



Der Theologe: „...dann wird meine Seele gesund“

Vortrag von Bischof Benno Elbs beim *Montagsforum* in Dornbirn am 19. November 2018

Sehr geehrte Damen und Herren!

„Kein Zweifel, wir stehen im Zeitalter des Untergangs der Seele.“¹ Zu diesem Schluss kommt der Philosoph Ludwig Klages im Jahr 1913. Zum Zeitpunkt, als er diesen Satz schrieb, war Untergang das Wort schlechthin, das die Grundstimmung unmittelbar vor dem 1. Weltkrieg am ehesten charakterisieren konnte. Mitten in dieser allgemeinen Untergangsstimmung hatte auch die Seele keine Überlebenschancen.

Ist aber die Seele seit ihrem von Klages postulierten Untergang noch einmal zum Leben erweckt worden? Man mag berechtigte Zweifel erheben. Insofern ist es kaum verwunderlich, wenn sich im vor wenigen Wochen erschienen Roman von Michael Köhlmeier *Bruder und Schwester Lenobel* folgender Satz findet: „Das Zeitalter der Seele neigt sich seinem Ende zu.“² Die Ähnlichkeit der beiden Zitate von Klages und Köhlmeier, wiewohl fast genau 100 Jahre dazwischen liegen, ist verblüffend. Es scheint, als ob der Untergang der Seele zu einem fortgesetzten Dauerzustand geworden ist. Doch Warum?

Untergegangen ist die Seele einmal in der naturwissenschaftlichen Fixierung auf das empirisch Messbare. In dieser Logik ist alles, was mit naturwissenschaftlichen Methoden nicht beweisbar ist, zugleich auch nicht existent.

Untergegangen ist die Seele auch in einer Fixierung auf das rein Äußerliche, Körperliche. Ein aufmerksamer Blick für das innere Leben scheint verloren gegangen zu sein. Körperliche Fitness, Wellness und Leibvergötzung stehen hoch im Kurs, die Kultivierung des geistig-geistlichen Innenlebens hingegen hat keine Hochkonjunktur – doch hatte sie das jemals?

Wer den Begriff der Seele heute gebraucht, bringt sich zudem etwas in Verruf und steht im Verdacht, ein mythisch-vormodernes Weltbild zu vertreten. Stellvertretend für alle Einwände, die in diese Kerbe schlagen, sei hier der Neurowissenschaftler Francis Crick genannt. Er schreibt in seinem Buch mit dem hochtrabenden Titel *Was die Seele wirklich ist* (als ob man das so einfach sagen könnte): „Ein moderner Neurobiologe braucht die religiöse Vorstellung einer Seele nicht, um das Verhalten von Menschen und

¹ L. Klages, *Mensch und Erde*, in: ders., *Mensch und Erde*. Elf Abhandlungen, Stuttgart 1973, 1-25, hier 14.

² M. Köhlmeier, *Bruder und Schwester Lenobel*, München 2018, 209.



anderen Lebewesen zu erklären. Man erinnert sich hier daran, wie Napoleon, als Pierre-Simon Laplace ihm das Sonnensystem erklärt hatte, fragte: Und wo kommt Gott in all das hinein? Worauf Laplace antwortete: „Sire, ich brauche diese Hypothese nicht.“³

Gott bzw. die Seele sind in der Perspektive der modernen Naturwissenschaften Arbeitshypothesen, die längst überholt sind und keinen Erkenntnisfortschritt ermöglichen. Wobei – in unserer Sprache hält sich der Seelenbegriff hartnäckig, bis heute. Wovon etwa sprechen wir, wenn wir von seelenlosen Dingen oder Tätigkeiten sprechen? Was meinen wir, wenn wir von einem Menschen sagen: Er oder sie ist eine treue oder gute Seele? Oder wenn wir sagen: Du bist eine Seele von einem Menschen? (Interessant, dass man hier sagt, dass jemand eine Seele *ist*, und nicht, dass er eine *hat*!) Oder was genau meinen wir, wenn wir sagen, dass jemand eine „arme Seele“ sei?

