweils zitiert nach: Charles Spurgeon, »Refusing to be Comforted«, *MTP*, Bd. 44 (Ages Digital Library, 1998), S. 417.

A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/refusing-to-be-comforted/#flipbook/> (abgerufen am 8. 8. 2024).

141 Jeweils zitiert nach: Charles Spurgeon, »Helps to Full Assurance«, *MTP*, Bd. 30 (Ages Digital Library, 1998), S. 516.

A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/helps-to-full-assurance/#flipbook/> (abgerufen am 13. 8. 2024).

dere trotz aller Bemühungen nicht trösten können, weil sie selbst nie gelitten haben. Es fällt jemandem, der ein Leben ununterbrochenen Wohlstands geführt hat, schwer, sich in die Lage eines anderen hineinzusetzen, der bereits einen äußerst schweren Weg hinter sich hat.«¹⁴² Der Apostel Paulus lehrt uns, dass wir andere aus dem Trost heraus trösten sollten, den wir selbst einst nötig hatten und den wir empfangen haben (2Kor 1,4).

Der Bibel zufolge sollen auch wir weinen, wenn wir einem weinenden Menschen begegnen (Röm 12,15). Wenn jemand Notvolles erlebt, soll er dies bedenken und darüber nachsinnen – und wir sollen ihm dabei zur Seite stehen (Pred 7,14). Ohne dieses gemeinsam erlebte Mitleid kann unseren Bemühungen, anderen zu helfen, ihr Wirklichkeitsklang fehlen. Aus der Einbuße dieses Wirklichkeitsklangs ergibt sich der gewichtigere Grund für unsere Schrofheit.

Der Wirklichkeitsklang

Wenn wir unter Depressionen leiden, wünschten wir uns, dass unsere Prediger, Gesprächspartner in christlichen Kaffeestuben und Antwortgeber mehr über das Gefängnis, in dem wir leiden, Bescheid wüssten, ehe sie meinen, darüber sprechen zu können.

Einer der Zeitgenossen Spurgeons drückte es folgendermaßen aus: Diejenigen, die über Gott reden, sowie die Antwortgeber in glaubensmäßigen Dingen müssen so reden, dass es »in den Ohren solcher Opfer einen *Wirklichkeitsklang* hat«. Die Erlösung und die Rettung, die solche Prediger und Seelsorger den Leidenden vorstellen, »muss in einer ebenso starken Form« dargeboten werden, »wie sie das Elend für uns hatte«, wenn die Botschaft »wirksam werden soll«¹⁴³.

142 Charles Spurgeon, »Binding Up Broken Hearts«, *MTP*, Bd. 54 (Ages Digital Library, 1998), S. 491. A. d. H.: <https://www.spurgeongems.org/sermon/chs3104.pdf> (abgerufen am 25. 8. 2024).

143 A. d. H.: Alle vorstehenden Zitate aus: William James, *Die religiöse Erfahrung in ihrer Mannigfaltigkeit. Materialien und Studien zu einer Psychologie und Pathologie des religiösen Lebens*, Leipzig: J. C. Hinrichs'sche Buchhandlung, 1907, S. 157 (Hervorhebung hinzugefügt).

Unsere Botschaften der Rettung und Befreiung erweisen sich als unzureichend, wenn sie nicht dem Großteil der Realität, die sich der Welt in erschreckender Weise darbietet, angemessen Rechnung tragen – insbesondere in Zusammenhang mit der Depression. Es ist seit Langem bekannt, dass eine geistliche Haltung, die sich lediglich auf Zeiten des Wohlbefindens, auf positives Denken, Unmittelbarkeit und Bibelzitate als Patentlösung konzentriert, »machtlos zusammen[bricht], sobald die Schwermut kommt«¹⁴⁴. Wenn wir depressionsbedingt leidenden Menschen helfen wollen, ohne diese Art der Realität in unsere Worte zu legen, können sie uns nicht hören, weil sie glauben, dass *wir* sie noch nicht gehört haben. Das Evangelium, das wir ihnen vorstellen, scheint dann für die Tiefgründigkeit dessen, was sie im wahren Leben tatsächlich durchleiden, unzureichend zu sein.

Das Zerschneiden der Bedeutung

Das, was vom Leid Betroffene erfahren, ist »ein Zerschneiden der Bedeutung« in ihrem Leben. Die umfassendere Geschichte scheint bruchstückhaft oder unverständlich zu sein. Die meisten von uns erleben solch ein Zerschneiden der Bedeutung. »Einerseits«, sagt Jennifer Michael Hecht, »gibt es da eine Welt in unseren Köpfen, ... eine Welt der Vernunft und Pläne, der Liebe und der Zweckbestimmung. Andererseits gibt es da eine Welt jenseits unseres menschlichen Lebens – eine Welt, die genauso reell ist und in der es kein Anzeichen von Fürsorglichkeit oder Werten, Plänen oder Urteilen, Liebe oder Freude gibt.«¹⁴⁵

<https://archive.org/details/WilliamJamesDieReligioseErfahrungInIhrerMannigfaltigkeit/mode/lup?view=theater> (abgerufen am 13. 8. 2024).

Eine neuere Ausgabe erschien unter folgendem Titel: *Die Vielfalt religiöser Erfahrung. Eine Studie über die menschliche Natur*, Olten/Freiburg i.Br.: Walter-Verlag, 1979. Im Original wird folgende Quelle angegeben: *The Varieties of Religious Experience*, New York: Barnes & Noble Classics, 2004, S. 147, 148.

William James (1842–1910) war ein US-amerikanischer Psychologe und Philosoph.

144 William James, *Die religiöse Erfahrung in ihrer Mannigfaltigkeit*, a. a. O., S. 158.

145 Jennifer Michael Hecht, *Doubt: A History*, New York: HarperCollins, 2004), S. xii (A. d. H.: so auch im nächsten Absatz).

Doch stelle dir einmal vor, wie sich dieses Zerbrechen der Bedeutung für jemanden anfühlt, der unter Depressionen leidet, wenn »die Welt in unseren Köpfen« nicht mit »Vernunft und Plänen«, nicht mit »Liebe und ... Zweckbestimmung« gefüllt ist, sondern mit dem Verlust der Vernunft, der Pläne, der Liebe und der Zweckbestimmung. In diesem Zustand verschwören sich sowohl die Welt da draußen als auch die Welt da drinnen auf elende Weise miteinander, um der Hoffnung den Todesstoß zu versetzen. Der Boden wird uns unter den Füßen weggezogen, während gleichzeitig das Dach über uns zusammenbricht. Wir befinden uns im freien Fall, ohne dass irgendein Landeplatz in Sicht ist. Wenn die realistische Hoffnung aufgibt, geben auch wir auf. Charles hatte beinahe aufgegeben, und dies geschah mehr als einmal.

Wenn die wahre Bedeutung unserer Erfahrung zerbricht, müssen wir deshalb an dem festhalten, was William James als »weitere Pläne und Hoffnungen [im Leben des Einzelnen]« bezeichnet.¹⁴⁶ Mit »weiteren Plänen und Hoffnungen [im Leben des Einzelnen]« bezog sich James auf das, was wir als »umfassendere Geschichte« bezeichnen könnten, in der unsere gegenwärtige Schwermut nur auf eine Szene oder ein Kapitel hinausläuft.

Wenn der weitere Plan oder die Meta-Erzählung sich verdunkelt und wir keine umfassendere Geschichte mehr vorfinden, in der wir unsere gegenwärtige Schwermut einordnen können, intensiviert sich »die Nähe der Verzweiflung«¹⁴⁷, und dies trifft dann auch zwangsläufig auf den Realismus unserer Hoffnung zu.

Kurz gesagt: Die von uns angebotene Hoffnung muss der Tiefe der Wunde und der mit dem Schmerz verbundenen Not entsprechen. Welchen Unterschied würde dies im Blick darauf ergeben, dass wir auf die eigene innere Befindlichkeit achten und für andere als Ansprechperson da sind?

146 William James, *Die religiöse Erfahrung in ihrer Mannigfaltigkeit*, a. a. O., S. 135.

147 W. Berry, *Life is a Miracle*, Washington, D.C.: Counterpoint, 2000, S. 7.

Wir stellen uns als Ansprechpersonen auf die Realität ein

Erstens entschleunigen wir unsere Vorgehensweise und nehmen uns mehr Zeit, das Ganze zu betrachten. Schließlich werden wir uns damit eine Weile beschäftigen müssen. Die Lösung besteht nicht nur darin, dass wir die richtigen Worte verwenden.

Zweitens verändert die Tatsache, dass wir uns mit unserem Hoffnungsangebot auf die Tiefe der Wunde und die mit dem Schmerz verbundene Not einstellen, die Art und Weise, wie wir in der Öffentlichkeit reden. Wir sind ständig von Menschen umgeben, die unter Depressionen und anderen geistigen Störungen leiden. Als Redner in der Öffentlichkeit war Charles intensiv darum bemüht, Begrifflichkeiten zu verwenden, die der Intensität der Verzweiflung entsprechen können. In Psalm 88 hob er beispielsweise den Vers 7 hervor, in dem es heißt: »Du hast mich in die unterste Grube gelegt, in dichte Finsternis, in große Tiefe.«¹⁴⁸ Dann verweilte er bei diesem Schriftwort. »Was für eine Häufung starker Ausdrücke«, beobachtete er. »Keiner der Vergleiche ist übertrieben.« Danach sagt er uns, warum dies so ist:

»Das Gemüt kann in viel größere Tiefen hinabsinken als der Körper; ihm öffnen sich bodenlose Abgründe. Das Fleisch vermag nur eine gewisse Anzahl Wunden zu ertragen, nicht mehr; aber die Seele kann aus zehntausend Wunden bluten und stündlich aufs Neue den Tod schmecken.«¹⁴⁹

Drittens glich sein persönlicher Dienst seinem Verkündigungsdienst. Seelisch Leidende wurden zu Menschen, denen Charles regelmäßig seine Aufmerksamkeit zuwandte, wenngleich er ein Pastor war, der in Großbritannien und darüber hinaus Bekanntheit erlangte. »Wenn ich mit jenen rede, die sich in einem elenden Gemütszustand

148 Charles Spurgeon, *Die Schatzkammer Davids*, Bielefeld: CLV, überarbeitete Auflage 2018, Bd. 3, S. 2720 (Anmerkungen zu Ps 88,7). (Die Seitenzahl bezieht sich hier und im Folgenden auf die Angabe in der fünfbändigen Gesamtausgabe.) A. d. H.: Die Wiedergabe des Bibelverses erfolgt hier nach der Übersetzung von Emil Kautzsch (1841–1910).

149 Jeweils ebenda.

befinden, fühle ich mich wie zu Hause«, sagte er. »Wer im dunklen Verlies gewesen ist, kennt den Weg zum Brot und zum Wasser.«¹⁵⁰

Ein derart persönlicher Hirtendienst neben dem Verkündigungsdienst stellte manchmal eine Herausforderung dar. Selbst wenn er versuchte, Zeit zu finden, um sich persönlich zurückzuziehen oder Urlaub zu machen, musste er Folgendes feststellen: »Es schien, als würden alle, die schwermütig oder niedergedrückt waren – ob sie nun in Menton, Nizza, Cannes, Bordighera oder Sanremo wohnten –, ihn ausfindig machen und bei ihm Hilfe suchen. Da er ihnen zugewandt war, war er stets bereit, ihnen zur Seite zu stehen.«¹⁵¹

Dies hatte zum Ergebnis, was auch jede Ansprechperson in der Seelsorge empfindet: »Es ist nicht leicht, andere emporzuheben, ohne sich dabei nicht zu verausgaben.«¹⁵² »Gnade um Gnade« lautet fortwährend unser Motto. Dies ist auch das, was wir dringend nötig haben. Unermüdliche Gnade schmiedet unsere Hoffnung.

Die umfassendere Geschichte des Handelns Gottes

Damals, als während der Predigt von Spurgeon jener böswillige Zuhörer »Feuer!« rief und Menschen zu Tode kamen, stand der junge Ehemann und Vater von zwei Monate alten Zwillingen ab sofort »wegen Selbstmordgefährdung unter Beobachtung«, wie wir heute sagen würden. »Ich war damals ohne jede Mannesstärke«, erinnert er sich. »Jemand passte auf mich auf, da man nicht wusste,

150 Charles Spurgeon, »The Shank-bone Sermon; or, True Believers and Their Helpers«, *MTP*, Bd. 36 (Ages Digital Library, 1998), S. 252.

A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/the-shank-bone-sermon-or-true-believers-and-their-helpers/#flipbook/> (abgerufen am 13. 8. 2024).

151 Charles Spurgeon, *Autobiography*, Bd. 4.

http://www.grace-ebooks.com/library/Charles%20Spurgeon/CHS_Autobiography/CHS_Autobiography%20Vol%204.PDF (abgerufen am 13. 8. 2024).

A. d. H.: Das Zitat findet sich in Kapitel 96 (auf S. 232-233) der digitalisierten Fassung. Spurgeons Autobiografie geht nicht ausschließlich auf seine eigenen Aufzeichnungen zurück. Dies erklärt, dass darin gelegentlich von ihm in der dritten Person Einzahl die Rede ist.

152 Charles Spurgeon, »Fever and its Cure«, *MTP*, Bd. 36.

<http://www.ccel.org/ccel/spurgeon/sermons36.lii.html> (abgerufen am 13. 8. 2024).

was mit mir passieren könnte.«¹⁵³ »Ungefähr drei Wochen lang hatte ich beinahe meinen Verstand verloren.«¹⁵⁴

Doch rückblickend verknüpfte Charles diese von Hilflosigkeit bestimmten Szenen, in denen er glaubte, seinen Verstand verloren zu haben, mit derjenigen umfassenderen Geschichte des Handelns Gottes sowohl in der Welt als auch in seinem Leben. Charles sagte seinen Gemeindegliedern:

»Könnt ihr euch noch daran erinnern, wie ihr um euren Hirten geweint und gefleht habt, dass er wieder zu Sinnen kommen möge, als diese damals wankten? Erinnert ihr euch noch daran, wie Gott zu uns gewesen ist? Wir hatten [damals] eine besondere Gemeindegliederei, eine besondere Lebensprüfung und eine besondere Erlösung.«¹⁵⁵

»Unsere Wahrnehmung dessen, was geschieht, ist dafür, dass wir die Hoffnung festhalten, von größter Bedeutung. Weil wir die rechte Wahrnehmung verloren haben, gibt es so viel Schwermut.«¹⁵⁶ Wenn wir nicht mehr damit rechnen, dass realistische Hilfe noch möglich ist, verlieren wir die Hoffnung.

Somit wenden wir uns der Frage zu, die wir uns gestellt haben: Wie können wir unsere Betrübniß Gott überlassen, indem wir sie der umfassenderen Geschichte seines Handelns anvertrauen?

Nun wollen wir den Versuch starten, diese wichtige Frage zu beantworten. Wenn wir uns mit Gottes Wesen beschäftigen, entdecken wir den Wirklichkeitsklang, weil er inmitten unserer Betrübniß und unseres Leids auf uns eingeht. Er weiß aus eigener Erfahrung, wie nahe wir der Verzweigung sind. Er schenkt uns ent-

153 Charles Spurgeon, »Joy in Place of Sorrow«, *MTP*, Bd. 43 (Ages Digital Library, 1998), S. 446. A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/joy-in-place-of-sorrow/#flipbook/> (abgerufen am 13. 8. 2024).

154 Charles Spurgeon, »Belief in the Resurrection«, *MTP*, Bd. 61 (Ages Digital Library, 1998), S. 148. A. d. H.: <https://www.spurgeongems.org/sermon/chs3452.pdf> (abgerufen am 13. 8. 2024).

155 Charles Spurgeon, *Autobiography*, Kapitel 50 (Ages Digital Library, 1998), S. 235. A. d. H.: Dieses Zitat findet sich auch in einer Predigt Spurgeons vom 27. 2. 1859.

156 Richard Winter, *The Roots of Sorrow: Reflections on Depression and Hope*, Westchester/IL: Crossway Books, 1986, S. 292.

sprechende Begrifflichkeiten und sorgt so für uns, dass dies im Verhältnis zu unserem Schmerz steht.

Nun wollen wir uns einen Augenblick Zeit nehmen, um zu sehen, warum Jesus für diese umfassendere Geschichte im Allgemeinen und für uns im Besonderen, die wir unter Depressionen leiden, so viel bedeutet.

8 *Jesus und die Depression*

»Es ist ein unaussprechlicher Trost, dass unser Herr Jesus diese Erfahrung kennt.«¹⁵⁷

Sogar in den Werken säkularer Autoren findet sich der Begriff »Mann der Schmerzen«. Dieser Ausdruck geht auf Jesaja 53,3 zurück. Der alttestamentliche Prophet beschreibt damit denjenigen, der von Gott verheißten worden war. Charles bezeugte regelmäßig, welche wunderbare Kraft ihm aufgrund der Beziehung zu Jesus, dem Mann der Schmerzen, zuteilwurde:

»Auch ich persönlich bezeuge, was mir in Zeiten großen Schmerzes höchst tröstlich gewesen ist: Stets wusste ich, dass der Herr Jesus bei jeder Pein, die den Seinen zusetzt, sein Mitgefühl erkennen lässt. Wir sind nicht allein, denn einer, der einem Menschensohn gleicht, geht im Feuerofen mit uns umher.«¹⁵⁸

Auch Jesus war in tiefer Betrübniß

Das »Mitgefühl«, das Leidende in der umfassenderen Geschichte des Handelns Jesu vorfinden, gilt auch jenen von uns, die unter Depressionen leiden. Christen sind ihrer Bestimmung gemäß diejenigen, die sich mit dem Kreuz beschäftigen sollten. Doch dies-

157 Richard Winter, *The Roots of Sorrow*, a. a. O., S. 292.

158 Charles Spurgeon, »The Man of Sorrows«, *MTP*, Bd. 19 (Ages Digital Library, 1998), S. 153. A. d. H.: Vgl. hier und im Folgenden: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/the-man-of-sorrows/#flipbook/> (abgerufen am 13. 8. 2024).

Eine ähnliche Wiedergabe findet sich auf folgender Website: <https://www.glaubend.de/wp-content/uploads/2021/05/P12-006.pdf> (abgerufen am 13. 8. 2024).

bezüglich fordert Charles Leidende auf, die Hilfe unseres Heilands im Garten Gethsemane zu entdecken.

Dieser »Garten der Betrübniß«¹⁵⁹ wird für Charles zu einem Bild für den »Zustand des Niedergedrücktseins« im Falle von Jesus.¹⁶⁰ »Körperliche Schmerzen sollten uns helfen, das Kreuz zu verstehen«, sagte Charles, doch »aufgrund der Niedergeschlagenheit des Geistes sollten wir zu denen werden, die in das Geschehen von Gethsemane immer besser hineinfinden«¹⁶¹. »Das Mitgefühl Jesu ist das Zweitkostbarste an seinem Opfer.«¹⁶² Ansprechpersonen in der Seelsorge tun gut daran, dies zu beachten.

Wenden wir uns also dem neutestamentlichen Hebräerbrief zu. Dieser sagt Folgendes: Jesus ist »in allem versucht worden ... in gleicher Weise wie wir« (Hebr 4,15). Und: Hinsichtlich dessen, »worin er selbst gelitten hat, als er versucht wurde, vermag er denen zu helfen, die versucht werden« (Hebr 2,18). In dieser Hinsicht weitet Charles den Bereich dieses Mitgefühls und dieser Zuwendung Jesu ohne Weiteres aus, sodass dieser nicht nur unsere körperliche Schwäche, sondern auch unser »niedergedrücktes Gemüt« einschließt.¹⁶³

Mit welchem Ergebnis? Jene, die unter Depressionen leiden, können im Handlungsstrang der Geschichte Jesu Ruhe finden. »Wie umfassend wird dem Schmerz die Bitterkeit entzogen«, erklärt Charles, wenn wir »wissen, dass auch er ihn einst erlitten hat«¹⁶⁴.

Aus diesem Grund sei Folgendes gesagt: Die Worte derer, die über Gott reden und deren Hoffnung nicht realistisch ist bzw. die keine Ahnung haben von dem, was wir durchleiden, mögen für uns

159 Charles Spurgeon, »The Weakened Christ Strengthened«, *MTP*, Bd. 48 (Ages Digital Library, 1998), S. 149.

A. d. H.: Vgl. hier und im Folgenden:

<https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/the-weakened-christ-strengthened/#flipbook/> (abgerufen am 13. 8. 2024).

160 Charles Spurgeon, »Gethsemane«, *MTP*, Bd. 9 (Ages Digital Library, 1998), S. 103.

A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/gethsemane/#flipbook/> (abgerufen am 13. 8. 2024).

Siehe auch »The Overflowing Cup« in Bd. 15, S. 388.

A. d. H.: Vgl. hier und im Folgenden:

<https://www.spurgeon.org/sermon/chs874.pdf> (abgerufen am 13. 8. 2024).

