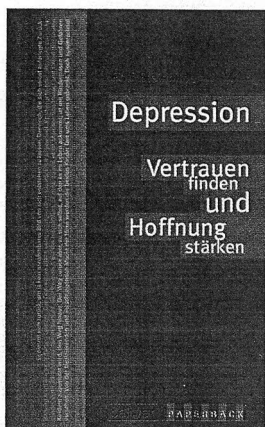


# Bewahrung vor dem Wegwerfen des Lebens



Rolf Steinhilper: *Depression. Vertrauen finden und Hoffnung stärken*, Calwer, Stuttgart 2010, 200 S., € 11,95/CHF 19.90

**Johann** Georg Hamann (1730–1788), einer der größten christlichen Gelehrten, begann die Besprechung eines Buches mit den Worten: „Ich bin geneigt, im Ton der tiefen Übereinstimmung mit dem Gelesenen seinen Inhalt allen zu empfehlen.“ Was bewegt *mich* dazu? Das hier anzuzeigende Buch wurde aus der Erfahrung eines lebenslangen seelsorgenden Umgangs mit depressiven Menschen geschrieben. Es erfüllt die von medizinischer Seite erhobene Forderung, Vorbeugung und Behandlung dieser weit verbreiteten Krankheit als zentrale gesellschaftliche Aufgabe wahrzunehmen. Und es dringt in einer ebenso klaren wie einführenden Sprache in eine Dimension menschlichen Leidens ein, die man eigentlich nur als „namenlos“ und „unsäglich“ bezeichnen kann.

Das belegen schon die ersten Sätze, die uns vor ein Leiden stellen, das „aus einer unannehmbaren Verlassenheit“ hervortritt. Es ist die Depression, das „Herabgedrücktsein“, dessen begriffliche Herkunft vom lateinischen Wort *deprimere* (herabziehen, tief in die Erde sinken) stammt. Drei Teile, die in kleinere Kapitel gegliedert sind, leihen den von diesem Schicksal betroffenen Menschen Gehör und Sprache. Gehör: Die vom Verfasser Begleiteten kommen zu Wort und dürfen ausführlich erzählen, was ihnen zu-

gestoßen ist und was manchmal plötzlich über sie gekommen ist. Wir werden Zeugen der Erscheinungsformen, „die über Nacht einen Menschen befallen, ihn gefährden und lähmen, dass er eines fürsorgenden klinischen Schutzes bedarf“, oder ihn langsam herausschleichend beschatten, ihn immer mehr belasten, ihm die Freude am Leben nehmen, ihn sich zurückziehen und vereinsamen lassen. Das können frühkindliche Versagungen, schwere Erziehungsfehler, Verstoßungen oder in der aktiven Lebensphase berufliche und familiäre, nicht mehr schulterbare Überlastungen oder zu hohe Ansprüche an sich selbst durch ruhe- und pausenlosen Einsatz für eine Sache sein, die die „dunkle Nacht“ (Johannes vom Kreuz) eintreten lassen. Sprache: Dem Verfasser gelingt eine Sprache, die ebenso realitätsgerecht beschreibend wie eindringlich Hoffnung erweckend in das vielschichtige Gebiet „Depression“ einführt. Er führt, indem er Dichtungen, biblische Texte und bildliche Darstellungen heranzieht, sie zum Teil überraschend hintergründig interpretiert und so zu einer Gesamtdarstellung depressiver Erscheinungen gelangt, die fast überzeugender wirkt als die aufgenommenen Zitate bedeutender Psychologen. Eindrucksvoll ist, wie er die soziale, die die Umgebung niederdrückende Seite des Krankheitsgeschehens schildert. Unüberlesbar ist auch die Krise des Glaubens, zu der es kommen kann, aus der nicht mahnende Worte herausführen oder solche, die trösten wollen, sondern das Zeugnis eines „umfänglichen“, unaufdringlichen Glaubens.

Viktor Frankl (1905–1997), der große Arzt und Begründer der dritten Wiener Psychologenschule, sprach wiederholt von „Bibliotherapie“. Er meinte damit, dass ein bestimmtes Buch in einer bestimmten Situation therapeutische Wirkungen haben kann. Es ersetzt nicht den Arzt, es ersetzt nicht die Seelsorge als Geleit in diesen Gefährdungen, aber es kann vor dem Wegwerfen des Lebens bewahren, in Stunden der Traurigkeit helfen und den Weg zur Heilung bahnen. Rolf Steinhilper hat ein solches Buch geschrieben, das wir den Betroffenen, denen, die mit ihnen leiden, und denen, die sie begleiten, hiermit empfehlen. <+

Prof. Dr. Manfred Seitz, Bubenreuth