Mir geht es in meinem Vortrag vor allem um die Existenz und die Lebensmöglichkeiten des Menschen in der heutigen Welt. Ich möchte fragen, welche Dynamiken, welche Gründe und Abgründe sich da auftun, wie das auf unsere Seele einwirkt und wie konkret „Seel-sorge“, d.h. eine Kultivierung und Pflege der eigenen Seele, aussehen kann.

Die Seele, Lebensmotor des Menschen

Theologisch gesehen ist die Seele das Lebensprinzip des Menschen.⁴ Was die biblischen Autoren unter dem Wort Seele verstehen, verdeutlichen sie gleich auf den ersten Seiten, nämlich im Schöpfungsbericht. Dort heißt es: Nachdem Gott den Menschen aus dem Ackerboden geformt hat, blies er ihm den Lebensodem in die Nase, sodass dieser erste Mensch wörtlich zu einer „lebendigen Seele“ wurde (Gen 2,7). Wer eine Seele hat, hat Leben und unterscheidet sich von der seelenlosen und damit unbelebten Materie.

Dass die Seele der Lebensmotor des Menschen in seiner psycho-somatischen Ganzheit ist, wird im Neuen Testament nochmals bekräftigt. Ja im Spiegel der neutestamentlichen Texte wird das griechische Wort für Seele, *psyché*, zu einem Synonym für das Leben an sich. Wenn Jesus sagt: „Wer sein Leben verliert, wird es retten“ (Mt 16,25 par.), stehen im Urtext nicht die im Griechischen gebräuchlichen Begriffe für Leben (*bíos* oder *zoê*), sondern *psyché*. Das deshalb, weil klar war: Wer seine Seele (*psyché*) verliert, verliert zugleich auch das Leben. Denn die Seele ist jene

³ F. Crick, Was die Seele wirklich ist, Reinbek 1994, 21.

⁴ Einige Impulse verdanke ich: A. Grün/W. Müller, Was ist die Seele? Mein Geheimnis – meine Stärke, München ²2008.



Dimension im Leben, die auf Gott hin offen ist. Und wer jene göttliche Dimension in sich einbüßt, dessen Dasein ist nicht nur seelen-, sondern auch leb-los.

Insofern ist die Seele als der tiefste Kern der eigenen Persönlichkeit auch jener Punkt, wo seine Würde verankert ist. In der Seele zeigt sich die innere Größe des Menschen.

Gewissen geistesgeschichtlichen Entwicklungen ist es geschuldet, dass in der kirchlichen Tradition der Seele eine gewisse Priorität gegenüber dem Leib eingeräumt wurde (weshalb es auch zum Begriff Seel-Sorge kam) – wobei auf der anderen Seite auch gesagt werden muss: Die frühe Kirche hat in den ersten Jahrhunderten besonders jene Strömungen als häretisch aus ihrer Gemeinschaft ausgeschlossen, die eine explizite Leibfeindlichkeit vertreten haben (darunter fallen Gruppierungen wie die Gnostiker, die Manichäer oder die Montanisten, die allesamt den Leib der Seele radikal untergeordnet und alles körperliche Begehren von vorn herein dämonisiert haben). In der kirchlichen Tradition ist z.B. von der „Auferstehung des Fleisches“ die Rede. Das soll darauf hinweisen, dass nicht nur die Seele, sondern auch der Leib zu ewigem Leben bestimmt ist. Der Pauschalvorwurf, dass die Katholische Kirche *per se* leibfeindlich sei, ist nur punktuell und im Blick auf manche Autoren und einseitige Entwicklungen richtig. Um diesem Vorwurf entgegenzuwirken, möchte ich an dieser Stelle betonen, dass Seelsorge eine Leib-sorge miteinschließen muss. Zu einer gesunden Spiritualität gehört nicht nur die Pflege des Gebetes und der Beziehung zu Gott, sondern auch die Sorge um den eigenen Körper und ein positives, bejahendes Verhältnis zu ihm. Dazu gehören nicht nur die Integration von Affektivität, Emotionalität und Sexualität, sondern auch alltägliche Dinge wie ausreichend Schlaf, Bewegung oder eine gesunde Ernährung.