161 Charles Spurgeon, »The Overflowing Cup«, *MTP*, Bd. 15 (Ages Digital Library, 1998), S. 388.

162 Charles Spurgeon, »The Man of Sorrows«, S. 154.

163 Charles Spurgeon, »The Weakened Christ Strengthened«, S. 143.

164 Charles Spurgeon, »The Man of Sorrows«, S. 154.

nicht mehr maßgeblich sein. Dennoch brauchen wir Jesus nicht zu umgehen. Ganz im Gegenteil! Wenn wir auf der Suche sind nach jemandem – wer es auch sei –, der sich in unsere Lage versetzen kann, dann tritt Jesus als der herausragendste und treueste Leidensgefährte in Erscheinung. Realistische Hoffnung ist eine Angelegenheit, bei der es letztendlich umfassend um Jesus geht. Jene, die unter Depressionen leiden, haben einen an ihrer Seite – einen Helden, einen Gefährten, der auch gleichzeitig ihr Erlöser ist und sich für die seelisch Bedrängten einsetzt.

Trost in Jesus finden

An dieser Stelle mag es uns überraschen, dass der Himmel nicht immer der beste Trost für die Niedergeschlagenen ist. Wenn wir uns nämlich lediglich unseres Elends bewusst sind, dann ist es nur wenig tröstlich, ständig zu versuchen, uns mit dem Verweis auf das große Irgendwann über die gegenwärtige Notlage hinwegtrösten zu wollen. Heutzutage »schauen die Leidenden nicht so sehr auf die Wiederkunft Christi, um Trost zu finden ..., sondern vielmehr auf das Erste Kommen Christi, als er [in seinem Erdenleben] mit Mühsal beschwert und von Leid geplagt war«¹⁶⁵. Warum? Weil wir selbst von Mühsal und Leid geplagt sind, während keine Ziellinie in Sicht ist.

Indem er dies sagt, stellt Charles allerdings die zukünftige Fürsprache Jesu nicht in Abrede. Ein Blick auf Jesus, der an unserer Seite einmal im Himmel für uns eintreten wird, kann zweifelsohne unser Elend manchmal lindern. In ihm sehen wir, dass unsere Bedrängnis leicht ist und schnell vorübergeht. Er überdauert unser Leiden, und in ihm werden auch wir es überdauern!

Ebenso wenig stellt Charles die *gegenwärtige* Fürsprache Jesu in Abrede. »Oh, wie sehr es dich – in jeder Phase deiner Niedergeschlagenheit – ermutigen würde, ihn nur sehen zu können, wie er

165 Charles Spurgeon, »The Man of Sorrows«, S. 149.

für dich eintritt und dein Fürsprecher ist!«, sagt er.¹⁶⁶ Die Gegenwart Jesu, der uns schützt, der uns Zuflucht bietet und der uns niemals im Stich lässt, spendet uns unermesslichen Trost. Seine Gegenwart ist für uns eine große Ermutigung!

Doch Charles stellt den wichtigen Punkt heraus, dass manchmal »noch nicht einmal die Herrlichkeiten Christi einer geplagten Seele einen solchen Trost spenden können«¹⁶⁷. Worüber wir uns stattdessen in unserem Herzen bewusst sein müssen, ist der Umstand, dass Jesus »der Herausragendste aller Leidtragenden ist, der mehr als jeder andere von sich behaupten kann: ›Ich bin der Mann, der Elend gesehen hat.«¹⁶⁸ ¹⁶⁹ Wir mögen in unserem Wesen empfinden, dass der Gott, den wir anflehen, selbst so wie wir gelitten hat. Dann werden wir dadurch befähigt zu spüren, dass wir nicht allein sind und dass Gott nicht derjenige ist, der keinerlei Mitgefühl erkennen lässt.

Deshalb greift Jesus weder Belanglosigkeiten auf noch lässt er jedes Mitgefühl vermissen, wenn es darum geht, um unserer eigenen Geschichte willen von der umfassenderen Geschichte des Handelns Gottes zu sprechen. Gott ist wie ein König, der inmitten der Schlacht zugegen ist. Er ist nicht so wie jene, die zwar von königlichem Geschlecht, doch vom Kampfesgeschehen weit entfernt sind und hinter der Front in Saus und Braus schmausen, während ihre Soldaten für eine Sache leiden, für die sie selbst keinen Finger rühren. In solchen Fällen würden wir – wie diese Soldaten – wohl des Kampfes überdrüssig werden und resignieren.

Doch in Jesus haben wir keine Geschichte des Handelns Gottes, die aus der Ferne daherkommt. Ganz im Gegenteil! Dieser König führt uns aus der vordersten Reihe an. Er ist hungrig, wenn die Seinen hungrig sind. Er ist durstig, wenn sie durstig sind. Er weist den ihm dargebotenen Becher Wasser von sich und reicht ihn an einen

166 Charles Spurgeon, »Honey in the Mouth!«, Predigt 2213, *MTP, The Spurgeon Archive*.
<https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/honey-in-the-mouth/#flipbook>
(abgerufen am 13. 8. 2024).

167 Charles Spurgeon, »The Man of Sorrows«. A. d. H.: Die Seitenzahl fehlt hier und im Folgenden, da die entsprechenden Originalangaben nicht eindeutig sind.

168 A. d. H.: Klagelieder 3,1.

169 Charles Spurgeon, »The Man of Sorrows«.

Soldaten weiter, der neben ihm steht und noch ermatteter dreinschaut als er selbst. Weil wir ihn in unserer Mitte kämpfen und leiden sehen, fangen wir daher an zu glauben, dass auch wir es erdulden können, weil er es erduldet. Wir rufen aus: »An diesem Tag können wir sicherlich Armut, Verleumdung, Verachtung oder körperlichen Schmerz oder gar den Tod ertragen, weil Jesus Christus, unser Herr, all das auf sich genommen hat.« Warum? Weil nämlich gilt: »... wenn Trost irgendwo zu finden ist, dann ist er sicherlich in der wonnerreichen Gegenwart des Gekreuzigten zu finden«¹⁷⁰. »Gewöhnliche Leidtragende ... nippen an der Schale der Betrübnis, er hingegen trinkt sie bis zum letzten Tropfen aus.«¹⁷¹

Wir fragen uns mit Recht, warum Gott die Depression und anderes Leid zulässt. Doch wir sollten uns auch fragen, warum er beschlossen hat, das Leid *mit* uns und *für* uns zu erdulden. Der »Mann der Schmerzen« offenbart eine umfassendere Geschichte des Handelns Gottes, die realistische Hoffnung inmitten unserer Nähe zur Verzweiflung bieten kann. Doch inwiefern prägt diese umfassendere Geschichte unser Augenmerk, das wir auf die Depression legen?

Mit unseren Höhen und Tiefen umgehen

Eines Sonntagmorgens teilte Charles in seiner Predigt unverhohlen Folgendes mit: »Diese Woche ist in gewisser Hinsicht die krönende Woche meines Lebens gewesen«, sagte er, »doch sie endete mit einem Schrecken großer Finsternis, über den ich nicht mehr sagen möchte, als ihn hiermit einfach nur erwähnt zu haben.«¹⁷² Dann spricht Charles darüber, dass er zu Zuständen des Hochgefühls und zu Phasen des Niedergedrücktseins neigt. »Ich vermute, dass einige Geschwister weder Hochgefühle noch Niedergeschlagenheit erleben. Ich wünschte beinahe, dass ich an ihrem friedlichen Leben Anteil

170 Jeweils zitiert nach: Charles Spurgeon, »The Man of Sorrows«.

171 Charles Spurgeon, »The Man of Sorrows«.

172 Charles Spurgeon, »Israel's God and God's Israel«, *MTP*, Bd. 14 (Ages Digital Library, 1998), S. 238. A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/israels-god-and-gods-israel/#flipbook/> (abgerufen am 13. .8. 2024).

nehmen könnte.« Er fährt fort: »Denn mein Leben ist von einem ständigen Auf und Ab geprägt, und obwohl meine Freude größer ist als die der meisten Menschen, ist es um die Niedergeschlagenheit meines Geistes so bestellt, dass sie sich nur wenige vorstellen können.«¹⁷³

Charles gab sein persönliches Zeugnis als Veranschaulichung für seine Bezugnahme auf den alttestamentlichen Propheten Elia. Nachdem Elia in seinem Leben einen seinesgleichen suchenden Sieg errungen hatte, überkam ihn eine furchtbare Depression, die so schwerwiegend war, dass er darum bat, sterben zu dürfen. »Hochgefühle bedingen eine tiefe Niedergeschlagenheit«, sagt Charles, indem er erkennen lässt, dass es angesichts all dessen seinen Humor nicht verloren hat. Dann geht er daran, diese Wahrheit direkt auf jene anzuwenden, die ebenfalls wissen, was es bedeutet, »in die Tiefen der Depression zu geraten«. Er wendet die Fürsorge des nahen Gottes darauf an, dass wir täglich vor dem Abgrund stehen.

- *Ganz egal, wie tief du fallen magst, die Gnade reicht noch tiefer hinunter.* »Was befand sich unter Elia, als er unter dem Ginsterstrauch in diesen Zustand der Depression geriet? Nun, unter ihm befanden sich die ewigen Arme.« Ungeachtet dessen, wie tief du auch in deine Depression hineinfallen magst, »die ewigen Arme befinden sich stets unter dir«¹⁷⁴.
- *Die Gnade reicht tiefer, was immer auch die Ursache sein mag.* »Liebe Brüder, es gibt viele solcher Anlässe, bei denen der Geist manchmal abgleitet, weil wir uns einer Sünde bewusst sind, weil wir enttäuscht werden, weil wir von Freunden verlassen werden, weil wir den Niedergang im Werk Gottes bemerken, weil wir in unserem Dienst keine Frucht sehen oder weil es ein-tausend andere Missstände gibt, die uns veranlassen könnten, niedergeschlagen zu sein.«¹⁷⁵ Jesus ist imstande, sich uns voller

173 Jeweils ebenda.

174 Jeweils ebenda.

175 Ebenda.

Mitgefühl zuzuwenden und uns aus unserem Zustand herauszuholen, ungeachtet dessen, womit wir konfrontiert sein mögen.

In einer anderen Predigt offenbarte Charles seinen Zustand auf ähnliche Weise. »Ich fühle mich heute Abend ziemlich angeschlagen und habe Mühe, zu euch zu reden. Mir ist äußerst unwohl zumute, ich spüre eine unaussprechlich große Last und bin extrem niedergedrückt.«¹⁷⁶ Doch was ihm an jenem Abend eine Hilfe war, war »die Freude«, vor den Versammelten »ein paar Worte« über das Evangelium »sagen zu dürfen«. Die Freude, die umfassendere Geschichte vom Leiden und Mitgefühl Jesu weitergeben zu dürfen, kann uns auf geheimnisvolle Weise in unserer Depression stärken.

Wir lernen es, unsere Geschichte zu erzählen

Warum redete Charles so offen und unverhohlen über seine Depression? Er widerstand jenen, die ihn brandmarkten, bloßstellten oder ausgrenzten. Inwiefern tat er dies? Hier ist die Antwort: In der Geschichte Jesu ist von Gott die Rede, der zugegen ist, um uns realistische Hoffnung zu vermitteln. Weil auch wir uns an Gottes Seite befinden, lernen wir, unsere Geschichte zu erzählen. Wenn wir uns inmitten der tiefsten Depression befinden, zweifeln wir daran, dass unsere Geschichte irgendjemandem wichtig sein könnte – ganz zu schweigen von Gott und uns selbst. Doch es ist tatsächlich so, dass jene, die die heulende Wüste durchquert haben, Dinge sagen können, die sonst wirklich keiner über die Lippen zu bringen vermag.

1. *Wir erzählen unsere Geschichte nicht, um Mitleid zu erregen oder um mit der Geschichte eines anderen, die wir kurzerhand als die eigene ausgegeben haben, die Aufmerksamkeit auf uns zu ziehen. Vielmehr erzählen wir sie, um Mitgefühl zu zeigen.* »Auf heftige

¹⁷⁶ Jeweils zitiert nach: Charles Spurgeon, *Sword and Trowel 1869* (Ages Digital Library, 1998), S. 9. A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/a-sermon-from-a-sick-preacher/> (abgerufen am 13.8.2024).

Schmerzen des Körpers folgte Niedergeschlagenheit des Geistes, dazu kam noch die Trauer über den Todesfall der innig geliebten Mutter und die Krankheit einer [Person], die mir teuer wie das Leben ist. Die Wasser wälzten sich beständig herein, Welle auf Welle. Ich erwähne dies nicht, um Mitgefühl zu erlangen, sondern nur, um den Leser sehen zu lassen, dass ich kein Seemann des trockenen Landes bin ... ich kenne das Rollen der Wogen und das Rauschen der Winde.«¹⁷⁷

2. *Wir erzählen unsere Geschichte nicht, weil wir uns etwa nach dieser Erfahrung ausgestreckt hätten, sondern weil wir diese Erfahrung durchlebt haben.* »Nun«, sagt einer, »Am eigenen Leib möchte ich so etwas nicht erleben wollen.« Nein, aber gehe einfach einmal davon aus, dass du dich in diese Lage versetzen konntest. Das nächste Mal, wenn du einem Bruder begegnest, der vom *Riesen Verzweiflung* in dessen Burg eingesperrt wurde, würdest du nämlich wissen, wie du ihm Mitgefühl entgegenbringen kannst.«¹⁷⁸
3. *Wir erzählen unsere Geschichte, damit Leidende wissen, dass Jesus ihnen nicht wegen ihrer Stärken, sondern wegen ihrer Schwächen Mitgefühl entgegenbringt.* »Unser Schmerz, unsere Depression, unser Zittern, unsere Empfindlichkeit – er zeigt sich von all diesen [Dingen] berührt, obwohl er selbst nicht in die Sünde fällt, die sich allzu oft aus ihnen ergibt. Halte an dieser Wahrheit fest, denn sie könnte dir eines Tages sehr zum Trost werden. Jesus lässt sich nicht von einem Gefühl deiner Stärke, sondern von deiner Schwäche berühren ... wie sich die Mutter ihrem Säugling in seiner Schwachheit zuwendet, so bringt auch Jesus den ärmsten, traurigsten und schwächsten« seiner Erwählten »Mitgefühl entgegen.«¹⁷⁹

177 Charles Spurgeon, *Faith's Checkbook* (Ages Digital Library, 1998), S. 4. A. d. H.: Hier zitiert nach dem Wortlaut auf folgender Website:

<https://www.evangelischer-glaube.de/ch-h-spurgeon-kleinode/> (abgerufen am 13. 8. 2024).

178 Charles Spurgeon, »A Stanza of Deliverance«, *MTP*, Bd. 38 (Ages Digital Library, 1998), S. 72.

A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/a-stanza-of-deliverance/#flipbook/> (abgerufen am 13. 8. 2024).

179 Jeweils zitiert nach: Charles Spurgeon, »The Tenderness of Jesus«, *MTP*, Bd. 36 (Ages Digital Library, 1998), S. 402.

A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/the-tenderness-of-jesus/#flipbook/> (abgerufen am 13. 8. 2024).

4. *Wir erzählen unsere Geschichte, um der realistischen Hoffnung zu dienen.* »Wenn du die Niedergeschlagenheit des Geistes hinter dich gebracht hast und wenn der Herr dir zum Trost erschienen ist, dann stelle dich zur Verfügung, um anderen zu helfen, die sich noch dort befinden, wo du einst gewesen bist.«¹⁸⁰

Wir kommen auf Kenyons Gedicht zurück

Vor einigen Kapiteln war das Gedicht von Jane Kenyon unser Ausgangspunkt. Sie redete davon, wie die Depression unsere Umgangsformen mit Gott zugrunde richtet und wie Leute, die über Gott reden, wiederum ihre eigenen Umgangsformen uns gegenüber gefährden. Wir haben darüber gestaunt, warum Charles imstande war, derart unter Depressionen zu leiden, und dennoch Gott als denjenigen sah, der ihm freundlich gesonnen und gegenwärtig war.

Vielleicht ist es für einige von uns eine Überraschung. Wir halten die Bibel möglicherweise für ein gewalttätiges Buch. Dabei meinen wir, Gott sei zornig, und halten diejenigen, die über Gott reden, für Menschen, die sich häufig irgendwelcher Phrasen bedienen. Doch Charles entdeckte in der Bibel Begrifflichkeiten für die Leidenden – die Tatsache, dass sie sich auf ihre Seite stellt und jenen Einhalt gebietet, die zwar helfen wollen, aber nur Schaden anrichten. Er fand in der Schrift einen Mann der Schmerzen, der von Gott aus Liebe um der wehklagenden Welt willen gesandt wurde. Daher können die im Dunkeln Sitzenden endlich empfinden, was ihr Zuhause ist, für das sie geschaffen worden sind, und wieder die Sonne genießen. Dieser weitere Plan bzw. diese umfassendere Geschichte wurde zu dem Mittel, dessen Charles sich bediente, um für die Tatsache gewappnet zu sein, dass er der Verzweiflung nahe war. Gott hatte eine begründete Hoffnung geschenkt, die den Ursachen unseres Niedergedrücktseins in seiner ganzen Intensität entsprach.

180 Charles Spurgeon, »The Shank-bone Sermon ...«, S. 252.
A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/the-shank-bone-sermon-or-true-believers-and-their-helpers/#flipbook/> (abgerufen am 13.8.2024).

Inwiefern prägt diese Geschichte, der zufolge Gott in Jesus handelt, die Art und Weise, wie wir unsere Depression im Alltag bewältigen können? Immerhin gibt es ja keine Patentlösungen dafür, und Plattitüden bringen nichts – nicht einmal, wenn man sie auf glaubensmäßigem Gebiet gebraucht. Welcher Unterschied ergibt sich aus dieser Geschichte, aus diesem umfassenderen Narrativ¹⁸¹, also für unseren Alltag?

181 A. d. H.: Gemeint ist in diesem Zusammenhang eine sinnstiftende »Erzählung« (engl. *narrative*), die zur Grundlage für die geistlichen Gegebenheiten auf diesem Gebiet wird.

*Teil 3: Lernen hilft,
die Depression im Alltag
zu bewältigen*

9 Verheißungen und Gebete

»Eine Salbe für jede Wunde, ein Stärkungsmittel für jede Schwäche, ein Heilmittel für jede Krankheit. Glückselig ist derjenige, der sich mit himmlischer Heilkunde auskennt und weiß, wie man die heilende Kraft der Verheißungen Gottes ergreift!«¹⁸²

Verheißungen können dazu beitragen, dass wir zynisch werden. Früher haben wir möglicherweise unsere Hoffnung darauf gesetzt, doch mittlerweile gleichen sie den losen Centstücken, dem Schmierpapier oder den übrig gebliebenen Schrauben, die irgendwann in unserer Krimskrums-Schublade gelandet sind. Der Psalmist gibt uns die entsprechenden Begrifflichkeiten in Psalm 77,9: »Ist zu Ende seine Güte für immer? Hat das Wort aufgehört von Geschlecht zu Geschlecht?«

Und dennoch ist es weiterhin notwendig, dass wir unser Leben neu auf diese Verheißungen ausrichten, wenngleich es uns als Risiko erscheint und selbst wenn unsere Beziehung zu diesen Verheißungen nichts weiter als unsere schmerz erfüllten Fragen offenbart, die wir im Blick auf sie haben mögen. Warum? Weil bestimmte Verheißungen wie Stimmen der realistischen Hoffnung sind, die in unsere ansonsten gefangen genommenen Gedanken inmitten des Verlieses eindringen. Sie sind »kostbar und überaus groß« und wurden uns von Gott zugeeignet (vgl. 2Petr 1,4 [Zürcher]). Unsere Seele ist auf sie angewiesen.

Im nächsten Kapitel werden wir die natürlichen Hilfsmittel betrachten, die uns zur Verfügung stehen. Medizin, ein Sinn für Humor, Ruhe, regelmäßige Aufenthalte in der Natur, warme Bäder,

¹⁸² Charles Spurgeon, »Obtaining Promises«, <http://www.ccel.org/ccel/spurgeon/sermons08.ix.html> (abgerufen am 14. 8. 2024).

angemessene Ernährung und das Planen unseres Tages unter Berücksichtigung unserer Grenzen erweisen sich neben Therapie und biblischer Seelsorge in den Händen des Mannes der Schmerzen als hilfreiche Werkzeuge.

Doch zunächst wollen wir in der innigen Gemeinschaft mit ihm auf behutsame Weise lernen, die Verheißungen Gottes als eine Art Leuchtturm zu erkennen, der in unsere nächtliche See hinausleuchtet.

Uns selbst Notizen zukommen lassen

Wenngleich es sich merkwürdig anhört, sollten wir darauf bedacht sein zu lernen, wie wir Selbstgespräche über Gottes Verheißungen führen können. Eine Möglichkeit, dies zu tun, besteht darin, dass wir uns selbst Notizen zukommen lassen bzw. dass uns andere mittels solcher Notizen ermutigen.

