

## **Meine Haltung zu meinem Leben**

An der Schwelle vom Fasching zur Fastenzeit wird mir eine wichtige Erkenntnis geschenkt. Vielleicht ist es auch nur eine neue Formulierung. Aber es kann entscheidend sein, wie man eine bestimmte Tatsache für sich selber zu formulieren vermag.

In seinen Gedanken zum Faschingssonntag fragt Pfr. Elmar Simma: Und wie wächst in uns selbst die Freude? Antwort: Die wird uns nur geschenkt, wenn wir grundsätzlich eine positive Einstellung zum Leben haben. Nicht selten hört man Leute sagen: "Alles ist nur Sch... (Entschuldigung) und sinnlos!" Dann hat man natürlich keinen Grund, sich zu freuen.

### *So sah ich meine grundsätzliche Einstellung zu meinem Leben bisher*

Ich habe oft behauptet: Irgendetwas muss mir schon von Anfang an die spontane Freude am Leben vergällt haben. Als Kind wollte ich nicht essen. Als Jugendlicher imponierte mir der Philosoph Martin Heidegger mit seinem Satz: Wir wurden in dieses Leben hineingeworfen, ohne gefragt zu werden. Gewalt in der Erziehung schlug bleibende Verletzungen. Später legte ich immer wieder Positives und Negatives, Freud und Leid der einzelnen Menschen und der Menschheit auf zwei Waagschalen. Ich fragte mich nicht, von welchem mehr vorhanden sei. Woher sollte ich das wissen? Aber ich hatte immer wieder das Empfinden, wenig tiefes Leid sei fähig, den Wert einer vollen Schale Freude aufzuheben. Auch im persönlichen Leben schien es mir, ähnlich zu sein.

Natürlich sagte ich mir, ich müsse dem Positiven einen höheren Stellenwert einräumen. Doch das war Kopfarbeit. Nichts Spontanes.

Natürlich sagte ich mir, ich müsse dankbar sein gegenüber einem guten Gott, der mich in Liebe geschaffen habe. Doch das roch nach Müssen oder Sollen.

Jetzt im Alter (ich bin 82) spüre ich, wie schön es wäre, man könnte sich am Alterungs- und noch mehr am Sterbeprozess vorbeischieben. Es ist eine Nagelprobe des Lebens und des Glaubens, auf die ich gerne verzichten möchte.

Kurz zusammengefasst: Ein ziemlich gestörtes Verhältnis zum Leben als „dem größten Geschenk, das ein Mensch erhalten kann“. Oft litt ich darunter. Manchmal war ich stolz darauf, anders zu sein als viele andere.

Die meiste Zeit habe ich an mir gearbeitet und mich um eine positive Einstellung zum Leben in all seinen Formen bemüht. Ich konnte auch oft feststellen, dass diese Arbeit sich lohnt und Erfolge bringt. Aber ein Riß am Grunde meines Lebensbeckers lässt sich nicht vertuschen und schon gar nicht beheben.

### Die neue Einsicht

Sie klingt ganz banal und eher unbedeutend. Ich wusste schon lange, dass ich in mehrerlei Hinsicht zwei Seiten in mir habe. Ich bin eindeutig sowohl anpassungsfähig und eher etwas schüchtern als auch sehr kritisch und ziemlich rebellisch. Ich habe selber den Eindruck, im Grunde eher ängstlich zu sein und die ungute Gewohnheit zu haben, für die Zukunft den Teufel an die

Wand zu malen, d.h. mir in der Fantasie die schlimmste Möglichkeit in grellen Farben vorzustellen. Doch die andern empfanden mich meist als ganz anders. Und tatsächlich handelte, sprach oder schrieb ich oft unter bestimmten Umständen sogar außergewöhnlich mutig. Auch gab es viele Situationen, in denen mir das, was die andern an mir mutig fanden, mir selbst nicht mutig, sondern selbstverständlich oder einfach konsequent erschien.

Die neue Erkenntnis: Auch in meiner Grundeinstellung zu meinem Leben oder zum Leben überhaupt gibt es zwei Seiten. Andere wissen das von sich schon lange und fanden das immer als leicht einleuchtend und völlig „normal“. Ich musste offensichtlich recht alt werden, um das in dieser Klarheit zu sehen.

Was ändert sich dadurch? Mehr als es im ersten Augenblick scheint. Diese Erkenntnis verändert meine persönliche Sicht auf mein Leben beziehungsweise wirft ein anderes Licht auf die Ereignisse meines Lebens. Ich wiederhole wie es bisher war: Meine Einstellung zu meinem Leben war von vornherein und grundsätzlich aus irgendeinem Grunde spontan und vom Bauch her negativ. Und all mein Bemühen – in erster Linie vom Kopf und vom Glauben her - bestand darin, zu versuchen, diesen Defekt zu verkleinern, zu minimieren. Eine Ganzheilung schien stets unmöglich. Ich war also im Grunde ein armer, zu bedauernder Schlucker.