Aus christlicher Sicht kann der Mensch heute nur bestimmt werden, wenn er als eine Einheit aus zwei Polen gesehen wird: Er ist Teil der sichtbaren Welt, und zugleich Bild Gottes, das in engster Beziehung zu ihm steht und auf seinen Anruf antwortet. Er ist ganz in die Welt eingetaucht und ist Teil ihrer Beziehungsganzheit, weil er in ihr lebt und dort seine Berufung entfalten muss, ragt aber auf der anderen Seite doch über sie hinaus. Er ist bedingt, endlich und vergänglich, und ist doch zum ewigen Leben bei und mit Gott berufen.

Leib und Seele sind die beiden Chiffren, die diese beiden Pole beschreiben. Mit seinem Leib steht der Mensch im Beziehungsnetz der Welt, mit seiner Seele steht er vor Gott – und zwar geprägt von seinen Erfahrungen und seiner persönlichen Entwicklung.



Beschleunigung – Signatur unserer Zeit

Wir alle stehen mitten in der Welt. D.h. wir, und damit auch unsere Seele, ist verschiedenen Entwicklungen konfrontiert, die auf uns einwirken. Das zeigt auch der Titel meines Vortrages. Er ist mit einem biblischen Vers, der in der kath. Liturgie vor der Kommunion gebetet wird, benannt: „Sprich nur ein Wort, dann wird meine Seele gesund“. Dieser Satz weist ebenso darauf hin, dass etwas, das von außen auf uns einwirkt (hier in Form eines Wortes), den Zustand der Seele beeinflussen kann.

Ob wir es wollen oder nicht: Unser Leben ist weitgehend von der Logik des Kapitalismus geprägt. Er ist der gegenwärtige Souverän, dem alles unterworfen ist. Das bedeutet konkret: Ergebnisorientierung, Profitmaximierung, Innovationsdruck sind die bestimmenden Schlagworte. Ich verteufle diese Entwicklung ausdrücklich nicht, im Gegenteil: Sie hat viel Gutes gebracht. Und doch möchte ich kurz skizzieren, was diese Dynamik mit uns „macht“: Moderne Zivilisationen sind auf Wachstum und Beschleunigung geeicht – nicht, weil sie so gierig oder machtbesessen sind, sondern sie sind es strukturell. Wir können nicht anders, als ständig zu beschleunigen und zu wachsen. Denn die Moderne, so die These von Hartmut Rosa⁵, einem deutschen Soziologen, ist gekennzeichnet durch „dynamische Stabilisierung“. Das bedeutet: Sie ist, um sich erhalten zu können, strukturell auf Wachstum angewiesen. Dahinter steht die Erfahrung: Wir müssen zulegen, wenn wir uns erhalten möchten. Wir müssen uns steigern, wenn alles so bleiben soll, wie es ist. Wer einmal in der Wirtschaft gearbeitet hat, wird das bestätigen können: Ein Unternehmen, das nicht jährlich wächst und expandiert, sondern auf dem Status quo verbleibt, ist in der Krise. Kapital wird nur investiert, wenn es Aussicht auf Zuwachs gibt, und niemand würde investieren, wenn es wahrscheinlich ist, dass sich das Geld nach getätigter Investition nicht vermehrt hat. Die Grundeinstellung lautet demnach: Egal, wie schnell wir in diesem Jahr sind – im nächsten Jahr müssen wir noch schneller sein.