Beispielsweise könnte ein bestimmtes Kalenderdatum schmerzliche Erinnerungen oder schreckliche Vorstellungen heraufbeschwören. Wir werfen einen Blick auf den Kalender und malen uns vielleicht alles erdenkliche Unheil aus. Charles ermutigt uns dazu, Verheißungen an den Rand unseres Kalenders zu schreiben, wie z. B. Psalm 91,4: »Mit seinen Fittichen wird er dich decken, und du wirst Zuflucht finden unter seinen Flügeln.« Dann erklärt Charles auf der Grundlage dieser Verheißung: »Lass das Unbekannte des morgigen Tages ruhig mit sich bringen, was es für uns bereithalten mag. Es kann uns nichts bescheren, durch das Gott uns nicht durchtragen wird.«¹⁸³

Außerdem hängte Charles Zettel in seinem Haus auf, auf die er die Verheißungen Gottes geschrieben hatte. Während einer Zeit gnadenloser Kritik und öffentlicher Verunglimpfungen rahmte seine Frau Susannah sogar Matthäus 5,11-12 ein und hängte diese Ver-

183 Charles Spurgeon, »Safe Shelter«, *MTP*, Bd. 15 (Ages Digital Library, 1998), S. 787.
A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/safe-shelter/#flipbook/>
(abgerufen am 14. 8. 2024).

heißung Jesu in ihrem Schlafzimmer auf, sodass ihr Mann sie jeden Morgen sehen konnte: »Glücklich seid ihr, wenn sie euch schmähen und verfolgen und alles Böse lügnerisch gegen euch reden um meinwillen. Freut euch und frohlockt, denn euer Lohn ist groß in den Himmeln; denn ebenso haben sie die Propheten verfolgt, die vor euch waren.«

Charles ermahnte auch andere dazu, gemäß der Verheißungen Gottes zu leben. Er ermutigte sie, sich ein Exemplar von Samuel Clarks Buch *Köstliche Verheißungen: Glaubensaufhelfende Verse für jede Lage*¹⁸⁴ zuzulegen. Charles hatte stets ein persönliches Exemplar dieses Buches in seiner Tasche, sodass er sich darauf berufen konnte, wenn körperlicher bzw. seelischer Schmerz oder Angst begannen, ihn auf üble Weise zu lähmen.¹⁸⁵ Dieses Buch mit Verheißungen ist in Kategorien mit entsprechenden Überschriften eingeteilt, die unterschiedliche Lebensumstände und Lebensbedingungen anzeigen. Unter der Überschrift »Unterstützung in Schwierigkeiten«¹⁸⁶ werden Schriftabschnitte wie die folgenden aufgeführt:

- »Wenn ich inmitten der Bedrängnis wandle, wirst du mich beleben« (Ps 138,7a).
- »Vergeht mein Fleisch und mein Herz – der Fels meines Herzens und mein Teil ist Gott auf ewig« (Ps 73,26).
- »Der HERR stützt alle Fallenden und richtet alle Niederbeugten auf« (Ps 145,14).

184 https://www.whatsaiththescriture.com/Text.Only/pdfs/Clarks_Bible_Promises_Tex.pdf (abgerufen am 14. 8. 2024). A. d. H.: Dieser Website kann man entnehmen, dass dieses von Samuel Clarke (1684 – 1759) zusammengestellte Werk neben dem Originaltitel *Precious Bible Promises* auch unter mehreren anderen Titeln erschien.

185 Eric W. Hayden, *Searchlight on Spurgeon: Spurgeon Speaks for Himself*, Pasadena/TX: Pilgrim Publications, 1973, S. 178.

186 A. d. H.: Wiedergabe der Überschrift, wie sie in der deutschsprachigen Ausgabe unter dem bereits erwähnten Titel zu finden ist: Samuel Clarke/Waldemar Lawrenz, *Köstliche Verheißungen: Glaubensaufhelfende Verse für jede Lage*, Books on Demand, 2021, S. 70.

Die Verheißung nährt die realistische Hoffnung

Welche praktische Hilfe bieten uns Verheißungen? Wenn wir solche Verheißungen verinnerlichen, können wir in erster Linie hören, wie die Stimme Gottes inmitten der Sturzflut konkurrierender Stimmen ertönt, deren Echo sich an den verbarrikadierten Fenstern unseres Geistes bricht. Wir vernehmen seine starke und zu unserem Herzen redende Stimme, die davon spricht, dass Jesus uns liebt, dass er da ist, dass er uns Lebenssinn schenkt und dass er die Wahrheit ist. Im Glauben stützen wir uns auf diese Zusagen unseres himmlischen und liebevollen Vaters, so wie Jesus es tat, als der alte Feind ihn in der Wüste versuchte. Während Satan mit seinen Worten Jesus zu Fall bringen sollten, erwiderte der Heiland: »Es steht geschrieben« (vgl. Mt 4,1-11).

Inmitten düsterer Vorahnungen eilen auch wir zu der Verheißung dessen, was geschrieben steht, und in die Gegenwart desjenigen, der es geschrieben hat. Dort hören wir, wer Gott ist, welche Haltung er uns gegenüber einnimmt und was der übergeordnete Handlungsstrang der Hoffnung ist, in dem sich dieser gegenwärtige schmerzliche Augenblick befindet. Wir müssen es lernen, es uns zur Lebensgewohnheit zu machen, uns die Verheißungen Gottes vor Augen zu führen. Dann werden wir dadurch befähigt, die Stimme unseres Hirten besser zu hören, während die reißenden Wölfe um uns her ihr Knurren vernehmen lassen.

Manchmal erleichtert eine der Verheißungen Gottes die Last, die unser Gemüt beschwert. Sie wirkt auf unser Leben ein, »indem sie in uns eine Erhebung des Geistes erzeugt, ein Leben, das über die sichtbare Umgebung hinausgeht, eine gelassene und himmlische Gemütsstimmung«¹⁸⁷. Die Verheißungen sind wie Soldaten einer realistischen Hoffnung, die unsere Geiselnnehmer überwältigen, das

187 Charles Spurgeon, *According to Promise* (Grace E-Books), S. 17.

http://grace-ebooks.com/library/Charles%20Spurgeon/CHS_According%20to%20Promise.PDF (abgerufen am 14. 8. 2024).

A. d. H.: Hier und im Folgenden zitiert nach der deutschen Ausgabe: Charles Spurgeon, *Nach der Verheißung, oder: Wie der Herr mit seinem erwählten Volke handelt*, Hamburg, Verlag von J. G. Oncken Nachf. (Philipp Bickel), 1887, S. 26.

Klebeband von unserem Mund entfernen, unsere Fesseln durchschneiden, unsere Augenbinde abnehmen, uns direkt in die Augen blicken und sagen: »Wir sind hier, um dich nach Hause zu holen.«

Die Erleichterung stellt sich ein, weil die Verheißung unsere realistische Hoffnung nährt. »Eine von göttlicher Verheißung entflammte Hoffnung beeinflusst das ganze Leben eines Menschen in seinen innersten Gedanken, Wegen und Gefühlen«, sagt Charles.¹⁸⁸ Die Hoffnung auf der Grundlage der Verheißung reißt die Vorhänge auf und lässt erneut den Sonnenschein hinein. Es tut uns zumindest gut, die Sonne zu sehen, auch wenn es nur einen Augenblick, eine Stunde, einen Tag oder ein Jahr anhalten sollte.

Es kommt aber auch vor, dass Verheißungen, die ausgesprochen werden, überhaupt keine gefühlte Erleichterung bringen. Wie bei einem Spielzeugventilator in der Wüste sind die Batterien leer. Wir halten diesen Ventilator fest umklammert, während die Hitze unser Leben dahinschwinden lässt. In solchen Zeiten erinnert uns Charles aus eigener Erfahrung daran, dass die Gültigkeit der göttlichen Verheißung nicht von unserer Fähigkeit abhängt, deren Realität zu spüren oder zu sehen. Genauso wenig hängt die Hoffnung einer Geisel von ihrer Fähigkeit ab, ihren Retter zu erkennen oder sich nach ihm auszustrecken, sondern von der Fähigkeit des jeweiligen Soldaten, ihre Fesseln zu lösen und sie in Sicherheit zu bringen. Die Verheißung selbst und derjenige, der sie gegeben hat, machen ihren Anker fest, obwohl es manchmal den Anschein hat, dass wir den Wellen preisgegeben sind und hilflos in unseren Booten hin und her geworfen werden.

Weil Gott da ist und seine Verheißung weiterhin gültig ist, bleibt die realistische Hoffnung fast wie im Verborgenen – manchmal unter der Oberfläche unserer Gemütsschwankungen und wechselnder Nöte – bestehen. Charles hält nach dieser Hoffnung Ausschau, die sich in einem Menschen trotz seiner Nöte befindet. Er verweist auf diese verborgene Hoffnung im Vergleich dazu, ob man an einem bestimmten Tag wie ein moralischer Erfolgsmensch aussieht

188 A. a. O., S. 16. A. d. H.: Vgl. die in Fußnote 187 erwähnte deutsche Ausgabe: a. a. O., S. 27.

oder nicht. »Die geheime Hoffnung eines Menschen ist ein besserer Prüfstein seines Zustandes vor Gott als die Handlungen irgendeinen Tages oder selbst die öffentlichen Andachtsübungen eines Jahres.«¹⁸⁹ Wir werden von einer Geschichte festgehalten und getragen, die größer und wahrhaftiger ist als unsere jeweilige Gemütslage und unsere jeweiligen Nöte. Wir sind mehr, als die Anfechtungen, Gefühle oder Entscheidungen eines Augenblicks über uns Auskunft zu geben scheinen.

Wir suchen in der Bibel nach ähnlichen Fällen

Wir lernen nicht nur, wie wir uns die göttlichen Verheißungen vor Augen führen können, sondern wir werden auch zu Bergleuten, die auf den Seiten der Heiligen Schrift wie in Schächten nach Verheißungen schürfen. Im Dunkeln gehen wir auf Höhlenerkundung inmitten des dämmrigen Schimmerns der Nachtlichter. Warum suchen wir nach Verheißungen in der Bibel? Weil Gott Worte der Hoffnung geschenkt hat, die sich auf die »unzählbaren verschiedenen Zustände der Seinen« anwenden lassen. »Kein einziges Leiden ist übersehen, wie eigentümlich es auch sein mag.«¹⁹⁰

Wonach suchen wir, wenn wir wie Bergleute nach Schätzen Ausschau halten? Wir suchen nach den Fällen im »Leben anderer Gläubiger«, die unserem eigenen Fall gleichen. »Je genauer die Übereinstimmung der Verheißung mit unserer Lage ist, desto größer ist der Trost, den sie gewähren wird.«¹⁹¹ Wenn wir eine Situation ausfindig machen, die mit der unsrigen vergleichbar ist, bemühen wir uns, »auf diese bestimmte Aussage göttlicher Gnade, die sich für uns in unseren gegenwärtigen Umständen eignet, ein Licht zu werfen«¹⁹².

189 A. a. O., S. 17. A. d. H.: Vgl. die in Fußnote 187 erwähnte deutsche Ausgabe: a. a. O., S. 27.

190 Charles Spurgeon, *According to Promise*, a. a. O., S. 73. A. d. H.: Hier jeweils zitiert nach: Charles Spurgeon, *Kraft der Verheißung*, Berlin: Evangelische Versandbuchhandlung O. Ekelmann Nachf., 1987, S. 70.

191 Charles Spurgeon, *Kraft der Verheißung*, a. a. O., S. 69.

192 Charles Spurgeon, *According to Promise*, a. a. O., S. 73.

Wir meiden Unstimmigkeiten. Wir wissen, dass wir nicht Mose oder Hanna, Maria oder Petrus sind. Deren Aufgaben waren einzigartig. Doch wir lassen uns von der Menschlichkeit ansprechen, die wir mit ihnen gemeinsam haben, von ihren auch für uns typischen Emotionen, Gedanken, Versäumnissen, Anfechtungen und Freuden. Wir sehen, wie Gott auf sie eingegangen ist und sich dabei nach dem gerichtet hat, was auch uns auszeichnet und prägt. Wir vertrauen darauf, dass das, was damals für sie mit der Wesensart Gottes verbunden war, sich gleichermaßen auch uns jetzt erschließt.

Folglich versuchen wir nicht, uns in biblische Geschichten hineinzuzwängen. Wie ein Bergmann, der zwar an einer vielversprechenden Stelle schürft, aber dort keinen Schatz vorfindet, so gehören Versuch und Irrtum zum Alltag unseres biblischen Bergbaus. »Du versuchst das eine und das andere der geoffenbarten Worte«, sagt Charles, »aber sie passen nicht«.

»Das beunruhigte Herz sieht Gründe, weshalb sie im vorliegenden Fall nicht angewendet werden können, und darum werden sie in dem alten Buch gelassen, zum Gebrauch für einen anderen Tag, denn sie nützen für die gegenwärtige Not nichts. Du versuchst es wieder und wieder, und zur rechten Zeit bietet sich eine Verheißung an, die für diesen Fall wie gemacht scheint. Sie passt so genau, wie ein gut angefertigter Schlüssel in das Schloss passt, für das er ursprünglich bestimmt war.«¹⁹³

Wir wollen an dieser Stelle einen Augenblick innehalten, um das hier von Charles Gesagte auf die Worte des Psalmisten anzuwenden. Nehmen wir den Psalm 77 als Beispiel. Der Psalm 77 offenbart einen verzweifelten Menschen, der unter Schlafstörungen leidet und sich in die Enge getrieben fühlt, dessen Gedanken über Gott seinen seelischen Schmerz nur noch verschlimmern. Mit Fragen hinsichtlich der scheinbaren Abwesenheit Gottes inmitten seiner Nöte schüttet

193 Ebenda. A. d. H.: Hier jeweils zitiert nach: Charles Spurgeon, *Kraft der Verheißung*, a. a. O., 1987, S. 70-71.

er sein Herz aus. Doch dann beginnt dieser Psalmist in seiner Verzweiflung, über eine biblische Geschichte nachzudenken, die ihm vertraut ist. Er sinnt darüber nach, wie die Israeliten unter der Führung Moses zwischen dem Meeresufer auf der einen Seite und der tödlichen Bedrohung seitens des Heeres des Pharaos auf der anderen Seite in die Enge getrieben wurden. Ihre Lage schien ausweglos zu sein. Der niedergedrückte Psalmist ruft sich dann die umfassendere Geschichte des Handelns Gottes auf der Grundlage dieses Geschehens aus längst vergangener Zeit in Erinnerung, und dies ist auch für uns von Nutzen.

»Im Meer ist dein Weg, und deine Pfade sind in großen Wassern, und deine Fußstapfen sind nicht bekannt. Du hast dein Volk wie eine Herde durch die Hand Moses und Aarons geleitet« (Ps 77,20-21).

Der niedergeschlagene Psalmist erkannte die Ungereimtheit zwischen der Geschichte, die von Mose handelte, und seiner eigenen Geschichte. Er glaubte nicht etwa, dass Gott ihm verheißt hatte, ihm als Zeichen seiner Gegenwart und Liebe ein buchstäbliches Meer zu teilen. Doch der niedergedrückte Psalmist erkannte dennoch die Gemeinsamkeit, die seine eigene Lebensgeschichte mit der Situation jener aufwies, die Generationen zuvor am Meeresufer in die Enge getrieben worden waren. Derselbe Gott, der sie auf unergründliche Weise in Sicherheit brachte, während die großen Wassermassen ihnen zur Rechten und Linken eine Mauer waren, konnte sich auch ihm in seinem eigenen Dilemma zuwenden, ihn dieselbe Gegenwart spüren und ihm dieselbe Rettung zuteilwerden lassen. Für sie bestand der Ausweg darin, dass sie mitten hindurch gingen. Der Psalmist greift diese Wahrheit für sich auf. Gott, wenngleich nicht sichtbar, wird ihn durch seine eigene aussichtslose Lage hindurchführen. Er deutete dies als Zusage der Wesensart Gottes, dass er auch ihm hindurchhelfen würde.

Zu den Orten, zu denen es Charles immer wieder hinzog und die sich dazu eignen, von den unter Depressionen Leidenden immer

wieder aufgesucht zu werden, gehören die Schauplätze, an denen wir Jakobs Hinken, Josephs Tränen, Hiobs Qualen, Davids Psalmen, Elias Todeswunsch, die Wehklagen der biblischen Beter, den Dorn des Paulus und – wie wir bereits gesehen haben – die Not unseres Herrn in Gethsemane finden. Doch was bringt es uns, wenn wir solche Verheißungen ausfindig machen, die zu unserer eigenen Situation passen? Läuft dies nicht darauf hinaus, dass wir zur Selbsthilfe greifen wollen und uns dabei irgendwelcher Phrasen bedienen oder Gemeinplätze für den Alltag gebrauchen?

Die Verheißungen in Anspruch nehmen

Die von Charles gegebene Antwort auf diese Frage lautet: »Nein!« Die Verheißung stellt nicht nur ein Wort dar, sondern sie ist das Wort Gottes. Sich auf das *Wort* einzulassen, bedeutet, sich auf *ihn* einzulassen. Wir helfen uns zwar, indem wir uns auf die Verheißungen berufen, doch die Hilfeleistung kommt überhaupt nicht von uns.

Wir leben vielmehr wie jene, die uns vorausgegangen sind. Auch wir dürfen im Rahmen unserer Gottesbeziehung und im Blick auf unser Elend Gott im Gebet anflehen. Und genau darum geht es eigentlich bei der Verheißung, nämlich dass sie uns ins Gebet führt. Inmitten unserer augenblicklichen Schwermut bringen wir unsere persönliche Beziehung mit Gott zum Ausdruck.

»Was ist Gebet anderes«, fragt Charles, »als die geltend gemachte Verheißung?« Dann gibt er uns einen Einblick in seine eigenen Lebensgewohnheiten im Zusammenhang mit Verheißung und Gebet:

»Ich freue mich, wenn ich in der Zeit meiner Not eine Verheißung finde, die genau für sie passt, und dann lege ich meinen Finger darauf und sage: ›Herr, das ist dein Wort; ich bitte dich, nun zu beweisen, dass es das ist, indem du es an mir erfüllst. Ich glaube, dass dies deine Handschrift ist, und ich bitte dich, erfülle sie meinem Glauben.‹ Ich glaube an vollständige Inspiration, und

ich erwarte demütig vom Herrn eine vollständige Erfüllung jedes Wortes, das er hat aufzeichnen lassen.«¹⁹⁴

Eine Verheißung, die Charles wiederholt in seine Gebete einbaute, stammte aus Psalm 103,13: »Wie ein Vater sich über die Kinder erbarmt, so erbarmt sich der HERR über die, die ihn fürchten.« Im Hinblick auf Jesus, der uns lehrte, zu Gott als unserem himmlischen und liebevollen Vater zu beten, sagte Charles: »Wenn wir unseren Tiefpunkt erreicht haben, können wir trotzdem ›Unser Vater‹ sagen, und wenn es äußerst düster ist und wir äußerst schwach sind, kann unser kindlicher Appell dennoch mit den Worten ›Vater, hilf mir! Vater, rette mich!‹ emporsteigen.«¹⁹⁵

Gott sagt, dass er wie ein Vater ist, der uns in unserer Schwachheit Mitgefühl entgegenbringt. Demzufolge nehmen wir ihn beim Wort und berufen uns auf diese Verheißung im Gebet. Wir halten danach Ausschau, dass sich sein Erbarmen immer dann zeigt, wenn unsere Not auftritt.

Charles erzählte oft eine persönliche Geschichte, deren Hintergrund war, dass er sich auf die Verheißung, in Jesus Gottes geliebtes Kind zu sein, berief. Seine Gicht war der Grund dafür, dass er damals von extremen körperlichen und seelischen Schmerzen gepeinigt wurde, die nicht nachließen und ihm keinen Augenblick der Ruhe gönnten. Als er es nicht mehr aushalten konnte, ohne zu schreien, bat er alle, aus dem Raum zu gehen, und wandte sich auf der Grundlage dieses in der Bibel verheißenen Erbarmens hilfeschreiend an Gott:

»Du bist mein Vater, und ich bin dein Kind; und du als ein Vater bist sanft und voller Barmherzigkeit. Ich könnte es nicht ertragen, mein Kind so leiden zu sehen, wie du mich leiden lässt, und wenn ich es so gequält sähe, wie ich es jetzt gerade bin, würde ich alles in meiner Macht Stehende tun, um ihm zu helfen, und es

194 Charles Spurgeon, *According to Promise*, S. 42. A. d. H.: Hier zitiert nach: Charles Spurgeon, *Kraft der Verheißung*, a. a. O., 1987, S. 30-31.