Jetzt kann ich sagen: Zwei Seiten. Beide grundlegend. Beide in Bauch und Kopf beheimatet. Beide mit positiven und negativen Veranlagungen und Möglichkeiten. Beide entwicklungsfähig. War die eine Seite von vornherein stärker als die andere? Mir schien es bisher so. Doch wie es wirklich war, wie soll ich das feststellen?

Ich kann die eine Seite die dunkle und die andere die helle nennen. Doch das bedeutet nicht, das die erstere nur negativ und die zweite nur positiv ist. Beide gehören zu mir. Beide beeinflussen mich. Beide können mir schaden und nützen, je nachdem. Und beide bewirken in ihrer Polarität ein bestimmtes Gleichgewicht. Sie halten sich gegenseitig in Schranken. Beide sind wichtig für mich selbst, für meine Beziehungen zu den andern und für meine Beziehung zu Gott. Beide kann ich da bearbeiten, wo sie mich am Guten hindern könnten. Beide kann ich entwickeln und pflegen, dort, wo sie mich weiter bringen.

Für viele war und bin ich ein Hoffnungsträger. Nicht nur durch meine oft durchscheinende Begeisterung für das „Leben in Fülle“, das uns geschenkt wurde, sondern auch für den klaren, kritischen Blick, was unter uns Menschen alles die Vielfalt, Buntheit und Spannung des Lebendigen behindert, einschränkt oder zu ersticken droht. Nichts war mir in meine Verkündigung so wichtig wie die Zusage: Gott liebt dich! Er liebt dich zuerst, bevor du ihn liebst. Seine Liebe ist grenzen- und bedingungslos. Es gibt nichts, was dich von ihm trennen kann.

Ein anderes Beispiel. Ich habe depressive Phasen durchlebt und mehrmals die Hilfe eines Psychotherapeuten in Anspruch nehmen müssen. Ich wünsche niemandem das Erlebnis von Depressionen. Aber im nachhinein war ich dankbar, auch diese Erfahrungen gemacht und durchgestanden zu haben. Sie sind für mich persönlich wertvoll. Und sie waren mir in meinem Beruf als Priester hilfreich im Umgang mit andern, die daran litten.

Und ich habe auch eine entsprechende Gotteserfahrung machen dürfen. Für diese gibt es in meiner Vorstellung zwei ähnliche Bilder. Manchmal fühle ich in meinem Inneren wie zwei Böden, einen ganz oben und einen ganz unten. Ganz oben kann mich Sorge, Angst, Depression, ja Verzweiflung beherrschen und mir das Gefühl geben, es werde mir geradezu der Boden unter den Füßen weggezogen. Ganz unten kann ich gleichzeitig (nicht erst nachher) die Erfahrung machen: In Gottes Hand bin ich absolut sicher. Etwas von dieser (absoluten) Sicherheit darf ich spüren. Es ist nicht nur ein Gedanke oder eine Überzeugung. Das zweite Bild: Mein Inneres ist manchmal wie das Meer. An der Oberfläche pfeifen die Winde, schäumen die Wellen und toben die Stürme. Aber in der Tiefe des Meeres herrscht eine unzerstörbare Ruhe. Die Ruhe der Geborgenheit in Gott.

Ich sprach am Anfang von einer wichtigen neuen Erkenntnis oder Formulierung. Für viele bringt diese Erkenntnis nichts Neues. Bei mir kam es dadurch zu einer neuen Sicht meiner Einstellung zu meinem Leben oder zum Leben überhaupt. Und von mir aus, also subjektiv gesehen, ist das Leben nicht einfach wie es ist, sondern für mich ist es so wie ich es sehe. Warum vertraue ich darauf, dass diese neue Erkenntnis oder Formulierung mein Leben eventuell einigermaßen verändern kann? Weil da nicht einfach etwas Neues sich im Kopf gebildet hat. Das entstandene Neue basiert durchaus auf meiner vielfältigen Lebenserfahrung. Aber jetzt konnte ich das in klare Worte fassen. Und dadurch kann ich die Ansicht von einer unmittelbar negativen Grundeinstellung und einer erarbeiteten positiven Zweiteinstellung (Sekundäreinstellung) in die

Vergangenheit entlassen. Darüber bin ich froh. Die neue Sicht ist nicht nur besser und wertvoller, sondern, wie ich hoffe, auch richtiger.

Und wenn dieser mein Text noch jemand anderem hilft, mehr Klarheit und Hoffnung in sein Leben zu bringen, dann bin ich doppelt glücklich.

Dornbirn, Faschingssonntag, 7. 2. 2016  
Helmut Rohner, Pfr. i. R.