Dass sich das alles auf unsere Seele bzw. inneres Leben auswirkt (in Form von Burn Out, Depression, Kränkungen...), liegt auf der Hand.

⁵ H. Rosa, Resonanz. Eine Soziologie der Weltbeziehung, Berlin 2016. Vgl. dazu auch: R. Konersmann, Die Unruhe der Welt, Frankfurt am Main 2015.



Die Seele als „sensible Außenhaut des Körpers“ (J.-L. Nancy)

Dazu passt ein längeres, aber sehr aufschlussreiches Zitat:

„Es gibt gegenwärtig eine große Anzahl von Menschen, die [...] alle durch ein gemeinsames Los verbunden sind. Jeglichem bestimmten Glaubensbekenntnis entronnen, haben sie sich ihren Teil an den heute allgemein zugänglichen Bildungsschätzen erworben und durchleben im Übrigen wachen Sinnes ihre Zeit. Ihre Tage verbringen sie zumeist in der Einsamkeit der großen Städte, diese Gelehrten, Kaufleute, Ärzte, Rechtsanwälte, Studenten und Intellektuellen aller Art; und da sie in Büros sitzen, Klienten empfangen, Verhandlungen führen, die Hörsäle besuchen, vergessen sie wohl häufig über dem Lärm des Getriebes ihr eigentliches inneres Sein und wähnen sich frei von der Last, die sie heimlich beschwert. Wenn sie sich aber dann von der Oberfläche in den Mittelpunkt ihres Wesens zurückziehen, befällt sie eine tiefe Traurigkeit, die dem Wissen um ihr Eingebanntsein in eine bestimmte geistige Situation entwächst und am Ende sämtliche Wesensschichten überwuchert. Es ist das metaphysische Leiden an dem Mangel eines hohen Sinnes in der Welt, an ihrem Dasein im leeren Raum, das diese Menschen zu Schicksalsgefährten macht.“⁶

Diese Zeilen sind, man glaubt es kaum, fast 100 Jahre alt. Notiert hat sie der Essayist und Feuilletonist Siegfried Kracauer im Jahr 1922. Was er darin beschreibt, ist eine Art Schicksalsgemeinschaft, die einen Großteils seiner Generation verbindet – und ich behaupte: Diese Sätze gelten auch heute noch!

Kracauer hat schon damals den Verdacht gehabt, dass in der Geschäftigkeit des Alltags und der Sorge um das Äußere das Innere verloren geht. Ich wiederhole nochmals den zentralen Gedanken: Während die Menschen ihren Tätigkeiten nachgehen, „vergessen sie wohl häufig über dem Lärm des Getriebes ihr eigentliches inneres Sein“. Und wenn sie einmal „in den Mittelpunkt ihres Wesens“ (wir können auch sagen: in ihre Seele) vorstoßen, finden sie dort eine gähnende Leere vor: nichts, das sie antreibt; nichts, was Halt gibt; kein tieferer Sinn, nach dem sie streben.

Im Lärm des Alltagsbetriebes wird die innere Stimme übertönt – wer von uns kennt das nicht? Wer von uns hat nicht schon einmal erfahren, dass im Stress des Berufs- und manchmal auch des Familienlebens die Sorge um das Selbst auf der Strecke bleibt? Wer hat nicht schon einmal die eigene innere Stimme ganz bewusst überhört, die sagt: Stopp! Bis hierher und nicht weiter!

⁶ S. Kracauer, Die Wartenden, in: Das Ornament der Masse. Essays, Frankfurt am Main 1977, 106-122.



Dieses Zitat Karcuers macht aber auch eines sehr deutlich: Unser Selbst, unsere Seele steht in der Spannung von Innen und Außen. Als Realität des Innenlebens ist die Seele nicht unabhängig von ihrer Umwelt, sondern lässt sich im wahrsten Sinn des Wortes beeindruckend, d.h.: Die Eindrücke, die wir tagtäglich machen, hinterlassen ihre Spuren in unserer Seele.