195 Charles Spurgeon, *C. H. Spurgeon's Autobiography 1856 - 1878*, S. 248.
https://archive.org/stream/autobiographyofc03spur/autobiographyofc03spur_djvu.txt
(abgerufen am 14. 8. 2024).

mit meinen Armen umfassen, um es zu stützen. Willst du dein Angesicht vor mir verbergen, mein Vater? Willst du immer noch deine schwere Hand auf mich legen und mir dein Angesicht nicht freundlich zuwenden?«¹⁹⁶

In diesem Fall wurde Charles eine unerklärliche Erleichterung zuteil, die ihm Ruhe verschaffte. Jene, die während dieser Zeit etwas später zurückkamen und ihn sahen, bemerkten die deutliche Veränderung in Bezug auf seinen Gesundheitszustand und seine äußere Erscheinung.

Weil wir uns auf solche Verheißungen berufen können und Gebetserhörungen auf ein solch inständiges Bitten hin erleben, verfügen wir über Gründe der Dankbarkeit und des Lobes, die wir uns später immer wieder in Erinnerung rufen und vor Augen führen können, wenn es um uns herum wieder dunkel wird. Ein solcher Lobpreis und derartige Zeugnisse hinsichtlich vorheriger Erbarmungen leuchten selbst dann zur nächtlichen See hinaus, wenn der Nebel ihr Licht verschleiert. Wenngleich sie für uns selbst verschleiert sind, leuchten sie in der Erinnerung jener, die uns kennen. Sie leuchten als Zeugnisse der Hoffnung, deren unerschütterliches Fundament von demjenigen geschaffen wurde, der uns bewahrt und erhält.

Aus diesem Grund brachte Charles jenen ein großes Mitgefühl entgegen, deren Versuche, mit ihrer Situation fertigzuwerden, diese besagten Verheißungen Gottes nicht beinhalteten. Doch er gehörte nicht zu denen, die sich zu belanglosen Versprechungen hinreißen ließen. Er redete über diese Medizin der Verheißung als jemand, der von seinen körperlichen und seelischen Krankheiten nie geheilt wurde. Von der nächtlichen See aus verweist er uns auf das Licht des Leuchtturms, das seine Dunkelheit und seinen Nebel durchbricht. Darin werden auch wir herausgefordert zu lernen, einen derart beharrlichen Glauben an den Tag zu legen, wie dieser überaus schwer geprüfte Mann es tat. Wir sehen darin den Mut eines Hoffenden.

196 Charles Spurgeon, a. a. O., S. 247. A. d. H.: Hier zitiert nach: John Piper, *Vereint im Vertrauen. Die Frucht siegreichen Glaubens im Leben von Charles Spurgeon, Georg Müller und Hudson Taylor*, Bielefeld: CLV, 1. Auflage 2018, S. 89-90.

Was lernen wir daraus?

- 1) *Verheißungen haben nichts Magisches an sich.* Sie ähneln eher Liebesbriefen und sind keine Zauberformeln. Sie stellen eher wahrheitsgemäße Aussagen dar, als dass sie Impfausweise sind. Oftmals schaffen sie zwar keinen Fluchtweg, um dem Leben entfliehen zu können, doch sie befähigen uns, das zu ertragen, was uns bestürmt.
- 2) *Verheißungen unterscheiden sich von unserem Verlangen,* so kostbar unser Verlangen in den liebevollen Augen Gottes auch sein mag. Wir bringen Gott unser Verlangen – insbesondere unsere Bitten hinsichtlich jener, die uns am Herzen liegen – ernsthaft im Gebet vor, weil uns bewusst ist, dass sich das Herz Gottes uns und ihnen voller Mitgefühl zuwendet. Das, was wir wollen, deckt sich nicht immer mit dem, was Gott verheißt hat.
- 3) *Verheißungen müssen bleiben, was sie sind.* Wir müssen nicht nur zwischen unserem persönlichen Verlangen und Gottes Verheißungen unterscheiden. Vielmehr haben wir auch Hilfe nötig, um zu gewährleisten, dass das, worauf wir uns verlassen, dem entspricht, was Gott tatsächlich verheißt hat. Charles glaubte z.B. nicht, dass Gott uns verheißt hat, auf unser diesseitsbezogenes Verlangen nach Wohlstand, Gesundheit, Unverwundbarkeit bei Anfechtungen, Bewahrung vor Schmerzen und Bewahrung vor dem Tod einzugehen. Gott hat indessen verheißt, bei uns zu sein, mit uns zu weinen, mit uns freudige Zeiten zu teilen, uns zu helfen, uns zu stärken, uns niemals fallen zu lassen und jedes Unheil und jeden Schrecken in unserem Leben zu überdauern. Seine Liebe, seine Ratschlüsse und seine Güte haben auf ewig Bestand, und nichts Böses wird sie jemals überwinden können. Derartige Verheißungen, die widerspiegeln, dass Gott bei uns und für uns ist, dass er uns versteht und dass uns nichts von seiner Liebe trennen kann, sind wie reife Beeren: Sie warten darauf, dass wir sie kosten. Zusagen, die angeblich Wohlstand, Gesundheit und Unverwundbarkeit versprechen, sind wie wurmstichige Äpfel. Sie sehen zwar gut aus, doch man sollte lieber nicht in sie hineinbeißen.

- 4) *Verheißungen lassen uns zu Jesus zurückkehren.* Wenn wir dem Mann der Schmerzen begegnen, verkündigen uns das Kreuz und der Triumph des leeren Grabes den leidenden König. In ihm sind die Verheißungen Gottes »Ja und ... Amen« (2Kor 1,20 [Schlachter 2000]). Er hat das letzte Wort. Er ist der Retter, der uns ungeachtet unserer Fähigkeit, uns richtig festhalten zu können, in die Augen schaut und sagt: »Ich bin hier, um dich herauszuholen. Die Heimat wartet auf dich. Nichts wird uns wieder voneinander trennen können. Nichts.«

10 Natürliche Hilfsmittel

»Bei Schmerzen benötigen wir Geduld und bei einem niedergedrückten Gemüt [brauchen wir] Hoffnung. ... Entweder erleichtert ... unser Gott ... die Last, oder er macht den Rücken stärker. Entweder vermindert er die Not, oder er vermehrt die Hilfsquellen.«¹⁹⁷

Die Medizin des Lachens

Über die vielen Jahre hinweg, in denen ich leidgeprüfte Menschen begleitet habe, habe ich bemerkt, dass sich heiteres Lachen oft mit aufwallenden Tränen abwechselt, wenn Freunde versammelt sind, miteinander trauern und ihre Erinnerungen austauschen. Ist dir das ebenfalls schon aufgefallen?

Charles zitiert Sprüche 17,22a: »Ein fröhliches Herz bringt gute Besserung.« Er wendet diese Weisheit nicht nur auf Trauer, sondern auch auf die Depression an. »Heiterkeit trägt bereitwillig Lasten«, sagt er, »die die Niedergeschlagenheit nicht anzurühren wagt.«¹⁹⁸

Dieser von Schwermut geplagte Mann schien darauf bedacht zu sein, in allem den Humor entdecken zu wollen. Dabei musste er sogar Kritik dafür einstecken, dass er Humor in seine Predigten einbaute. Auch in seiner Sammlung humorvoller Anekdoten, die er unter den Buchtiteln *John Ploughman's Talks*¹⁹⁹ und *The Salt-Cellars*²⁰⁰ ver-

197 Charles Spurgeon, *Sword and Trowel*, Januar 1877 (Ages Digital Library, 1998), S. 15.

A. d. H.: <https://ccel.org/ccel/spurgeon/sermons57/sermons57.i.html> (abgerufen am 14. 8. 2024).

198 Charles Spurgeon, »Bells for the Horses«, *MTP*.

http://www.romans45.org/spurgeon/s_and_t/bells.htm (abgerufen am 14. 8. 2024).

199 A. d. H.: Deutsche Ausgabe: Charles Spurgeon, *Guter Rat für allerlei Leute. Reden hinterm Pflug*, Bielefeld: CLV, überarbeitete Auflage 2015.

200 A. d. H.: Svw. *Die Salzfüßchen*. Dabei handelt es sich um eine alphabetisch geordnete Sprichwortsammlung, die außerdem entsprechende Anmerkungen von Spurgeon, diesbezügliche Bibelverse bzw. thematisch passende poetische Texte enthält. Eine digitalisierte Fassung der recht umfangreichen englischsprachigen Ausgabe findet sich auf folgender Website:

fasst hatte, ist sein Humor zu finden. Dass Spurgeon bewusst darauf bedacht war, Heiterkeit überall dort aufzuspüren, wo sie zu finden war, wird von seinem Freund William Williams gut beschrieben:

»Was für eine hervorsprudelnde Quelle des Humors hatte Mr Spurgeon doch! Ich glaube wirklich, dass ich in seiner Gesellschaft mehr gelacht habe als während der übrigen Zeit meines Lebens, als ich mich nicht in seiner Nähe befand. Er hatte eine äußerst faszinierende Gabe des Lachens ... und er hatte zudem die bemerkenswerte Fähigkeit, andere mit seinem Lachen anzustecken.«²⁰¹

Einer von Spurgeons frühen Biografen verglich ihn mit Abraham Lincoln, weil er bei beiden sowohl Schwermut als auch Tiefsinnigkeit der zum Ausdruck gebrachten Gedanken entdeckte.²⁰² Diese beiden tapferen Männer hatten eine weitere Gemeinsamkeit. Beide lebten so, dass sie nach gutem Humor Ausschau hielten und entsprechende Beispiele sammelten, um angesichts der wechselnden Phasen von Heiterkeit und Schwermut ihr inneres Gleichgewicht zu bewahren.²⁰³ Wir können ebenfalls zu denen werden, die täglich heitere Geschichten und Anekdoten sammeln, um unserer Schwermut die Tür zu weisen. Obwohl der Tod in das Zimmer unseres Lebens eindringt, brauchen Lachen und menschliche Heiterkeit dasselbe nicht zu verlassen. Selbst nach dem schlimmsten Frost und nach der bittersten Kälte stellt sich zur rechten Zeit dennoch der Frühling ein.

Natürlich geht es in erster Linie um die Verheißungen und Gebete sowie um die gnadenreiche Hilfe des Mannes der Schmerzen. Abgesehen davon können jene, die unter Depressionen leiden – seien sie zyklisch oder chronisch –, eine Lebensweise anstreben, die angesichts ihrer Schwermut eher zur Normalisierung beiträgt,

https://www.grace-ebooks.com/library/Charles%20Spurgeon/CHS_Salt%20Cellars%20The%20Vol%201-2.pdf (abgerufen am 14. 8. 2024).

201 Larry J. Michael, »The Medicine of Laughter: Spurgeon's Humor«.

https://www.the-highway.com/laughter_Michael.html (abgerufen am 14. 8. 2024).

202 Justin D. Fulton, *Charles H. Spurgeon: Our Ally*, Philadelphia: H. J. Smith & Co., 1892, S. 256.

203 Shenk, *Lincoln's Melancholy*, a. a. O., S. 113.

als dass sie Unruhe hervorruft. Derselbe Heiland, der uns in seinen Händen hält, will uns auch eine ganze Anzahl von Hilfsmitteln zueignen, die wir uns zunutze machen können. Neben dem Humor im Alltag fasst Charles dieses Repertoire an Hilfsmitteln folgendermaßen zusammen: »Mehr als alle Medizin, alle Stimulanzien, alle Stärkungsmittel oder alle Vorträge«, sagt er, »empfehle ich stille Stunden, die man in völliger Zurückgezogenheit verbringen sollte.«²⁰⁴

Wir wollen nun einen Blick auf die von ihm empfohlenen Hilfsmittel werfen, die uns dazu einladen, unseren Tagesablauf umzugestalten. Beginnen wir mit seiner Empfehlung, »stille Stunden ... in völliger Zurückgezogenheit« anzustreben.

Stille Stunden in völliger Zurückgezogenheit

Im Jahr 1879 nötigte man Charles gegen seinen eigenen Willen, eine dreimonatige Pause einzulegen. Jene, die für ihn einen Großteil der Korrespondenz führten, beschrieben all die »an seinen Kopf und an sein Herz gestellten Anforderungen«, die zu einer Überbelastung geführt hatten. Spurgeons »Gemüt und Geist« versanken »in eine schmerzliche Depression«, hinsichtlich derer es »außer [verordneter] Ruhe keine Besserung« gebe.²⁰⁵ Im französischen Menton fand er dann Phasen ausgiebiger Ruhe.

Im Laufe der Jahre baute Charles, wenngleich er sich dagegen sträubte, während der Wintersaison jährliche Erholungsurlaubszeiten in diesem Land des Sonnenscheins und der Blumen ein. »Der Einklang mit der Natur«, wie er es nannte, linderte die Schwermut und die Erschöpfung, derer er sich ausgesetzt sah und die vom nebligen, frostigen und nasskalten Wetter im heimischen London inmitten anstrengender Arbeit nur noch verstärkt wurden. Die nasskalten Wintertage hatten dieselbe Auswirkung auf seinen »empfindlichen Körper«, wie sich »[der Luftdruck in der] Atmosphäre auf ein

204 Charles Spurgeon, »Bells for the Horses« in: *Sword and Trowel*.
http://www.romans45.org/spurgeon/s_and_t/bells.htm (abgerufen am 5. 8. 2024).

205 Charles Spurgeon, *Sword and Trowel 1879* (Ages Digital Library, 1998), S. 522.

Barometer auswirkt. An trostlosen und düsteren Tagen stellten sich bei ihm Phasen des Niedergedrücktseins ein.«²⁰⁶

Damals empfahlen Psychologen in derartigen Fällen folgende Praxis: »... das Herausnehmen des Patienten aus dem Umfeld der Sorgen seines Alltagsgeschäfts oder aus Familienängsten, um ihm einen aufheiternden Aufenthalt auf dem Land zu ermöglichen, sodass er in einer neuen Umgebung neue Gesichter um sich hat, neuen Objekten seine Aufmerksamkeit zuwenden kann und neue Themen vor sich hat, die zum Denken anregen.«²⁰⁷

Charles begann zudem, sich mit den Grenzen seiner Arbeit abzufinden, indem er zusätzliche Reisegelegenheiten und Einladungen als Gastredner ablehnte, obwohl ihm dies nicht leichtfiel.

»Es scheint wohl darauf hinauszulaufen, dass man zwischen einem häufigen Ausfall aufgrund seelischer Depression und körperlicher Schmerzen einerseits und stetiger Wahrnehmung der heimatlichen Pflichten andererseits wählen muss. Wir bevorzugen das Letztere, weil wir hoffen, dass die verhältnismäßige Ruhe größere Kraft für zukünftige Unternehmungen bringen möge.«²⁰⁸

Der Versuch, der Naturverbundenheit und der Ruhe fortan gewohnheitsmäßig einen höheren Stellenwert einzuräumen, sorgte allerdings nicht für arbeitsfreie Tage. Ja, das Arbeitsergebnis von Charles gibt einem viel Aufschluss über die Hilfe, die er anderen zukommen ließ. Dabei erinnert er auch daran, dass unsere Schwachheit unseren Beitrag nicht vermindert. Wollte man es anders ausdrücken, müsste

206 Jeweils zitiert nach: Charles Spurgeon, *Autobiography*, Bd. 4.

http://www.grace-ebooks.com/library/Charles%20Spurgeon/CHS_Autobiography/CHS_Autobiography%20Vol%204.PDF, S. 362 (abgerufen am 14. 8. 2024).

207 John Charles Bucknill und Daniel Hack Tuke, *A Manual of Psychological Medicine*, London, 1858, S. 499-500.

<https://archive.org/details/b21270843/page/n3/mode/2up> (abgerufen am 14. 8. 2024).

A. d. H.: Diese Internet-Adressenangabe dient hier und im Folgenden lediglich dazu, auf die entsprechende Website zu gelangen. Zu der diesbezüglichen Seitenzahl muss man sich anschließend durchklicken. Man beachte außerdem, dass dieses Handbuch aus dem 19. Jahrhundert unter dem Oberbegriff »insanity« offensichtlich eine ganze Anzahl von psychischen Krankheiten und Beeinträchtigungen zusammenfasst, was aus heutiger Sicht grenzwertig ist.

208 Charles Spurgeon, *Sword and Trowel*, Juli 1877 (Ages Digital Library, 1998), S. 161.

man sagen, dass sein Arbeitsergebnis auch die Notwendigkeit regelmäßiger Pausen erkennen lässt. Es lief darauf hinaus, dass sein Ringen mit diesen Alltagserfahrungen zu einem anderen Arbeitsstil führte. Je mehr er imstande war, sich bereitwillig an diese Erfahrungen zu halten, umso mehr trugen sie dazu bei, die seelischen und körperlichen Schmerzen zu lindern.

In Anbetracht dessen kam es häufig vor, dass Charles – während er sich in Menton aufhielt – lehrte, sich schriftstellerisch betätigte, Besucher empfing und Menschen seelsorgerlich betreute. Doch dies war nicht immer der Fall, und er tat dies im äußerst begrenzten Umfang. In einer Generation, in der die erhältlichen Heilmittel kaum den Erfordernissen entsprachen und weniger hilfreich waren als heute, empfahl Charles in erster Linie Naturverbundenheit und Ruhe als Heilmittel. Was bedeutet dies für Depressionsleidende und diejenigen, die mit derart Leidenden zusammenleben?

1. *Finde Möglichkeiten, dich naturverbunden zu zeigen und dich häufig in der Sonne aufzuhalten.* Dabei handelt es sich um die »beste Arznei für den Hypochonder²⁰⁹, das sicherste Stärkungsmittel für den Schwachen, die beste Erfrischung für den Müden«²¹⁰.
2. *Sei darauf bedacht, dich an den Jahreszyklus zu halten.* Achte darauf, wie sich Wetter, Arbeit und Ruhe auf deine Schwermut auswirken. »Ruhe ist die beste, wenn nicht sogar die einzige Medizin für jene, die einer geistigen Tätigkeit nachgehen und häufig von Niedergeschlagenheit des Geistes heimgesucht werden.« In Anbetracht dessen fügte Charles hinzu: »Entflieht, ihr Söhne der Traurigkeit, euren alltäglichen Beschäftigungen für ein Weilchen, um Ruhe und Entspannung möglichst genießen zu können.«²¹¹ Seine Londoner Gemeindeglieder lernten, diese Ein-

209 A. d. H.: D. h. für den eingebildeten Kranken.

210 Charles Spurgeon, *Lectures to My Students*, S. 177. A. d. H.: Hier zitiert nach der deutschsprachigen Ausgabe: *Ratschläge für Prediger. 21 Vorlesungen*, Wuppertal und Kassel: Oncken Verlag/Wuppertal: Verlag Evangelische Gesellschaft, 5. Taschenbuchauflage 1996, S. 82.

211 Jeweils zitiert nach: Charles Spurgeon, »A Sermon for the Most Miserable of Men«, *MTP*, Bd. 15 (Ages Digital Library, 1998), S. 80.

A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/a-sermon-for-the-most-miserable-of-men/#flipbook/> (abgerufen am 14. 8. 2024).

schränkungen, die mit der Menschlichkeit ihres Pastors einhergingen, hinzunehmen und sie als Teil seines fruchtbaren Lebens und Dienstes zu verstehen.

3. *Begrenze deine Arbeit währenddessen auf das, was du im Rahmen deiner Gesundheit leisten kannst, und teile deinen Tag in kleinere Zeitabschnitte ein.* »Die allerbeste Sache der Welt, wenn man nervlich angeschlagen und problembeladen ist, besteht darin, sein Leben in äußerst kurze Abschnitte einzuteilen ... von einem Tag auf den anderen oder, besser noch, von einem Augenblick auf den nächsten zu leben.«²¹²

Zugegeben, dies bereitet uns selbst und jenen, die manchmal mit uns leben müssen, Unannehmlichkeiten. Doch wir, die Leidtragenden, können einfach nicht mit der Geschwindigkeit mithalten, die uns von anderen und deren Erwartungen hinsichtlich unserer Leistungsfähigkeit auferlegt wird – zumindest nicht lange. Auf strategische Weise verwenden wir auf alles mehr Zeit und gehen an alles gemächlicher heran, um unsere Kräfte einzuteilen. Doch dieses Arbeitstempo erlaubt es uns, das zu verkraften, was ansonsten nicht zu stemmen wäre. Im von Schwermut geprägten Leben kommt man voran, wenn man einen Marathonlauf absolviert, statt einen Sprint einzulegen. Wenn man allerdings oft sprintet, kommt man im Leben nur dann voran, wenn man häufige Ruhephasen einlegt. Du hast es nicht mehr nötig zu versuchen, »die meisten Dinge« auf »die schnellste Weise« zu erledigen. Wenn wir diesem Tatendrang nicht widerstehen, zwingt uns der Zusammenbruch dazu, Ruhephasen einzulegen und uns wieder in der Natur aufzuhalten.

212 Charles Spurgeon, »For or Against?«. A. d. H.: <https://www.spurgeongems.org/sermon/chs2773.pdf> (abgerufen am 14. 8. 2024).

Medizin

Natur und Entspannung sind nicht die einzigen Heilmittel. Die bei Depression indizierten Medikamente haben Bezeichnungen wie »Elavil [Amitriptylin], Ludiomil [Maprotilin], Doxepin, Norpramin [Desipramin], Prozac [Fluoxetin], Lithium, Xanax [Alprazolam], Wellbutrin [Bupropion], Parnate [Tranlycypromin], Nardil [Phenelzin], Zoloft [Sertralin]«²¹³, Lexapro [Escitalopram] oder Ritalin/Medikinet/Concerta [Methylphenidat].

Auch zu Spurgeons Lebzeiten existierten Arzneimittel gegen Schwermut, die natürlich ebenfalls entsprechende Namen hatten. Brechweinstein [Kaliumantimonyltartrat], Kalomel [Quecksilber(I)-chlorid], Morphin, Opium und Laudanum. Was Charles gegen seine Depression – falls überhaupt irgendetwas – einnahm, ist mir nicht bekannt. Er verwendete Opiate oder Laudanum regelmäßig als Metapher für negative und schädliche Aspekte im geistlichen Leben. Doch mit Sicherheit wissen wir, dass Charles uns, seinen Leidensgenossen, in mindestens drei Hinsichten hilft, wenn er Medizin erwähnt.

Erstens: Wenn man Medizin einnimmt, geschieht dies aus Glauben, nicht aus Unglauben heraus. »Es ist nicht ratsam, aus angeblichem Glauben zu leben und den Arzt sowie seine Heilmittel zu verwerfen. Ebenso wenig sieht man davon ab, fortan die Dienste des Fleischers und des Schneiders in Anspruch zu nehmen, indem man erwartet, dass man durch den Glauben gespeist und gekleidet wird«, sagte er. »Wir verwenden zwar Medikamente, doch diese können ohne den Herrn, ›der da heilt alle [unsere] Krankheiten«²¹⁴, nichts bewerkstelligen.«²¹⁵ Wenn er sich zudem auf Jakobus 5,14-15 beruft, stellt Charles Folgendes fest: »Zweifelsohne, als der Heilige Geist in

213 Kenyon, a. a. O., S. 232. A. d. Ü.: Die jeweils in Klammern angegebenen chemischen Wirkstoffe wurden der Eindeutigkeit halber hinzugefügt und entstammen nicht dem ursprünglichen Zitat.

214 A. d. H.: Vgl. Psalm 103,3.

215 Jeweils zitiert nach: Charles Spurgeon, »Beloved, and yet Afflicted«, Predigt 1518.

A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/beloved-and-yet-afflicted/#flipbook/> (abgerufen am 14. 8. 2024).

Bezug auf Kranke sprach, ... riet [er] zum Einsatz von Medizin und zum Gebet zu deren Gesundheit.«²¹⁶

Zweitens nahm Charles selbst Medizin und Pillen ein.²¹⁷ »Hast du schon einmal gemerkt, dass kranke Menschen, denen Pillen verordnet wurden, so töricht sind, diese zu kauen?«, fragt Charles. »So etwas ruft äußerst große Übelkeit hervor, wengleich ich es selbst schon einmal getan habe.«²¹⁸

Drittens glaubte er, dass die Medizin allein nicht ausreiche. Gebet, Naturverbundenheit, Ruhe, Stimulanzen, Stärkungsmittel und Vorträge waren ebenfalls notwendig. Auch die psychologischen Theorien der damaligen Zeit gingen davon aus, dass Medikamente zwar helfen können, doch bei der Behandlung in den meisten Fällen nicht allein wirken.

Stattdessen, so Spurgeon, benötige ein Patient neben der medikamentösen Behandlung auch »hygienische« und »moralische« Hilfen. Zu den »hygienischen« Hilfen gehörten warme Bäder, kalte Umschläge, ein Aufenthalt auf dem Land und zusammenhängender Schlaf. Zu den moralischen Hilfen gehörten u.a. das, was wir heutzutage als therapeutische Möglichkeiten und geistliche Seelsorge bezeichnen. Die Erfahrung der meisten Leidenden bewies, dass diese vielfältigen Behandlungsansätze notwendig waren.²¹⁹

Bis heute hat es enorme Fortschritte in der Entwicklung neuer Medikamente gegeben. Obwohl diese Präparate eine beträchtliche Hilfe bieten, könnten einige Patienten, die bereits seit langer Zeit unter Depressionen leiden, des Umstands überdrüssig werden, dass sie schon jahrelang auf Medikamente angewiesen sind. In anderen Fällen helfen diese Medikamente ihnen zwar, doch auf eine sol-

216 Charles Spurgeon, »The Oil of Gladness«, Sermon 1273.

<https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/the-oil-of-gladness/#flipbook/> (abgerufen am 14. 8. 2024). A. d. H.: Spurgeon versteht hier das Salben mit Öl als »Einsatz von Medizin«.

217 Charles Spurgeon, *Autobiography*, S. 369.

218 Jeweils zitiert nach: Charles Spurgeon, »Salvation by Knowing the Truth«, *MTP*, Predigt 1516. <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/salvation-by-knowing-the-truth/> (abgerufen am 14. 8. 2024).

219 Vgl. John Charles Bucknill und Daniel Hack Tuke, *A Manual of Psychological Medicine*, London, 1858, S. 498. <https://archive.org/details/b21270843/page/n3/mode/2up> (abgerufen am 14. 8. 2024).

che Weise, dass bestimmte Bereiche ihrer Persönlichkeit, die einen hohen Stellenwert für sie haben, durch diese Medikamente betäubt bzw. ausgeblendet werden. Andere behaupten wiederum, dass ihnen die Behandlung mit Medikamenten überhaupt nicht zu helfen scheinne.²²⁰ Kurzum: Die Medikation bei körperlichen und geistigen Krankheiten ist zwar eine Unterstützung und ein Geschenk, doch selbst unsere besten Präparate sind weiterhin begrenzt in ihrer Wirkung. Medikamente helfen uns zwar, doch nur selten isoliert und losgelöst von anderen Hilfen.

Folglich sprach Charles neben den Pharmazeutika häufig von einer anderen Art der »Medizin«, die wir nicht außer Acht lassen sollten.

Stimulanzen, Stärkungsmittel (Ernährung) und Vorträge

Die Ausgabe des *Manual of Psychological Medicine* aus dem Jahr 1858 erkennt an, dass man der Schwermut in Form von Stimulanzen, wie z. B. Portwein oder Eierflip (ein warmer Eierlikör, dem etwas Ale²²¹ und Rum beigemischt wird), Abhilfe verschaffen kann.²²² Auf ähnliche Weise bezog sich ein Stärkungsmittel damals normalerweise zwar auf einen Sirup oder ein Getränk, das allerdings nicht immer alkoholhaltig bzw. opiathaltig war. Zu einer Zeit, als man auf die menschliche Kopfhaut noch Blutegel ansetzte und in der man noch Aderlassen praktizierte (wenngleich es bereits umstritten war), ergänzte man die Medizin, die körperliche Ruhe und die menschliche Ernährung dadurch, dass man an dieser Stelle gezielt Alkohol einsetzte.

Dieser Aspekt des Lebens von Charles ist mit einer ständigen Kontroverse einhergegangen. Weil einige belegen wollten, dass sich Charles des Alkoholkonsums enthielt, verweisen sie auf seine Unterstützung der Abstinenzbewegung und auch auf seinen Gebrauch von

220 J. W. Shenk, »A Melancholy of Mine Own«, in: *Unholy Ghost*, a. a. O., S. 254.

221 A. d. H.: Svw. wie helles englisches Bier.

222 J. C. Bucknill/D. H. Tuke, *A Manual of Psychological Medicine*, a. a. O., S. 532-533.

Traubensaft beim Mahl des Herrn. Andere verweisen auf seine frühen Jahre, in denen er gelegentlich Alkohol trank. Nehmen wir dann noch die Tatsache hinzu, dass er immer wieder einmal eine Zigarre rauchte und dies als Anregungsmittel auffasste. Angesichts dessen versteht der Leser, warum jemand in genau diesem Augenblick bereit ist, jedes meiner Worte auf die Goldwaage zu legen und den Wert dieses Buches in Anbetracht der nächsten Sätze zu beurteilen, die ich im Begriff bin niederzuschreiben.

Dieses Thema stellt auch für uns eine Versuchung dar. Viele, die dem furchtbaren Elend der Depression ausgesetzt sind, greifen oft zu Drogen oder zum Alkohol, um den Schmerz im Rausch zu betäuben. Diese Betäubung ist zwar vorübergehend hilfreich, doch im Laufe der Zeit werden das Problem und die Auseinandersetzung damit nur noch obendrein durch die Sucht erschwert, die sich dann nämlich zur Depression gesellt. Die Schuldgefühle der Depression und die sich aus der Sucht ergebenden Schuldgefühle werden dann recht bald zu Bettgesellen. Somit verwundert es nicht, dass die Last zu schwer wird und dass die Sucht einer Kette gleicht, die uns in Fesseln hält.

Weil Charles in körperlicher und seelischer Hinsicht so sehr litt und weil die damaligen medizinischen Hilfsmittel noch völlig unzureichend waren, ist es wohl keine Überraschung, dass er sich gewisser Stimulanzien und Stärkungsmittel auf angemessene Weise bediente.

- *Im Gegensatz zu Opiaten und Laudanum, die er nur negativ erwähnte, gebrauchte Charles regelmäßig Stimulanzien und Stärkungsmittel als Metaphern, um positive Aspekte des Christenlebens zu beschreiben, wenn es z.B. um das Erquickern und Ermutigen ging. Durch seine Verwendung der Begriffe »Stimulans« bzw. »Anregungsmittel« bzw. »Stärkungsmittel« trat er weder seinen damaligen baptistischen Zuhörern zu nahe, noch erschien ihm selbst diese Praxis als anstößig. Es gab damals Anregungs- und Stärkungsmittel, die allgemein anerkannt waren und positiv betrachtet wurden.*

- *Charles verwendete medizinische Stimulanzen, die ihm von Ärzten verordnet wurden.* Im Jahr 1892²²³ schreibt James, der Bruder von Charles, Folgendes: »Ich kann Ihnen versichern, dass sich mein lieber Bruder zeitlebens und bis zu seinem Tod starker Getränke mit berauschender Wirkung enthalten hatte. In medizinischer Hinsicht habe ich keinen Zweifel daran, dass man ihm ein Anregungsmittel in irgendeiner Form verschrieben hat und dass er unter solchen Umständen derart verschriebene Medikamente wohl auch eingenommen hat, doch ansonsten nahm er dergleichen nichts ein – in welcher Form auch immer. Die Behauptung, dass er es dennoch getan habe, ist falsch.«²²⁴ Charles griff weder zum Alkohol, noch sah er Trunkenheit als Ausweg, um mit seinen Problemen zurechtzukommen. Viele haben es allerdings auf diesem Weg versucht, und die damit verbundene Leere hat ihnen zusätzliche Schmerzen beschert. Wenngleich der Alkohol ihren Schmerz vorübergehend betäubte, beraubte er sie anderer Freuden. Im Gegensatz dazu erwies sich der verantwortliche und medizinische Einsatz von Stimulanzen in gemäßigttem Umfang für Charles als hilfreich, und das kann auch für uns gelten.
- *Bevor er schließlich das Rauchen aufgab, verwendete Charles Zigarren auf ähnliche Weise.* »Jedes Mal, wenn eine Zigarre dazu beiträgt, dass ein intensiver Schmerz abklingt, ein übermüdetes Gehirn zur Ruhe kommt und mir ein ruhiger, erholsamer Schlaf vergönnt ist, bin ich Gott dafür dankbar und preise seinen Namen.«²²⁵
- *Charles bediente sich auch warmer Bäder als Anregungsmittel.* Das *Manual of Psychological Medicine* verordnete warme Bäder mit kalten Kopfschlägen. Charles nutzte diese Art der Wassertherapie.²²⁶ Tägliche Bäder bzw. Bäder, die in regelmäßigen, zeit-

223 A. d. H.: D. h. Unmittelbar nach dem Heimgang Spurgeons.

224 J. D. Fulton, *Charles H. Spurgeon: Our Ally*, a. a. O., S. 263.

225 Charles Spurgeon, Leserbrief an den *Daily Telegraph*, 23. September 1874.
<http://www.romans45.org/spurgeon/misc/cigars.htm> (abgerufen am 14. 8. 2024).

226 Charles Spurgeon, *Autobiography*.
http://www.cblibrary.org/biography/spurgeon/spurg_v2/spau2_18.htm (abgerufen am 14. 8. 2024).

lich sinnvollen Abständen in die jeweiligen Tages- oder Wochenabläufe einbezogen werden, können sich für einige als hilfreich erweisen.

- *Zudem war es für Charles in Bezug auf seine Schmerzen in medizinischer Hinsicht von Nutzen, dass er ein Augenmerk auf Ernährung und Fasten legte.*²²⁷ Die Ernährung hat eine ganz eigene Wirkung auf unsere Seele und unseren Körper. Es lohnt sich, darauf zu achten, welche Rolle sie in den Phasen unserer Schwermut spielt.

Neben häufigen Aufenthalten in der Natur, Ruhe, Medizin, Lachen, verordneten Anregungsmitteln und Bädern erwähnte Charles zudem den Nutzen von Vorträgen, die darauf abzielen, den Leidenden zu helfen. Mit Vorträgen meinte er Unterweisung und mündliche Ratschläge. Gesprächstherapie, Seelsorge, Predigten, Weitergabe von Lehre, Unterweisung und Austausch miteinander – all diese verbalen Hilfen sind wichtig. Bis jetzt hat sich dieses Buch größtenteils auf diesen Aspekt und auf das konzentriert, was bezüglich der Depression und ihrer verschiedenen Varianten gesagt und gehört werden muss.

Doch selbst Predigten, Workshops und Seelsorgegespräche haben gewisse Beschränkungen. »Kranke Menschen wollen mehr als nur Anleitung«, führt uns Charles vor Augen, »sie sind auf unsere Stärkungsmittel [womit er Ermutigung meint] und Unterstützung angewiesen.«²²⁸ Wenngleich sie das facettenreiche Spektrum der Hilfsmittel nicht in vollem Umfang anerkannten, pflichteten sogar die Psychologen der damaligen Zeit ihm bei: »Ein Geistlicher mag zwar ein gebildeter Theologe sein, aber als Pastor hinter den Erwartungen zurückbleiben.«²²⁹ Wenn wir unsere Hilfe auf Gebet und Predigt beschränken, um unseren seelisch leidenden Nächsten zur Seite zu stehen, unterschätzen wir die Bedürfnisse im körperlich-

²²⁷ Charles Spurgeon, *Autobiography*, S. 369.

²²⁸ Charles Spurgeon, »The Glorious Master and the Swooning Disciple«, Predigt 1028, *MTP*. <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/the-glorious-master-and-the-swooning-disciple/#flipbook/> (abgerufen am 14. 8. 2024).

²²⁹ *Manual of Psychological Medicine 1858*, S. 548. A. d. H.: In der digitalisierten Version findet sich das Zitat auf S. 489.

seelischen Bereich und die vielen Gaben, die uns Gott auf gnadenreiche Weise in der Natur darreicht.

Der Retter, durch den unsere Seelen Hilfe erfahren, ist immerhin auch derjenige, durch den alles geschaffen worden ist. Die natürlichen Hilfsmittel seiner Schöpfung vereinigen sich mit den Verheißungen und dem Gebet, damit wir so leben und unseren Alltag so gestalten können, dass wir neue innere Kräfte und entsprechendes Stehvermögen gewinnen.

Der Carlini-Effekt

In seiner Predigt *A Sacred Solo*²³⁰ erzählt Charles die Geschichte eines Mannes, der einen Arzt aufsuchte. Er hoffte, dass der Arzt ihm eine Medizin verschreiben würde, die gegen seine Niedergeschlagenheit und seine chronische Schwermut helfen könnte. Was die Medizin betraf, so kam der Arzt seinem Wunsch nach, doch er gab ihm auch den Rat, in die Manege zu gehen und sich Carlini anzuhören, der für seinen Humor, seinen Witz und seine Heiterkeit bekannt war. »Wenn es Carlini nicht gelingen sollte, Ihre Schwermut zu verjagen, dann schafft es wohl niemand!«, rief der Arzt aus. »Ach, wie schade, mein Herr«, sagte der Patient, »*ich* bin Carlini.«²³¹

Medizin, Humor, Ruhe, die wohltuenden Effekte der häufigen Aufenthalte in der Natur, Bäder, der Nutzen ausgewogener Ernährung, die sinnvolle Planung unseres Tagesablaufs unter Berücksichtigung unserer Einschränkungen, Therapie und Seelsorge – all dies ist uns zur Unterstützung geschenkt worden. Damit wird uns eine große Hilfe angeboten. Wir lernen, unseren Tagesablauf anzupassen und auf den Einsatz dieser guten Gaben abzustimmen. Obwohl Charles gelegentlich dagegen ankämpfte und diese manchmal ablehnte, war er gezwungen, sich grundsätzlich auf solche Hilfs-

230 A. d. Ü.: Svw. »Ein heiliges Solo«.

231 Charles Spurgeon, »A Sacred Solo«, *MTP*, Bd. 24 (Ages Digital Library, 1998), S. 498. <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/a-sacred-solo/#flipbook/> (abgerufen am 14. 8. 2024).

mittel zu verlassen, weil er arbeitsmäßig überlastet war, kaum zur Ruhe fand und sich auch nicht in jeder Beziehung gesund ernährte.²³²

Diese Hilfsmittel allein können es allerdings nicht zustande bringen. Charles wusste das. Diese Hilfsmittel sind aufeinander und auch auf den »Mann der Schmerzen« angewiesen. Auch Charles wusste dies, und nun ist uns dies ebenfalls bekannt. Die gewöhnlichen Gaben, die wir oft übersehen, werden nunmehr ausgerechnet zu den Hilfsmitteln, die wir in Anspruch nehmen. Wir schämen uns dessen nicht. Wir sind verständig. Wir sind nicht begriffsstutzig und rückständig. Uns wird die Fähigkeit geschenkt, Sinnhaftigkeit, Schönheit, Tiefgründigkeit und die Wirklichkeit zu entdecken. Diesbezüglich halten nur wenige, die klar denken können, inne, um sich diese anzueignen.

232 A. d. H.: Was seine Ernährungsweise anging, so deutete er an manchen Stellen an, dass er oft fürstlich bewirtet wurde, wenn er insbesondere auf Reisen war, um auswärtige Dienste wahrzunehmen. Vgl. dazu: Charles Spurgeon, *Männer und Frauen des Neuen Testaments*, Bielefeld: CLV, 1. Auflage 2010, S. 150.

11 Selbstmord und die Entscheidung für das Leben

»Jeden Tag frage ich mich, warum es in Anbetracht der Probleme dieses Lebens nicht mehr Selbstmorde gibt.«²³³

Manchmal gibt uns die Schwermut das Empfinden, dass Gott uns nicht helfen will. Es gibt zwar stichhaltige Gründe dafür, dass man seine Hoffnung auf den »Mann der Schmerzen« setzen sollte, aber »leider, wenn unser Gemüt sich unter solch schwerem Druck befindet, vergisst es das alles und ist sich nur seines unaussprechlichen Jammers bewusst«²³⁴. Predigten sind dann schwer erträglich. Der Freund, der Bibelverse zitiert, kommt einem vor wie derjenige, der den unter Migräne Leidenden anschreit. Verheißungen und Gebete verblassen. Ruhe, Medizin, Bäder, Humor oder gutes Zureden muten zunehmend wie Mittel an, die unzureichend sind und den Erwartungen nicht gerecht werden. Wir sind uns nur unseres Elends bewusst und gleichen zunehmend einer Person, die jemand anderen liebt, ohne dass diese Liebe erwidert wird. Um bei dieser Metapher zu bleiben und sie noch weiter auszubauen: Was noch schlimmer ist, besteht in Folgendem: Wir müssen zusehen, wie die Person, die wir lieben, jemand anderen heiratet und das Leben glücklich ohne uns weiterführt. Zwar erhalten wir die Einladung zur Hochzeit und versuchen auch, bei ihr zugegen zu sein. Doch all das dortige Gerede

233 Charles Spurgeon, »Chastisement«, *NPSP*, Predigt 48, *The Spurgeon Archive*.

<https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/chastisement/> (abgerufen am 14. 8. 2024).

234 Hier zitiert nach: Charles Spurgeon, *Die Schatzkammer Davids*, Bielefeld: CLV, überarbeitete Auflage 2018, Bd. 3, S. 2720 (Anmerkungen zu Ps 88,7). (Die Seitenzahl bezieht sich auf die Angabe in der fünfbandigen Gesamtausgabe.)

A. d. H.: In der angegebenen Originalquelle (»Israel's God and God's Israel«, *MTP*, Bd. 14, S. 238) ist das Zitat nicht zu finden.

von Liebe und all der vertraute Umgang miteinander sowie die Tischreden und das Zutrosten der Freunde und Angehörigen verstärken nur noch das Gefühl der Abwesenheit, der Angst und der Zurückweisung, mit dem wir unser Dasein nun fristen müssen. So verhält es sich mit Gott. Wir kommen dann auf die Begrifflichkeiten zurück, die uns vom Psalmisten geschenkt werden: »Ich erinnerte mich an Gott, und ich stöhnte; ich sann nach, und mein Geist ermattete. – Sela« (Ps 77,4).