Der französische Philosoph Jean-Luc Nancy hat die Seele einmal „die sensible Außenhaut des Körpers“⁷ genannt. Die Seele ist gleichsam die Schnittstelle der Person mit seiner Umwelt.

Diese Begegnungen, Erlebnisse, Phänomene, die auf uns einwirken, können uns aufbauen, bereichern, vorantreiben. Aber sie können auch verletzen und Wunden hinterlassen. Viele Geschichten von Menschen mit einer verletzten Seele sind mir aus meiner Arbeit als Seelsorger und Therapeut in Erinnerung, die das bezeugen.

Seel-Sorge: Was die Seele (auf-)atmen lässt

Eine Herausforderung unserer Zeit ist es, Leib und Seele, Innen- und Außenleben, das, was von außen an mich herangetragen wird, und das, was ich selber bin und sein möchte, positiv und lebensfördernd zu verbinden. Das ist manchmal ein Balanceakt, der nicht immer gelingt. Vielfach wird dabei unsere Seele verletzt. „...dann wird meine Seele gesund“ ist darum auch eine Bitte vieler Menschen um Heilung von Verwundungen, Kränkungen und Enttäuschungen. Wenn wir den Entwicklungen dieser Welt begegnen möchten, brauchen wir das, was heute niemand hat: Wir brauchen Zeit. Wir brauchen Zeit, um, wie Siegfried Kracauer geschrieben hat, „im Lärm des Getriebes das eigene Innere nicht zu vergessen“. Mit anderen Worten: Wir können dem Fortschrittsdiktat samt seiner Begleitmusik (Burnout, Depression, Entfremdung...) begegnen mit einer verstärkten Sorge um die eigene Seele. Wenn die Seele unser innerster Wesenskern ist, der zugleich auch ein Ansatzpunkt der Selbsttranszendenz ist, dann gilt es, der Seele als Lebensprinzip besondere Bedeutung beizumessen.

Im Zweiten Korintherbrief heißt es: „Wenn auch unser äußerer Mensch aufgerieben wird, der innere wird Tag für Tag erneuert.“ (2 Kor 4,16) Ein paar Gedanken darüber, was zur täglichen Erneuerung des inneren Menschen beitragen kann:

- Unsere Seele braucht Nahrung. Diese Nahrung kann ein Buch, Musik, eine Landschaft, eine Begegnung sein. Es sind Momente, in denen ich mich als Person angesprochen fühle und ich spüre: Ich bin bewegt und berührt, etwas oder jemand durchschlägt meinen Panzer und rührt mein Innerstes an. Das sind Momente, in denen ich mich überwältigt fühle und antwortend mit der Welt in

⁷J.-L. Nancy, Über die Seele, in: ders., Corpus, Berlin 2003, 123.



Kontakt trete. Seel-Sorge ist damit im Innersten Beziehungsarbeit: Arbeit an meinen Beziehungen zu meiner Familie, zu Freunden, zur Natur, zu Gott, zu den Dingen, die ich besitze. Vorhin haben wir darüber gesprochen, dass für viele Menschen die Welt stumm geworden ist und sie ihnen sprichwörtlich nichts mehr sagt. Durch „Beziehungsarbeit“ – eigentlich ist es die hohe Kunst der Pflege und Förderung der Entfaltung von Beziehungen – können wir zu einem anderen Verhältnis zu Mensch, Natur, Gott, dem Leben im Ganzen kommen. „Sprich nur ein Wort, so wird meine Seele gesund!“ Dieser Zusammenhang zwischen Sprechen (Beziehung) und einer gesunden Seele, den die Bibel und die Liturgie der Kirche hier sehen, finde ich sehr erhellend. Die Seele wird auch genährt durch das Schöne: durch die Blumen, die Berge, die innere Schönheit eines Menschen, eine gute Symphonie. Hier kann sich die Sorge um die Seele niederschlagen in einem Willen zum Guten, in der Freude am Schönen.