Deshalb »gibt es Zeiten, wenn alle unsere Belege« in Bezug auf Gott »getrübt und alle unsere Freuden von uns geflohen sind. Obwohl wir immer noch am Kreuz festhalten mögen, halten wir nun verzweifelt daran fest.«²³⁵

Der Wunsch, sterben zu wollen

Darf ich es einmal deutlich sagen? In unserer Depression wollen wir selbst oder jene, die wir lieben, manchmal sterben. Kein Maß an Verheißungen oder an Gebeten, an Medizin oder an warmen Bädern versetzt uns in die Lage, gegen diesen Wunsch gefeit zu sein. Wir sind mit der Geduld am Ende und des Lebens überdrüssig, indem wir meinen, dass wir uns in der gleichen Lage befänden wie der Mann der Schmerzen. Doch im Gegensatz zu ihm verlieren wir die vor uns liegende Freude aus den Augen. Wir sind nicht mehr imstande, an der umfassenderen Geschichte festzuhalten, und sind uns dennoch einer Ansammlung der Qualen völlig bewusst. Wir lassen die Hoffnung los. Oder wir entscheiden uns bewusst dafür, auf den Tod oder auf Jesus jenseits des Grabes zu hoffen. Wir, die wir zurückbleiben, beklagen erschüttert unseren Verlust.

Charles war mit diesem Todeswunsch vertraut. Er entdeckte Begrifflichkeiten dafür in der Geschichte Hiobs, dessen tiefgründige Beschreibung des Elends nicht nur offenbart, warum sich unser Kör-

²³⁵ Jeweils zitiert nach: Charles Spurgeon, »A Frail Leaf«, S. 590.
A. d. H.: <https://www.spurgeongems.org/sermon/chs3269.pdf> (abgerufen am 14. 8. 2024).

per und unsere Seele in unserem Leid nach dem Tod sehnen könnten. Vielmehr offenbart sie auch die Gnade jenes Gottes, der es für notwendig gehalten hat, solche schmerz erfüllten Worte zu inspirieren und sie als »Heilige Schrift« zu bezeichnen.

»... so sind mir zuteilgeworden Monate der Nichtigkeit und Nächte der Mühsal mir zugezählt. Wenn ich mich niederlege, so spreche ich: Wann werde ich aufstehen? Und der Abend dehnt sich, und ich werde des Umherwerfens satt bis zur Dämmerung. Mein Fleisch ist bekleidet mit Gewürm und Erdkrusten, meine Haut zieht sich zusammen und eitert. Meine Tage gleiten schneller dahin als ein Weberschiffchen und schwinden ohne Hoffnung ...

Nicht wird mein Auge das Glück wieder sehen ... Wenn ich sage: Trösten wird mich mein Bett, mein Lager wird tragen helfen meine Klage, so erschreckst du mich mit Träumen, und durch Gesichte ängstigst du mich, sodass meine Seele Erstickung vorzieht, den Tod lieber wählt als meine Gebeine. Ich verachte es ... Was ist der Mensch, dass du ... alle Morgen ihn heimsuchst, alle Augenblicke ihn prüfst? Wie lange willst du nicht von mir wegblicken, nicht von mir ablassen, bis ich meinen Speichel verschlucke?« (Hi 7,3-19).

Charles lehnt sich an diese inspirierten Worte an, die Seelenqualen zum Ausdruck bringen. Er wendet sie auf sich selbst an, sodass jene, die sterben wollen, in ihrem Prediger jemanden finden, der sie versteht. Auch ich »könnte mit Hiob sagen, dass meine Seele die Erstickung dem Leben vorzieht«, bezeugte Charles. »Ich hätte mir ohne Weiteres selbst Gewalt antun können, um meinem Elend zu entrinnen.«²³⁶

236 Jeweils zitiert nach: Charles Spurgeon, »The Shank-bone Sermon; or, True Believers and Their Helpers«, *MTP*, Bd. 36 (Ages Digital Library, 1998), S. 252.
A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/the-shank-bone-sermon-or-true-believers-and-their-helpers/#flipbook/> (abgerufen am 14. 8. 2024).

Ja, Charles verdeutlicht, dass er diesen Wunsch bereits mehr als nur einmal verspürt hat. Als er sich auf Elias Gebet von 1. Könige 19,4 bezieht, in dem dieser bittet, sterben zu dürfen, verweist Charles auf seine eigene Erfahrung, indem er sagt: »Ich kenne jemanden, der dies in der Bitterkeit seiner Seele oft gebetet hat.«²³⁷

Die Bekräftigung der Vernünftigkeit eines solchen Todeswunsches

Charles erzählt uns von seinem eigenen Wunsch, sterben zu wollen, damit uns dadurch geholfen wird und damit wir lernen, dass wir in dieser Erfahrung nicht allein sind. Darin besteht sein hoffnungsvoller Ansatz. Er geht sogar noch einen Schritt weiter, indem er beteuert, dass es in dieser Welt und in unserem Leben schlimmere Elendszustände gibt als den Tod. Dann wendet er sich Psalm 88 zu, der beschreibt, was wir empfinden, wenn die Dunkelheit zu unserem einzigen Weggefährten geworden ist. Angesichts dessen behauptet Charles, dass ein Elend, das »[schlimmer ist] als der leibliche Tod«, »seine schrecklichen Schatten über uns [wirft]«. In solchen Fällen erkennt er Folgendes an: »Der Tod würde als eine Erlösung begrüßt werden von denen, deren Schwermut ihnen das Dasein zu einem lebendigen Tod macht.«²³⁸

Darüber hinaus betont Charles die Empfindung, dass der Tod weniger schlimm sei als der Schmerz, indem er auf den Herrn Jesus verweist, der die Worte aussprach: »Meine Seele ist sehr betrübt, bis zum Tod« (Mt 26,38a). In dieser Szene findet Charles ein zusätzliches Zeugnis und eine zusätzliche Beschreibung dessen, warum der

237 Charles Spurgeon, »Elijah Fainting«, *MTP*, Bd. 47 (Ages Digital Library, 1998), S. 273.

A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/elijah-fainting/#flipbook/> (abgerufen am 14. 8. 2024).

238 Jeweils zitiert nach: Charles Spurgeon, *The Treasury of David*, Psalm 88, *The Spurgeon Archive*. <http://www.romans45.org/spurgeon/treasury/ps088.htm> (abgerufen am 14. 8. 2024). A. d. H.: Hier jeweils zitiert nach: Charles Spurgeon, *Die Schatzkammer Davids*, Bielefeld: CLV, überarbeitete Auflage 2018, Bd. 3, S. 2718 (Anmerkungen zu Ps 88,4). (Die Seitenzahl bezieht sich auf die Angabe in der fünfbändigen Gesamtausgabe.)

Tod Erleichterung bietet. Wir sind so schwach, dass wir kaum erkennen, dass wir tatsächlich am Leben sind. Uns ist so zumute, als wären wir »dem Tod näher als dem Leben«²³⁹. Wir wünschten, dass wir das Bewusstsein verlieren könnten, weil das Bewusstsein, das wir besitzen, dermaßen schmerzverhaftet ist.

Mit anderen Worten: Charles näherte sich unserem Sterbenswunsch inmitten unseres Leids nicht dadurch, dass er aus einer gehörigen Lebensferne heraus Kritik übt oder indem er unseren Glauben unter die Lupe nimmt, ohne jedes Mitgefühl erkennen zu lassen. Er begegnet ihm vielmehr tiefgründig und bekräftigend. Warum? Er will verstehen und möchte zugleich verstanden werden.

Indem er uns an Elias Beispiel erinnert, antwortet Charles wie folgt: »Für Elia war es die vernünftigste Sache auf der Welt, tief betrübt zu sein und sterben zu wollen.«²⁴⁰ Er bildete sich sein Elend nicht nur ein, sondern es war real. Sein Todeswunsch offenbarte nicht seinen Wahnsinn, sondern belegte genau das Gegenteil. »Ein Wunsch, aus dem Leben zu scheiden, sofern er sich aus eingehenden Überlegungen und bestimmten Erkenntnissen sowie aus einer Gesamtübersicht der unten genannten Dinge ergibt, ist durchaus angebracht«²⁴¹, legt Charles nahe.

Gleichermaßen, wenn Hiob Gott die Frage stellt: »Willst du ein verwehtes Blatt noch aufschrecken?« (Hi 13,25 [Menge]), tritt Charles für die Leidenden ein und bekräftigt die Vernünftigkeit dieser Frage. Die von »der Krankheit Geschlagenen, von brennenden Wunden Geplagten und von akuten Schmerzen Beschwerten« können verständlicherweise das Empfinden haben, dass »es für sie besser wäre zu sterben, als weiterzuleben«, wenn sich ihr »Leid noch länger hinziehen würde«²⁴².

239 Hier zitiert nach: Charles Spurgeon, *Die Schatzkammer Davids*, a. a. O., S. 2717.

240 Charles Spurgeon, »Faintness and Refreshing«, S. 588.
A. d. H.: Hier und im Folgenden: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/faintness-and-refreshing/#flipbook/> (abgerufen am 14. 8. 2024).

241 Ebenda, S. 586. A. d. H.: Spurgeon greift hier die menschliche Perspektive auf, die ja z. B. im Falle Elias korrigiert wurde, wie dies in den weiteren Versen von 1. Könige 19 deutlich wird und wie auch die weiteren Ausführungen des vorliegenden Buches erkennen lassen.

242 Jeweils zitiert nach: Charles Spurgeon, »A Frail Leaf«, S. 589.
A. d. H.: <https://www.spurgeongems.org/sermon/chs3269.pdf> (abgerufen am 14. 8. 2024).

Wir haben bereits die irrationalen Zustände und Vorstellungen hervorgehoben, die von der Depression ausgelöst werden. Eingebildete Schrecken, fürchterliche Erinnerungen und mutmaßliche Tragödien, die sich niemals bewahrheiten, können unsere Gedanken belästigen wie der Baum draußen vor unserem Fenster, den wir für einen uns nachstellenden Voyeur gehalten haben. Doch Charles erinnert uns daran, dass die Seelenqualen als solche, selbst wenn sie von eingebildetem Unheil verursacht werden, nach wie vor echt sind. »Einige Menschen sind übermäßig nervlich angeschlagen: Sie befürchten, dass ihnen der Himmel auf den Kopf fällt oder dass der Boden unter ihnen aufbricht.« Natürlich sind solche Gedanken irrational. »Doch die dadurch verursachten Seelenqualen sind durchaus real. Der Mensch, der seelische Qualen noch verschlimmern kann, indem er sich darüber lustig macht, zeugt wohl kaum von einer christlichen Gesinnung.«²⁴³

Dieser Todeswunsch unter den Leidenden konfrontiert uns mit geheimnisvollen Rätseln, die wir nicht ergründen können und mit denen wir als Angehörige nichts zu tun haben wollen. »Es mag für uns ein Rätsel sein, warum sich Elia ausgerechnet unter einen Ginsterstrauch setzte«, räumt Charles ein. »Doch wenn wir uns selbst unter dem Ginsterstrauch niederlassen, sind wir froh, uns die Tatsache vor Augen zu führen, dass auch Elia einst darunter gegessen hat«, fährt er fort. »Wenn wir uns in der Höhle verstecken, ist diese für uns eine Quelle des Trostes, wenn wir uns vor Augen halten, dass sich dieser große Prophet Israels dort vor uns aufgehalten hat.«²⁴⁴

Somit verschafft sich die Gnade Gottes in der Schrift erneut Geltung. »Die Erfahrung eines Heiligen«, die auf den Seiten der Heiligen Schrift beschrieben wird, »ist für andere [Heilige] aufschlussreich«²⁴⁵. Selbst »Heilige« können einen Todeswunsch haben. Auch wir können inmitten all dessen, was uns schmerzt, sagen: »Da hasste ich das

243 Jeweils zitiert nach: Charles Spurgeon, »Helps to Full Assurance«, S. 516.

A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/helps-to-full-assurance/#flipbook/> (abgerufen am 14. 8. 2024).

244 Jeweils zitiert nach: Charles Spurgeon, »Elijah Fainting«, S. 272.

245 A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/elijah-fainting/#flipbook/> (jeweils abgerufen am 14. 8. 2024).

Leben« (Pred 2,17a) und mit Hiob und Jeremia können auch wir das Empfinden haben, dass es für uns besser gewesen wäre, niemals auf die Welt gekommen zu sein.

Einige von uns können dieses Buch an dieser Stelle einen Augenblick beiseitelegen. Wir können innehalten, weinen und voller Mitgefühl beten, weil wir uns bewusst sind, wie furchtbar der heulende Abgrund sein muss, der ein menschliches Wesen dahinbringt, den Wunsch zu haben, sein eigenes Leben zu beenden. Und was für ein mutiger Glaubensschritt dieser Person abverlangt wird, sich von Tag zu Tag anders zu entscheiden. Wie stark und erbarmungsvoll sind doch die Arme der Gnade, die uns – zusammengebrochenen Bündeln gleich – an jedem beliebigen Tag festhalten!

Achte deshalb darauf, dass dich deine Ängste nicht davon abhalten, als Ansprechperson in der Seelsorge zuzuhören, bzw. dass dich deine Gewissheiten nicht davon abhalten, als Leidender zu reden. »Es ist oft eine wundervolle Erleichterung, in der Lage zu sein, über deinen Kummer geradeheraus zu reden.« Der Autor, der einst schrieb: »Schweig, leid, meid und [v]ertrag, / dein Not niemand klag«²⁴⁶, befand sich in Bezug auf diese Aussage den Worten von Charles zufolge im Irrtum. Ganz im Gegenteil! »Es ist ein e überaus wunderbare Angelegenheit, dein Herz zu erleichtern.«²⁴⁷

Die Torheit des Todeswunsches entlarven

So weit haben wir die Tatsache von Todeswünschen in unserem Leben eingeräumt, obwohl uns als Angehörige die entsprechende Haltung unserer Lieben erschreckt, wobei es auch möglich ist, dass wir als selbst Betroffene uns in unserer Ansicht bestätigt sehen und daraus Hoffnung gewinnen. Doch unser Problem besteht letzt-

246 A. d. H.: Quelle: Martin Luther, WA TR 5, 5375 q (S. 107-108). Es sei allerdings hinzugefügt, dass dieser Vierzeiler Luthers vollständig folgendermaßen lautet: »Schweig, leid, meid und [v]ertrag, / dein Not niemand klag, / an Gott nicht verzag, / dein Glück kommt all Tag.«

247 Jeweils zitiert nach: Charles Spurgeon, »Elijah Fainting«, S. 281.

A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/elijah-fainting/#flipbook/> (abgerufen am 14. 8. 2024).

endlich nicht nur in diesem Todeswunsch, sondern in den Illusionen und angeblichen Lösungen, nach denen wir uns ausstrecken, um diesen Wunsch Wirklichkeit werden zu lassen. »Angenommen, der Wunsch, aus dem Leben scheiden zu wollen, ergibt sich lediglich aus der Leidenschaft – gewissermaßen aus einem Streiten mit Gott, so wie sich ein Kind manchmal mit seinen Eltern streitet«, sagt Charles. »Dann lässt er [d.h. dieser Wunsch] von seinem Wesen her mehr Torheit als Weisheit und viel mehr Verdrossenheit als Frömmigkeit erkennen.«²⁴⁸

Wenn Jesus und die umfassendere Geschichte des Evangeliums ausgeblendet werden, dann erhöhen wir, die Selbstmordgefährdeten, trotz all unserer Selbstverdammung, uns unbewusst zu einer Position der Besserwisserei und Wichtigtuerei. In diesem Zustand nehmen wir eine allwissende Haltung ein und behaupten, dass alles mögliche und zukünftige Wohl für immer dahin ist, was uns selbst betrifft. Unser Elend hat uns dann mit einem tragischen Hochmut vergiftet. Unser Schmerz hat uns derart eingenebelt, dass wir nicht mehr klar denken können. Aus unserem »gottähnlichen Blickwinkel« reden wir uns selbst und anderen auf tragische und irrtümliche Weise ein: »Nicht wird mein Auge das Glück wieder sehen« (Hi 7,7b). Eine Fehlinformation der Alles-oder-nichts-Variante infiltriert dann unsere Überzeugungen.

In Botschaften, wie z. B. *Paul's Desire to Depart*²⁴⁹, identifiziert Charles die Tragödie dieser Alles-oder-nichts-Überzeugungen, die uns in unserer Selbstsucht ertrinken lassen. Die folgenden Stimmen, die sich in uns zu Wort melden, stellen die gegenwärtige und zukünftige Macht Jesu in Abrede:

- Die Umstände sind fortwährend schlimm. Das Leben wird von jetzt an nur noch schwer sein.

248 Charles Spurgeon, »Faintness and Refreshing«, S. 586.

A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/faintness-and-refreshing/#flipbook/> (abgerufen am 14. 8. 2024).

249 Charles Spurgeon, »Paul's Desire to Depart«, *NPSB*, Predigt 274.

<https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/pauls-desire-to-depart/#flipbook/> (abgerufen am 15. 8. 2024). A. d. Ü.: Svw. *Der Wunsch des Paulus abzuschneiden*.

- Die Menschen sind schrecklich. Die Menschen werden sich niemals ändern und immer Unrecht tun.
- Ich bin enttäuscht. Ich habe verloren und bin gescheitert. Ohne diese Person oder ohne diesen Sachverhalt bin ich nichts. Ich kann ohne diese Person oder ohne diesen Sachverhalt bzw. mit diesem Versagen nicht leben.
- Ich schäme mich. Ich kann nicht damit leben, dass sich andere darüber lustig machen, wie ich Schande über mich gebracht habe.
- Ich werde schlecht behandelt, und das wird immer so weitergehen. Ich werde niemals mehr derselbe bzw. dieselbe sein.
- Ich bin alt und in meinen Gewohnheiten festgefahren. Ich kann mit neuen Dingen nicht umgehen.
- Das, was ich wollte, ist mir vorenthalten worden. Wenn ich meinen Willen nicht durchsetzen kann, bringt es mir nichts. Entweder setze ich meinen Willen durch, oder das Ganze lässt sich überhaupt nicht verwirklichen.
- Ich bin schuldig. Ich habe schreckliche Dinge getan. Für mich kann es nach dem Unrecht, das ich begangen habe, keine Wiederherstellung mehr geben.

Warum wir uns für das Leben entscheiden sollen

Auf all diese Alles-oder-nichts-Behauptungen bezüglich unserer düsteren Zukunft, der wir uns angeblich so gewiss sind, kontert Charles, indem er 1. Korinther 2,9 als eine Verheißung zitiert, unter deren Schatten, wir uns ausruhen können: »Was kein Auge gesehen und kein Ohr gehört hat und in keines Menschen Herz aufgekommen ist, was Gott bereitet hat denen, die ihn lieben.« Diese Unfähigkeit, die Zukunft vorhersagen zu können, trifft auf beide Arten der Todeswünsche zu.

Erstens: Indem er jenen anspricht, der sterben möchte, um bei Jesus zu sein, erinnert Charles uns Christen daran, dass wir ja den Rest der Geschichte von Elia kennen. Angenommen, Elia hätte damals unter dem Ginsterstrauch jeden bedeutsamen Augenblick,

der ihn erwarten würde, im Voraus gekannt: die Gottesbegegnung am Horeb, seinen Auftrag in Zusammenhang mit der Nabot-Geschichte, die Gemeinschaft mit Elisa, das Zusammenleben mit den Prophetenschülern oder die Tatsache, dass er in einem feurigen Wagen entrückt wurde, was Ausdruck einer wunderbaren Ironie war. Dann wäre Elia wohl gewillt gewesen, an seinem Leben festzuhalten, bis sich all diese Begebenheiten ereignet hatten.

Und so verhält es sich auch mit uns. »Du weißt nicht, Bruder, wie viel noch für dich bereitgehalten wird, für das es sich zu leben lohnt. Und du, meine Schwester, rede nicht vom Sterben, denn auch du hast noch eine Menge zu bewerkstelligen«, ermahnt Charles. »Ihr werdet sein wie Träumende, und euer Mund wird voll Lachen und eure Zunge voll Jubel sein, und ihr werdet sagen: ›Der HERR hat Großes an [uns] getan!«²⁵⁰

Mit anderen Worten: Als Elia sagte: »Es ist genug; nimm nun, HERR, meine Seele«²⁵¹, beurteilte er die Lage falsch. »Es war nicht genug.« Er irrte sich. Aufgrund seines Schmerzes hatte er eine falsche Wahrnehmung hinsichtlich seiner Fähigkeit, im Voraus Sachverhalte hinsichtlich seiner eigenen Zukunft wissen zu können, und seine Zukunft war in Wirklichkeit voller Segen.

Dies führt uns die wundervolle Gnade vor Augen. Menschen wie Hiob, Mose, Elia und Jona brachten ihren Wunsch, sterben zu wollen, nachdrücklich und ohne einen Hehl daraus zu machen, zum Ausdruck. Sie überließen es allerdings Gott, ihren Wunsch zu erhören. Sie baten Gott, über ihr Leben zu entscheiden, statt sich diese Entscheidung selbst anzumaßen. Dies musste ihnen überaus schwergefallen sein – schwerer, als es sich die meisten von uns vorstellen können.

Doch manchmal laufen die mutigsten Taten, bei denen wir uns vom Glauben und der Weisheit leiten lassen, darauf hinaus, dass ein Mensch, der seelisch bedrängt wird und sterben will, zusammen-

250 Jeweils zitiert nach: Charles Spurgeon, »Elijah Fainting«, S. 284.
A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/elijah-fainting/#flipbook/>
(abgerufen am 15. 8. 2024). In Bezug auf den durch einfache Anführungszeichen markierten Zitatteil vgl. Psalm 126,3.

251 A. d. H.: Vgl. 1. Könige 19,4.

bricht und vor dem Thron der Gnade gehalten wird. »Andere halten dich für töricht, bezeichnen dich als nervlich angeschlagen und fordern dich auf, dich zusammenzunehmen und zu Kräften zu kommen, doch sie sind mit deinem Fall nicht vertraut. Würden sie dich verstehen, würden sie dich nämlich nicht mit derart unangebrachten Worten ermahnen.«²⁵²

Zweitens sprach Charles nicht nur Christen an, sondern auch jene, die aus anderen Gründen sterben wollten und Jesus dabei nicht vor Augen hatten. Zunächst beruft er sich auf das Zeugnis. Der Apostel Paulus konnte bei fast jedem der Aufzählungspunkte in der oben angeführten Liste aus eigener Erfahrung reden. Schreckliche Umstände, Feinde, Enttäuschung, Schande, Misshandlung, Leiden, körperliche Beschwerden und Schuldgefühle, die sich aus furchtbaren Dingen ergaben, waren in den Handlungsfaden seines Lebens eingewoben. Doch in Jesus fand Paulus eine neue Identität, ein neues Leben. Er entdeckte, dass er ohne die Schätze leben konnte, die er einst für notwendig gehalten hatte. Er fand heraus, dass das Ansehen, das für ihn bisher einen hohen Stellenwert besessen hatte, nicht mehr von Belang war. Darüber hinaus wurde ihm bewusst, dass er in der Lage war, mit demütigenden Situationen, Verleumdung, Schande und Misshandlungen zu leben, die er einst für unerträglich gehalten hatte. Die Vergebung hatte ihm eine Schneise für ein Leben des Glaubens geschlagen – ein Leben, das zwar nicht dem entsprach, was er früher für erstrebenswert gehalten hatte, doch das seine einstigen Ziele bei Weitem übertraf.

Paulus wurde diese Gnade von Jesus zugeeignet. Es war nämlich Jesus, den die volle Wucht der Enttäuschungen, der schrecklichen Umstände, der gnadenlosen Misshandlungen und der Schuld traf. Dabei handelte es sich nicht um seine eigene Schuld, sondern um die Schuld der anderen, die auf ihn gelegt worden war. Doch jene, die bedrängt und hilflos, rastlos und verloren, verzweifelt und geistig angefochten waren, fanden Liebe und Heilung in ihm, wie sie diese

252 Charles Spurgeon, »The Agony in Gethsemane«, *MTP*, Bd. 20 (Ages Digital Library, 1998), S. 739. A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/the-agony-in-gethsemane/#flipbook/> (abgerufen am 15. 8. 2024).

nie zuvor gekannt hatten. Es geht um den Garten, in dem seine Seele bis zum Tod betrübt war, um das Kreuz, an dem er körperlich litt, um den Tod, über den er triumphierte, und um die Fürbitte, zu der er dich nun einlädt. All dies bringt für dich und mich, die wir der Verzweiflung nahe sind, eine realistische Hoffnung mit sich.

Aus diesem Grund wandte sich Charles auch an jene, die noch nicht von dieser Gnade Jesu gerettet worden waren. Er bat sie flehentlich, alles daranzusetzen, der Versuchung, sich das Leben zu nehmen, zu widerstehen. Ohne diesen Heiland, der an der anderen Seite auf die Gläubigen warten würde, sei Selbstmord wie ein Köder, der seinen Haken verberge. Solch ein Tod sei weit davon entfernt, einen aus seinem Leid zu erlösen oder dieses zu erleichtern, sondern erhöhe nur noch das Ausmaß der Verzweiflung. Und in diesem Fall sei dann wirklich keine Hoffnung – sei es eine realistische oder irgendeine andere – mehr zu finden.

Was lernen wir daraus?

1. *Die aufrichtigsten Christen können Depression erfahren und einen Todeswunsch entwickeln.* »Wir verkörpern die merkwürdigste Mischung von Widersprüchen, die es überhaupt gibt«, sagt Charles. »Wir werden niemals in der Lage sein, uns selbst zu verstehen.« Die Treuen können von Zweifeln verfolgt werden.²⁵³
2. *Die aufrichtigsten Christen können törichte Dinge tun.* Dass ein mutiger Gläubiger dem Tod entgegenfiebert, »ist zwar merkwürdig, doch wir sind nun einmal merkwürdige Geschöpfe. Es gibt niemanden, der zuweilen nicht töricht ist. Auf jeden Fall trifft dies auf den, der auf dieser Kanzel steht, in dieser Hinsicht mehr zu als auf euch alle.«²⁵⁴

253 Charles Spurgeon, »Sweet Stimulants for the Fainting Soul«, S. 578.

A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/sweet-stimulants-for-the-fainting-soul/#flipbook/> (abgerufen am 15. 8. 2024).

254 Charles Spurgeon, »Elijah Fainting«, S. 278.

A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/elijah-fainting/#flipbook/> (abgerufen am 15. 8. 2024).

3. *Wir müssen uns sehr davor hüten, jemanden zu kritisieren, der versucht, ein Elend zu überwinden, das wir selbst nie erlebt haben.* »Man braucht uns nur, so wie Elia, in die Enge zu treiben, und unsere Torheit wird dann wie die seine zutage treten. Obwohl er hätte um sein Leben bitten sollen, betete er, dass er sterben möge.«²⁵⁵ »Inmitten der Anfechtung wirst auch du so schwach sein wie andere Menschen.«²⁵⁶
4. *Der zweifelnde Christ ist nicht von Gott verlassen.* »Keiner zweifelt daran, dass Elia ein Kind Gottes war. Keiner stellt infrage, dass Gott ihn liebte, obwohl er ermattet unter dem Ginsterstrauch saß.« Selbst wenn wir und Elia unter jenem Strauch »Leidenschaften hegen« sollten, die Gott »nicht billigt«, »ließ der Herr Elia nicht im Stich, und er wird auch dich nicht im Stich lassen«²⁵⁷.
5. *Aufgrund der Gnade Gottes sind wir, was wir sind.* Diese Szene erinnert uns daran, dass »Elia nicht von Natur aus, sondern nur in der Kraft, die ihm von Gott verliehen wurde, stark war. Daher war er, als die göttliche Kraft von ihm gewichen war, nicht von größerer Bedeutung als jeder andere.«²⁵⁸ »Er versagte, wie dies auch bei allen anderen Menschen Gottes der Fall war. Mir fällt in Anbetracht aller im Alten und Neuen Testament befindlichen Lebensberichte kaum eine Ausnahme ein.«²⁵⁹

Neue Hoffnung schöpfen

Selbstmord ist nicht die unvergebare Sünde. Der Nachfolger Jesus geht nicht verloren, weil er diese Freveltat begeht. Dies gibt uns Hinterbliebenen Hoffnung für unsere geliebten Angehörigen.

Und dennoch bleiben die traurigen Folgen nicht nur für jene, die sich das Leben genommen haben, sondern auch für die Hinter-

255 Ebenda.

256 Ebenda, S. 275.

257 Zitiert jeweils nach: ebenda, S. 273.

258 Ebenda.

259 Ebenda.

bliebenen, die sie geliebt haben. So wie andere Sünden von Christus beglichen wurden, so trifft dies auch auf diese Sünde zu. Doch gleichermaßen gilt: Wie andere Sünden uns selbst und unseren Mitmenschen schaden, so bildet auch diese Sünde keine Ausnahme.

Wir verwirken die Zukunft, die wir hätten erleben können. Wir fügen jenen, die uns lieben und die wir geliebt haben, schrecklichen Schaden zu. Wir kapitulieren gegenüber denselben Dingen, für die Jesus gestorben ist, um uns vor ihnen zu retten. Uns ist vergeben, und wir sind zu Hause bei ihm. Ja, das steht fest! Jesus ist auch dafür gestorben, und er will in jedem Fall Heilung schenken.

Wir, die Hinterbliebenen, werden zu Vorstellungen und Erinnerungen gezwungen, die auf Erden für immer die Narben grausamer Szenen tragen werden. Weil wir keine Zeit für Liebe zueinander mehr haben, weil uns die Sinnhaftigkeit abhandengekommen ist, sind wir zunächst untröstlich und verändern uns innerlich. Wir könnten unter Umständen zorniger oder härter werden, als wir es einst waren. Wir könnten unter größerer Schlaflosigkeit oder größerer Schwermut leiden, als es früher der Fall war. Auch wir werden dann auf Hilfe angewiesen sein, die selbstsüchtige Entscheidung zu vergeben. Auch wir könnten sogar versucht sein, den Selbstmord nachzuahmen und unserem Umfeld somit doppelten Schaden zuzufügen. Und wenn unser Angehöriger nicht an Jesus geglaubt hat, werden wir von furchtbaren Vorstellungen geplagt, weil er dem Himmel fern ist. Wir kämpfen um Hoffnung hinsichtlich der Gnade Gottes gegenüber Menschen und Entscheidungen, die wir nicht kontrollieren können. Wir bemühen uns, uns im letzten Augenblick vor der furchtbaren Tat die Gegenwart seiner Gnade vorzustellen, die unseren Angehörigen doch noch veranlasst hat, ihn anzurufen und sich auf ihn zu verlassen. Inmitten all dieser Vorstellungen erleiden wir das Unbekannte.

Unsere Hoffnung ist zerbrochen, wobei sie im Grunde womöglich ganz zunichtegemacht worden ist. Doch in Jesus ist noch eine umfassendere Geschichte zu finden. Mit der Zeit können wir trotz zerstörter Hoffnung wieder neue Hoffnung schöpfen, sofern diese realistisch ist und sich nicht nur auf das Kreuz und auf das leere

Grab, sondern auch auf den Garten gründet, in dem Jesu Schweiß wie große Blutstropfen wurde.

Unterdessen machen wir uns den Kommentar und das Gebet von Charles zu eigen:

»Der Tod würde als eine Erlösung begrüßt werden von denen, deren Schwermut ihnen das Dasein zu einem lebendigen Tod macht. Können denn aber auch wirklich fromme Menschen solche Leiden erfahren müssen? Jawohl; und manche unter ihnen sind ihr Leben lang solcher Knechtschaft unterworfen. Ach Herr, lass es dir gefallen, die Deinen, die also auf Hoffnung gefangen liegen ... , in Freiheit zu setzen! Möge keines deiner in solcher Traurigkeit befangenen Kinder sich die Hitze befremden lassen, als widerfahre ihm etwas Seltsames, sondern vielmehr sich freuen ..., da es die Fußstapfen der Brüder sieht, die vor ihm diese Wüste durchwandelt haben.«²⁶⁰

²⁶⁰ Charles Spurgeon, *The Treasury of David*, Psalm 88. Hier zitiert nach: Charles Spurgeon, *Die Schatzkammer Davids*, Bielefeld: CLV, überarbeitete Auflage 2018, Bd. 3, S. 2718 (Anmerkungen zu Ps 88,4). (Die Seitenzahl bezieht sich auf die Angabe in der fünfbandigen Gesamtausgabe.)

12 Der Nutzen der Betrübniß

»Niedergeschlagenheit ist oft das Beste, was uns passieren kann.«²⁶¹

Es ist selten weise und oftmals lieblos, über die Lippen zu bringen, was Charles in diesem Zitat sagt, wenn eine Krise noch ganz frisch ist und sich jemand infolge der Chemotherapie übergibt, noch ganz mit den traumatischen Erfahrungen eines sexuellen Übergriffs kämpfen muss, den Verlust seiner Arbeitsstelle noch nicht verarbeitet hat oder am Rand des Grabes seines Kindes Tränen vergießt. In solchen Augenblicken lernen wir von der bewährten Vorgehensweise der Freunde Hiobs zu Beginn ihres Besuchs. Wir sagen nichts. Wir sitzen in der Asche. Wir weinen mit denen, die weinen. Wir reden dann mehr mit Gott über *sie*, als dass wir mit ihnen über *Gott* reden. In diesen furchtbaren anfänglichen Augenblicken brauchen wir nicht darauf hinzuweisen, welchen Unterschied die Gnade Gottes und die Zeit in den Händen Gottes machen können. Wir sind weise und sagen nichts.

Einige, die zur Zeit Spurgeons zu psychologischen Fachkreisen gehörten, verstanden dies ebenfalls. Ehe wir imstande sind, den Leidenden »moralische« Hilfe anzubieten, müssen wir oftmals zuerst den Weg freimachen. Wir müssen ihnen Zeit einräumen und verbal zum Ausdruck bringen, dass sie uns am Herzen liegen, und andere Hilfe in hygienischer und medizinischer Hinsicht leisten, um angesichts der Ängste und der mit dem gegenwärtigen Trauma verbundenen Gemütslage Linderung zu verschaffen. Wenn der Schmerz

261 Charles Spurgeon, »Sweet Stimulants for the Fainting Soul«, *MTP*, Bd. 48 (Ages Digital Library, 1998), S. 581.

A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/sweet-stimulants-for-the-fainting-soul/#flipbook/> (abgerufen am 15. 8. 2024).

nachlässt und die Klarheit wiederhergestellt ist, kann man wieder auf Eiswürfeln herumlutschen und Salz-Cracker herunterschlucken, ohne sich übergeben zu müssen. Ob wir dann reden oder schweigen – alles kann nun langsam zusammenfließen und zu einem Teil des Umgangs miteinander werden. Früher oder später reden wir dann gemeinsam über Gott und über die Absichten, die er mit alledem verfolgt.

Dann kommen wir darauf zurück und stellen gemeinsam noch einmal die uralte Frage. Ob wir an Gott glauben oder es vorziehen, an ihm zu zweifeln, diese uralte Frage bleibt dieselbe. Im Einklang mit der gesamten Menschheitsgeschichte ist es das »*Warum*«, das wir als Leidende in Erfahrung bringen wollen.

Der Blick auf Bedlam

Es ist nicht etwa so, dass wir keine Anhaltspunkte hätten. Wir sind in der Lage, eine Menge über das »*Was*« der Betrübnis in ihren unterschiedlichen Erscheinungsformen zu schildern, einschließlich der allerschlimmsten seelischen Störungen. Die Gemeinde, in der Charles seinen Hirtendienst tat, war z. B. nur eine Straße vom Krankenhaus dieses Stadtteils (dem Saint Luke's Hospital²⁶²) entfernt. Er beschreibt das »*Was*«, das er auf dessen Korridoren zu Gesicht bekam: »... Knochenbrüche, Störungen, die den Betroffenen hinsichtlich seiner gesamten Persönlichkeit belasten, unheilbare Krankheiten, Beschwernisse, die den Körper plagen und ihn verkrampfen lassen, und Schmerzen, die nahezu unerträglich sind.«²⁶³

Ebenso in der Nähe, nur eine Straße weiter, »steht ein Kuppelgewölbe«, sagt Charles, das sich nicht weit von der Stelle befinde, wo

262 A. d. H.: Das bis 1917 bestehende Krankenhaus hatte im Laufe seiner Geschichte verschiedene Standorte innerhalb von London. Dies erklärt, warum es sich zwischenzeitlich in der Nähe des Metropolitan Tabernacle (südlich der Themse) befand, während es zuletzt in der Old Street (nördlich der Themse) untergebracht war.

263 Charles Spurgeon, »Overwhelming Obligations«, *MTP*, Bd. 16 (Ages Digital Library, 1998), S. 33. A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/overwhelming-obligations/#flipbook/> (abgerufen am 15. 8. 2024).

er gegenwärtig spreche. Dann klingt die Stimme von Charles plötzlich merklich nüchterner. »Ich danke Gott zwar für die Existenz des Gebäudes, zu dem dieses Kuppelgewölbe gehört, doch ich vermag es nicht, mich dort jemals umzuschauen«, sagt er. Indem er womöglich an eine Zeit zurückdenkt, als sein eigener Verstand am Rande des Abgrunds dahinwankte, hält Charles dann inne und sagt: »Ich hoffe, dass ich mich dort niemals umschauen werde, ohne mein Herz in Dankbarkeit zu Gott zu erheben, dass mein Verstand verschont worden ist.«²⁶⁴ Das Kuppelgewölbe, auf das Charles sich bezieht, gehörte zum Bethlehem Royal Hospital bzw. zu »Bedlam«²⁶⁵, wie man es heutzutage nennt.

Dann stellte er sich die Korridore von Bedlam vor. Mit Mitgefühl geht er daran, auf geheimnisvolle Weise das »Was« unseres verwirrten Sinnes zu beschreiben. »Es ist kein geringes Unglück, seiner Sinne beraubt zu sein, wenn Wirbelstürme den Verstand hin und her peitschen und sich bis zu einem Orkan des Wahnsinns steigern, oder ein Opfer von Halluzinationen zu sein, die einen von jeder Dienlichkeit und sogar von der Gemeinschaft mit seinen Mitmenschen ausschließen.«²⁶⁶

Die Nervenheilanstalt Bedlam veranlasst Charles, von »jenen« zu reden, »die gänzlich ihren Verstand verloren haben«. Der Versuch zu verstehen, wie angesichts der Existenz Gottes und seiner Gnade zu erklären ist, dass sich ein Mensch in einem solchen Zustand befindet, werde zu »keinem praktischen Ergebnis« führen. Das räumt er ein. »Folglich lasse ich es sein«, sagt er.²⁶⁷

An dieser Stelle enttäuscht der Prediger jene von uns, die eine Antwort darauf haben wollen. Der Mann Gottes ist auch nur ein Mensch. Er weiß es nicht, und wir wissen es auch nicht. Wir sind lediglich in der Lage, das »Was« zu beschreiben, doch nicht

264 Ebenda.

265 A. d. Ü.: Svw. »Tollhaus« bzw. »Irrenhaus«. A. d. H.: Spitzname des Bethlehem Royal Hospital.

266 Charles Spurgeon, »Overwhelming Obligations«, a. a. O.

267 Jeweils zitiert nach: Charles Spurgeon, »A Promise for the Blind«, *MTP*, Bd. 55 (Ages Digital Library, 1998), S. 233.

A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/a-promise-for-the-blind/#flipbook/> (abgerufen am 14. 8. 2024).

imstande zu erklären, warum Gott in seiner Göttlichkeit solch ein Leid zulässt.

Ich würde nichts daran ändern

Wir wissen auch eine Menge darüber, »wie« sich Trübsinn und Depression in ihren unterschiedlichen Varianten in unserem Leben bemerkbar machen. In diesem Buch haben wir beschrieben, welches Elend mit ihnen einhergeht. Doch auch überraschende Vorteile der Betrübnis machen einen Teil dessen aus, was wir darüber wissen.

Immerhin lassen sich Leidtragende manchmal dazu hinreißen, merkwürdige Dinge zu sagen. Sie sind dankbar für das, was sie erleiden mussten. Das trifft natürlich nicht auf jeden zu. Wir wissen sehr wohl, wie die Betrübnis eine Person negativ verändern und beeinträchtigen kann. Sie kann unseren Glauben an Gott erschüttern sowie uns verhärten und verbittern und uns gegenüber Menschen zynisch werden lassen.

Doch viele, die wünschten, dass ihnen ihr Leid erspart geblieben wäre, sagen uns dennoch, dass sie durch dasselbe Gutes gelernt haben, das sie anderenfalls nicht gelernt hätten. Charles gehört zu ihnen. »Ich bin Gott oft äußerst dankbar, dass ich fürchterliche Depressionen erleiden musste«, bekräftigt er. »Ich kenne die Grenzen der Verzweiflung und den schrecklichen Rand der Kluft der Dunkelheit, in die meine Füße beinahe abgeglitten sind.«²⁶⁸

Doch warum ist er für die Depression dankbar? Er beantwortet diese Frage wie folgt: »Hundert Male bin ich imstande gewesen, Brüdern und Schwestern, die sich im gleichen Zustand befanden, behilflich zu sein – eine Hilfe, die ich ihnen niemals hätte leisten können, wenn ich ihre tiefe Betrübnis nicht aus eigener Erfahrung gekannt hätte.«²⁶⁹ Nicht jeder von uns ist bereit, das zu sagen, was Charles hier sagt. Unser Schmerz sitzt allzu tief.