- Die Seele braucht auch Ruhe. Die Seele muss zur Ruhe kommen können, braucht Zeiten der Stille, braucht Freiräume, in denen wir uns nicht gehetzt und gedrängt fühlen, unter Druck und Zwang. Eine positive Kultur der Einsamkeit ist Voraussetzung für jede schöpferische, geistige und geistliche Tätigkeit. Ohne Stille können wir nicht sein, ohne einen inneren und äußeren Bereich des Zurückgezogen-Seins, in dem sich Freiheit, Liebe, Hoffnung, Glaube entfalten können.
- Die Seele braucht Freundschaft. Freundschaft mit Menschen, Freundschaft mit Gott, Erfahrungen von Barmherzigkeit und Güte. Der Heilige Ignatius hat einem Bischof, der ihn angesichts der enormen Herausforderungen seines Amtes um Rat gebeten hat, gesagt: „Die Liebe ist das Gewicht der Seele.“⁸ Sie Seele wird nicht nach Kilogramm gewogen, sondern nach Liebe. Wer in der Liebe wächst, für den werden auch die Herausforderungen des Alltags und die Fragen des Lebens leichter tragbar.

Schluss

Dieser Schlussakkord meines Vortrages sollte im Anschluss an das biblische Verständnis von *psyché* deutlich machen: Wenn es um unsere Seele geht, geht es um unser Leben – und zwar um unser Leben als Ganzes: Es geht um unser Leben als körperliche Wesen. Es geht um unser Leben als geistige und vernunftfähige Menschen. Und es geht um unser Leben als Gemeinschaftswesen, also um jene Bestimmung, die Aristoteles als

⁸ Diesen Gedanken findet man – zwar nicht wörtlich – bei: Ignatius von Loyola, Deutsche Werkausgabe, Bd. 1: Briefe und Unterweisungen, hrsg. von P. Knauer, Würzburg 1993, 150.



zoon politikón genannt hat. Die Seele ist unser Lebensmotor, nicht bloß „ein Etwas am Leibe“, wie Nietzsche einmal spöttisch bemerkte.⁹ Die Seele ist jenes göttliche Prinzip im Menschen, das unsichtbar dem Menschen Atem gibt zum Weiterleben.

Unvorstellbar hingegen sind das Leid und die Verletzung, die sich in der Seele geflüchteter Menschen niederschreiben. Noch unvorstellbarer ist es, wenn Kinder betroffen sind. Als ich von der Abschiebung der Flüchtlingsfamilie in Sulzberg vor ein paar Wochen, bei der ein dreijähriges Kind von der Mutter getrennt wurde, gehört habe, hat es mir das Herz zerrissen: als Christ, als Psychologe und als Mensch. Als Christ, weil ich an einen Gott glaube, der keinen Menschen abschiebt; als Psychologe, weil ich weiß, was solche Erfahrungen, wenn auch nur im Unterbewusstsein, in der Seele eines dreijährigen Kindes und deren Eltern auslösen; als Mensch, weil ich nicht verstehe, warum jegliches Gespür für Menschlichkeit verloren zu gehen scheint.

Die Seele verweist darauf, dass wir alle Personen sind, die nicht als Mittel zum Zweck missbraucht werden dürfen. Wir sind ins Dasein geliebte Wesen, die nicht nur einen Wert, sondern eine unbedingte Würde haben, die uns niemand nehmen kann. Wir alle dürfen nicht müde werden, uns und andere Menschen daran zu erinnern!

www.bischof-von-feldkirch.at/im-wortlaut

⁹ F. Nietzsche, Also sprach Zarathustra. Ein Buch für alle und keinen, KSA Bd. 4, hrsg. von G. Colli und M. Montinari, München u.a. 39.