²⁶⁸ Charles Spurgeon, *How to Become Fishers of Men*.

https://ccl.org/ccl/spurgeon/sermons32/sermons32.vii_1.html (abgerufen am 15. 8. 2024).

²⁶⁹ Ebenda.

Doch es kann uns eine Hilfe sein zu wissen, dass Charles diese Dankbarkeit für die Depression nicht auf banale Weise zum Ausdruck gebracht hat. Zuweilen konnte er über dasselbe Thema nachsinnen und zu einem anderen Schluss kommen. »Ich habe von noch keinem gehört, der aus der Verzweiflung Gutes hat gewinnen können.«²⁷⁰ Er war auch gar nicht in der Lage, den Eindruck zu erwecken, dass er Banales oder leere Phrasen weitergeben würde, weil ihn seine Transparenz bezüglich der Depression etwas kostete. Einige versuchten sogar, aus seiner Depression einen Strick zu drehen, um das von ihm Gesagte abzuweisen.²⁷¹

Doch inmitten der schmerzlichen Gezeiten dieser Leiden, der ständigen Ebbe und Flut, kehrt Charles wiederholt zu der Überzeugung zurück, dass er weder seinen Glauben noch seine Leiden eintauschen würde. Auch wir könnten uns im Laufe der Zeit auf diesem überraschenden Pfad wiederfinden.

»Ich habe so viele körperliche Schmerzen erlitten wie die meisten hier Anwesenden, und ich weiß auch genauso viel über die gelegentlich auftretende Niedergeschlagenheit des Geistes wie jeder andere zu berichten ... Ich würde nicht mit dem gesündesten Menschen oder reichsten Menschen oder gebildetsten Menschen oder berühmtesten Menschen auf der ganzen Welt tauschen wollen, wenn es bedeuten würde, dass ich meinen Glauben an Jesus Christus – so geprüft er auch manchmal sein mag – aufgeben müsste.«²⁷²

270 Charles Spurgeon, »A Discourse to the Despairing«.

<http://www.spurgeongems.org/vols40-42/chs2379.pdf> (abgerufen am 15. 8. 2024).

271 Charles Spurgeon, »A Prayer for Revival«, *MTP*, Bd. 41 (Ages Digital Library, 1998), S. 518. Siehe dazu folgenden Satzteil: »... though I am told that I am a croaker, and too nervous, and so on« (zu Deutsch: »... obwohl man mir sagt, dass ich ein Krächzer und zu nervös sei, usw.«).

A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/a-prayer-for-revival/#flipbook/> (abgerufen am 15. 8. 2024).

272 Charles Spurgeon, »Witnesses Against You«, *MTP*, Bd. 36 (Ages Digital Library, 1998), S. 40.

A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/witnesses-against-you/#flipbook/> (abgerufen am 15. 8. 2024).

Der Amboss, das Feuer und der Hammer

In seinem hilfreichen Buch *Genius, Grief and Grace*²⁷³ macht Dr. Gaius Davies folgende, aus der Geschichte gewonnene Beobachtung: »Viele Helden – geniale Männer und Frauen –, die so viel erreicht haben, haben das, was sie bewerkstelligt haben, trotz großen Leids zustande gebracht.« Dr. Davies stellt sogar noch Folgendes fest: »Viele sagten, dass ihre besonderen Lebensprüfungen und Probleme sie befähigt haben, den Erfolg zu erzielen, den sie erzielt haben.«²⁷⁴

Auch Charles glaubte dies. Als er ungefähr sechs Jahre vor seinem Tod auf sein Leben zurückschaute, schockierte er uns mit seiner Perspektive im Blick auf die Tatsache, dass wir leiden, damit Gutes im Leben daraus hervorgehen kann.

»Ich bin sicher, dass ich mit einem lahmen Bein schneller gerannt bin, als ich es jemals mit einem gesunden hätte tun können. Ich bin sicher, dass ich in der Dunkelheit mehr gesehen habe, als ich jemals im Licht hätte sehen können – ganz bestimmt mehr Sterne – mehr himmlische Dinge, wenn auch weniger Dinge auf der Erde. Wir werden vom Amboss, vom Feuer und vom Hammer geschmiedet. Es gibt nur wenige andere Werkzeuge, die uns prägen. Dieser schwere Hammer, der auf uns fällt, trägt zu unserer Formung bei. Mögen deshalb Leid und Trübsal und Anfechtungen ruhig kommen.«²⁷⁵

Dabei hört sich Charles ein wenig wie der Apostel Paulus an, der zwar um Befreiung von seinen Leiden flehte, aber keine finden konnte. Deshalb entschloss er sich, sich vielmehr all dessen zu rühmen, was sich an Schwachheit und sonst irgendeiner Unzulänglichkeit in sei-

273 A. d. Ü.: Svw. *Genialität, Gram und Gnade*.

274 Dr. Gaius Davies, *Genius, Grief and Grace: A Doctor Looks at Suffering & Success*, Tain/UK: Christian Focus, 2008, S. 13.

275 E. W. Hayden, *Searchlight on Spurgeon*, a. a. O., S. 178. A. d. H.: Der Wortlaut ist ursprünglich zu finden in: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/christs-yoke-and-burdens/#flipbook/> (abgerufen am 15.8.2024).

nem Leben fand. Er entdeckte, dass sich die Gegenwart Gottes als ein größerer Segen erwies als das Ausbleiben seiner Schmerzen.

Deshalb glaubte Charles das, was einige bezweifeln mögen. In erster Linie nämlich Folgendes: Wenn das Böse da ist, bedeutet dies nicht, dass Gott abwesend ist. Ja, noch mehr: Er glaubte, dass das Leid existieren kann und dass Gott trotzdem gut ist. Dabei geht es sowohl darum, dass Gott von seinem Wesen her gut ist, als auch darum, dass er gegenüber anderen gut ist, die leiden. In seinem Glauben fand Charles Kraft, Gewissheit, Beharrlichkeit und erquickende Freude. Er fand einen Frieden, der die Schmerzen, die er erlitt und die ihn scheinbar nicht zur Ruhe kommen ließen, irgendwie überstieg.

Er entdeckte seine persönliche Geschichte in den Geschichten biblischer Helden, die vor große Lebensproben gestellt wurden, wie z. B. Mose oder Elia, David oder Paulus. Charles schloss sich den Worten Josephs an, der sagte: »Was zum Bösen gedacht war, gedachte Gott, gut zu machen« (um 1. Mose 50,20 zu umschreiben). Er glaubte, dass selbst die von Männern und Frauen getroffenen größten Fehlentscheidungen das Zustandekommen der guten Absichten Gottes in unserem Leben nicht vereiteln können.

Kurzum: Charles wusste zwar nicht, warum Gott solche Dinge zuließ, doch Charles wusste sehr wohl, wie er sich auf die Gegenwart Gottes inmitten dieser Widrigkeiten verlassen und aus diesen auch den Nutzen ziehen konnte, den Gott für ihn bereithielt.

Gott gibt nicht auf

In Anbetracht dessen gesellt sich eine neue Frage zu der uralten, häufig gestellten Frage. Wir fragen nicht nur: »Warum passiert Unheil bzw. Böses?« Wir wundern uns auch und fragen: »Warum gibt es immer noch Heil, bzw. warum passiert immer noch Gutes?« Charles nennt viele Vorteile, die sich aus der Betrübniß ergeben. Dieser Nutzen überdauert unseren Schmerz, unser Elend sowie das Böse und triumphiert letztendlich über diese Dinge. Wenn du von diesen

Vorteilen liest, siehst du dich womöglich außerstande, sie so wertzuschätzen, wie Charles es getan hat. Lass dich dadurch allerdings nicht davon abhalten, über sie nachzusinnen. Vielleicht bedeuten dir einige von ihnen mit der Zeit genauso viel, wie dies einst bei Charles der Fall gewesen ist.

Das Leid lehrt uns, Sichtweisen zu widerstehen, die auf banale Weise zu erklären versuchen, wie Reife in Jesus angeblich aussieht: Der Glaube ist nicht gegen Stirnrunzeln gefeit. Reife ist nicht schmerzlos. Wenn einer angesichts von nervösen Zuckungen und unbeantworteten Fragen ans Bett gefesselt ist und leidet, ist dies nicht unbedingt ein Zeichen der Gottlosigkeit. Es ist vielmehr die Gegenwart Jesu und nicht die Abwesenheit der Häme, die die Situation kennzeichnet und uns Hoffnung vermittelt. Spurgeon drückt es folgendermaßen aus: »Schwermut des Geistes ist kein Hinweis auf nachlassende Gnade. Der Verlust der Freude und die mangelnde Gewissheit könnten ausgerechnet mit dem größten Voranschreiten im Christenleben einhergehen ... wir wünschen uns für jeden Tag der Woche und für jede Woche des Jahres zwar keinen Regen, doch wenn es gelegentlich regnet, werden dadurch die Felder fruchtbar gemacht und die Wasserbäche gefüllt.«²⁷⁶

Das Leid sorgt für größere Vertrautheit mit Gott: Wenn wir als Kinder »mit unserem Vater zur Abendzeit spazieren gingen, hatten wir manchmal die Angewohnheit, weit vorauszu laufen. Doch irgendwann einmal lief ein großer Hund frei auf der Straße herum, und es war erstaunlich, wie eng wir uns dann an unseren Vater hielten.«²⁷⁷

Charles ist in der Lage, die Worte von Psalm 119 im Blick darauf zu zitieren, wer oder was gut ist. Damit sagt er nicht etwa, dass das Leid an sich gut wäre, sondern hebt vielmehr hervor, dass das Erlösungswerk Gottes inmitten desselben gut ist. »Ich habe entdecken dürfen, dass die Bitterkeit eine liebliche Süße aufweist, die nicht im Honig zu finden ist; eine Sicherheit bei Christus, die in einer

276 Charles Spurgeon, »Sweet Stimulants for the Fainting Soul«.
<http://www.biblebb.com/files/spurgeon/2798.htm> (abgerufen am 15. 8. 2024).

277 Ebenda.

Windstille abhandenkommen könnte. Es ist gut für mich, dass ich Leid ertragen musste.«²⁷⁸

Zudem ist er imstande, von seiner Kanzel aus zu bezeugen, wie seine Lebensprüfungen dazu beigetragen haben, dass er Jesus mittlerweile eine größere Hochachtung entgegenbringt. »Ich bin schwer krank und äußerst niedergedrückt gewesen, und ich fürchte, dass ich rebelliert habe, und deshalb schaue ich von Neuem auf ihn und sage euch, dass er heute Abend in meinen Augen schöner ist, als er zuvor gewesen ist.«²⁷⁹

Das Leid befähigt uns, Segnungen besser in Empfang zu nehmen. »Ausgerechnet der Umstand, dass er in den Staub geworfen wird, befähigt den Christen, einen Segen von Gott zu schultern, den er nicht hätte tragen können, wenn er aufrecht stehen würde. Es ist tatsächlich möglich – wie von einer Gnadenlast gleichsam erdrückt –, durch das enorme Gewicht des Segens in die Knie gezwungen zu werden und einen derart großen Segen von Gott zu empfangen, dass er unseren Ruin bedeuten würde, wenn unsere Seele nicht daniederläge.«²⁸⁰

Das Leid sorgt dafür, dass wir unsere Masken fallen lassen: Die Betrübnis trennt den Saum unserer »vernünftigen Überlegungen« auf. Spurgeon sagt: »Wenn es zu dieser Niedergeschlagenheit kommt, veranlasst sie uns zur Selbstprüfung ... Wenn dein Haus erschüttert wird, siehst du dich veranlasst zu überprüfen, ob es auf einen Felsen gegründet ist.«²⁸¹

Das Leid entlarvt unseren Stolz und packt ihn bei der Wurzel: Vielleicht können wir es von der folgenden Warte aus betrachten. Auf einem Flohmarkt gilt gemeinhin das Motto: »Des einen Leid ist des anderen Freud«, bzw.: »Der Schrott des einen ist der Schatz des anderen.« Wir verwechseln oft das, was Jesus wertschätzt, mit dem, was

278 E. W. Hayden, *Searchlight on Spurgeon*, a. a. O., S. 185.

279 Ebenda, S. 184. A. d. H.: Der Wortlaut ist ursprünglich zu finden in: <https://ccel.org/ccel/spurgeon/sermons29/sermons29.xxv.html> (abgerufen am 15. 8. 2024).

Die dort befindliche Predigt vom 10. 5. 1883 trägt den Titel »The First Setting Up of the Bronze Serpent« (»svw.« »Die erste Aufrichtung der ehernen Schlange«).

280 Charles Spurgeon, »Sweet Stimulants for the Fainting Soul«, S. 580.

<http://www.biblebb.com/files/spurgeon/2798.htm> (abgerufen am 15. 8. 2024).

281 Ebenda.

Jesus gern loswerden möchte. Das Leid offenbart, wo wir mit großen Augen Nichtigkeiten – wie verblüffend neu auch immer – bestaunt und gleichzeitig alte Schätze übersehen haben. »Wir sind recht gut darin, zu groß zu werden«, sagt Spurgeon. »Es ist gut für uns, wenn wir ein wenig zurechtgestutzt werden. Manchmal haben wir eine zu hohe Meinung von uns selbst, sodass wir dem Stolz völlig anheimfallen würden, wenn der Herr uns nicht etwas Freude wegnimmt.«²⁸²

Das Leid lehrt uns, einander Mitgefühl entgegenzubringen. Spurgeon sagt: »Wenn wir niemals Schwierigkeiten erfahren hätten, wären wir für andere wohl äußerst schlechte Tröster. ... Für einen Chirurgen wäre es kein Nachteil, gelegentlich aus eigener Erfahrung zu wissen, wie sich ein Knochenbruch anfühlt. Man kann sich darauf verlassen, dass sein Abtasten danach behutsamer ist. Er würde wohl mit seinen Patienten nicht so behutsam umgehen, wenn er solch einen Schmerz nicht selbst erlebt hätte.«²⁸³

Das Leid sorgt dafür, dass kleine Liebenswürdigkeiten eine große Rolle spielen. »Ihr wisst, liebe Geschwister, wie eine kleine Liebenswürdigkeit aufmuntert, wenn wir äußerst niedergeschlagen sind ... selbst der zarte Blick eines Kindes kann unsere Depression beseitigen. In Zeiten der Einsamkeit ist es schon hilfreich, einen Hund an deiner Seite zu haben, der dir die Hand leckt und dir auf seine Weise Zuneigung entgegenbringt.«²⁸⁴

Das Leid lehrt uns, Mut für andere aufzubringen, die sich Lebensprüfungen gegenübersehen. »Und ihr zaghaften, nervösen Menschen, habt ihr nicht schon selbst herausgefunden, dass ihr, wenn ihr einmal in einen Unfall verwickelt sein solltet, die tapfersten Leute vor Ort seid? Ihr zitternden Schwächlinge, ihr scheint angesichts der Notlage zu erstarken.«²⁸⁵

282 Ebenda. A. d. H.: Das Zitat umfasst nur die drei Sätze am Ende des Absatzes.

283 Ebenda.

284 Charles Spurgeon, »The Weakened Christ Strengthened«, *MTP*, Bd. 48 (Ages Digital Library, 1998), S. 148.

A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/the-weakened-christ-strengthened/#flipbook/> (abgerufen am 15. 8. 2024).

285 Charles Spurgeon, »Pride the Destroyer«, *MTP*, Bd. 44.

A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/pride-the-destroyer/#flipbook/> (abgerufen am 15. 8. 2024).

Schlussfolgerung

Betrübnisse erwachsen aus hässlichen Situationen, aber Jesus übernimmt sie sozusagen, um sie für seine Pläne zu gebrauchen. Derjenige, der sogar seine Feinde liebte, macht aus unseren Leiden Geduldsproben. Und die so Erprobten trägt er auf seinem Herzen, versorgt und beheimatet sie. Indem sie mit ihm leben, werden sie verändert und beginnen, in seinem Sinn zu wirken und seine Absichten voranzutreiben. In ihm und durch ihn wird auf diese Weise Schädliches umgestaltet und unwirksam gemacht.

In anderen Worten: Unser Leid gehört Jesus. Er ist dessen Herr – ganz egal, von welchem teuflischen Gedanken oder welcher unerklärlichen Ursache es auf die Welt gebracht wurde. Jesus zeigt uns seine Wunden, die Verleumdungen, die Manipulationen, die Ungerechtigkeiten, die Schläge, die ihm versetzt wurden, und die Misshandlungen, die er ertragen musste. Selbst von dieser Warte aus liebt er noch. Er lädt uns ein, uns auf sein Mitgefühl einzulassen. Wir empfangen es von ihm, wenn wir an unserem Tiefpunkt angekommen sind.

Charles schätzte einen bestimmten Holzschnitt. Der Künstler hatte dort eine Szene aus dem Buch *Pilgerreise zur seligen Ewigkeit* dargestellt, die zeigt, wie *Christ* in Panik gerät, als er von den Tiefen des Flusses verschlungen wird und unter Wasser gerät. Das Bild zeigt den Gefährten von *Christ* namens *Hoffnungsvoll*, der seinen Arm um *Christ* gelegt hat, diesen hochhebt und mit erhobener Hand ausruft: »Sei getrost, mein Bruder, ... ich fühle festen Grund!«²⁸⁶

Indem er dieses Bild vor Augen hat, freut sich dann der mit dem Leid derart vertraute Prediger mit seinen Zuhörern. »Dies ist genau das, was Jesus inmitten unserer Prüfungen tut«, ruft Charles aus. »Er nimmt uns in seinen Arm, zeigt nach oben und sagt: ›Sei getrost! Das Wasser mag zwar tief sein, doch der Grund ist gut.«²⁸⁷

286 John Bunyan, *Pilgerreise zur seligen Ewigkeit*, a. a. O., S. 170.

287 E. W. Hayden, *Searchlight on Spurgeon*, a. a. O., S. 185.

»Es könnte sein, dass du unter einer geistigen Beeinträchtigung in der Form seelischer Depression leidest. Die Dinge sehen sehr düster aus, und dein Herz ist sehr beschwert ... Wenn das Leben wie ein nebliger Tag ist – wenn die göttliche Fügung wolkeig und stürmisch ist und du von einem Orkan erfasst wirst ... Wenn deine Seele über alle Maßen niedergeschlagen ist und du wie Trauben zerdrückt wirst, in der Weinkelter zertreten, und du dich dennoch an deinen Gott klammerst und deine ehrerbietige Gottesfurcht niemals loslässt. Ganz egal, wie außergewöhnlich und ungewöhnlich deine Lebensprüfung auch sein mag, flüstere dennoch mit Hiob die folgenden Worte: ›Siehe, tötet er mich – ich werde auf ihn warten.«²⁸⁸

Während wir solche Worte vor uns hinflüstern – und dies oft ungehört und unbeachtet bleibt –, erscheinen uns seine Schätze gewissermaßen klein. Um uns her ist Nacht. Doch dann entdecken wir in einem ausgebrochenen Tonkrug den flackernden Schein einer Kerze. Dieses Flackern inmitten der heulenden Winde in der Tiefe der Nacht ist von unschätzbarem Wert. Das Licht des Herrn, das die Nacht erhellt, wacht unablässig über die Hilflosen, und zwar bis in den Morgen hinein. Die Sonne mag erst in einigen Stunden aufgehen. Doch inmitten der Stunden des Wartens haben die Betrübten einen Retter.

288 Charles Spurgeon, »All the Day Long«, *MTP*, Bd. 36 (Ages Digital Library, 1998), S. 433. A. d. H.: In Bezug auf die zitierte Bibelstelle vgl. Hiob 13,15.

Abkürzungen

a. a. O.	am angeführten Ort
A. d. H.	Anmerkung des Herausgebers
A. d. Ü.	Anmerkung des Übersetzers
Bd.	Band
Elb 2003	Elberfelder Übersetzung 2003 (Edition CSV Hückeswagen)
engl.	englisch
ESV	English Standard Version
Hrsg.	Herausgeber
KJV	King James Version (auch <i>Authorized Version</i> [maßgebliche englische Bibelübersetzung, erstmals 1611 veröffentlicht])
Luther 1984	<i>Die Bibel nach der Übersetzung Martin Luthers</i> , Deutsche Bibelgesellschaft, Stuttgart (Bibeltext in der revidierten Fassung von 1984).
Menge	<i>Die Heilige Schrift Alten und Neuen Testaments</i> , übersetzt von Dr. Hermann Menge, Berlin, 1960.
MTP	Metropolitan Tabernacle Pulpit

Schlachter 2000 *Die Bibel*, übersetzt von F.E. Schlachter (Version 2000), Genf.

svw. so viel wie

Zürcher *Die Heilige Schrift des Alten und des Neuen Testaments, Zürcher Bibel*, Evangelische Haupt-Bibelgesellschaft zu Berlin, 1956.