

# Inhalt

Vorwort 6

RALF STOLINA

»Getröstet wunderbar« – vom Geheimnis des Trostes 8

HEINRICH NIEHUES-PRÖBSTING

Die Trostbedürftigkeit des Menschen und der Trost der  
Philosophie 38

KARL-HEINZ BRINKER

Trost in der Psychiatrie 72

REGINA BÄUMER

Kann Therapie trösten? Trost im Personzentrierten Ansatz  
nach C. R. Rogers 102

UTE MENNECKE

Trost bei Martin Luther 113

KLEMENS SCHAUPP

Trost und Trostlosigkeit in den ignatianischen  
Exerzitien 132

MICHAEL PLATTIG

Trost – Praktisch-theologische Überlegungen 152

Autorinnen und Autoren 176

# Vorwort

Der Mensch ist ein trostbedürftiges und trostempfängliches Wesen; trostlos und untröstlich zu sein, ist Ausdruck großer Not. In Theologie, Philosophie und Psychologie werden seit jeher verschiedene Ereignisse und Erfahrungen von Trost und Trostlosigkeit beschrieben und Wege dahin und daraus erkundet und gewiesen. Für die pastorale Praxis, für ärztlich-therapeutisches Handeln und auch für die philosophische Beschreibung des Menschen ist Trost ein gleichermaßen fundamentales Phänomen. Aber was ist Trost eigentlich? Wie geschieht Trost, wer tröstet, was tröstet?

6

Die Rede von Trost in Philosophie und Theologie ist höchst geläufig und vertraut:

Der Apostel Paulus spricht vom Gott allen Trostes, der im Johannes-evangelium verheißene Geist wird schon in der alten Kirche und dann auch in der Übersetzung Martin Luthers als Tröster bezeichnet. Die erste Frage des Heidelberger Katechismus lautet: »Was ist dein einziger Trost im Leben und im Sterben?«

Das Werk des Boethius, »Trost der Philosophie« aus dem sechsten Jahrhundert durchlief eine derart weite Wirkungsgeschichte, dass Johannes von Dambach im 14. Jahrhundert ein Buch mit dem Titel »Consolatio theologiae« (Trost der Theologie) verfasste, um zu zeigen, dass nicht nur die Philosophie, sondern eben auch die Theologie Trost zu bieten hat.

Trostschriften und Trostbriefe etablierten sich seit der ausgehenden Antike zu einer eigenen Literaturgattung.

Wenn wir heute von Trost sprechen, tun wir dies allerdings auch im Horizont wirkkräftiger, desillusionierender, auch skeptischer Stimmen: Trost steht unter Verdacht, bloße Vertröstung zu sein, infantile Illusion, oder zumindest den Preis eines allenfalls zeitweilig hinzunehmenden Wirklichkeitsverlustes zu kosten. Ist der Mensch also im Letzten untröstlich und aller Trost nur eine Verschleierung?

Die vorliegenden Aufsätze eröffnen philosophische, psychologische und theologische Zugänge zum Phänomen des Trostes. Es sind überarbeitete Vorträge, die auf einem ökumenischen und interdisziplinären Symposium im September 2011 im Haus Villigst in Schwerte gehalten und diskutiert wurden. Veranstalter waren das Gemeinsame Pastoralkolleg,

Villigst und das Institut für Spiritualität der Philosophisch-Theologischen Hochschule Münster. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer kamen aus verschiedenen Bereichen der Theologie und pastoralen Praxis sowie der Psychologie und therapeutischen Praxis.

Die Herausgeber danken den Referentinnen und Referenten und den Teilnehmenden für den inspirierenden Austausch, der zu dieser Publikation führte.

P. Michael Plattig O.Carm.

Ralf Stolina

## »Getröstet wunderbar« – vom Geheimnis des Trostes

Unmittelbar begegnet uns in den Schriften der Bibel die Rede vom Trost, das Zeugnis verschiedener Trosterfahrungen – die Sehnsucht und Suche nach Trost, die Erfahrung von Trost, die Klage über das Ausbleiben von Trost, das Erleiden von Trostlosigkeit:

»In der Zeit meiner Not suche ich den Herrn, meine Hand ist des Nachts ausgereckt und lässt nicht ab, meine Seele lässt sich nicht trösten« (Ps 77,3). »Gelobt sei Gott, (...) der Gott allen Trostes, der uns tröstet in unserer Bedrängnis, damit auch wir trösten können, die in allerlei Bedrängnis sind, mit dem Trost, mit dem auch wir getröstet werden« (2 Kor 1,3f.).

In der zweiten Seligpreisung der Bergpredigt werden die Trauernden seliggepriesen, »denn sie werden getröstet werden« (Mt 5,4).

Zugleich ist es in unserer Gegenwartssituation alles andere als selbstverständlich, von Trost zu sprechen, zumal in theologischer Perspektive. Wenn wir heute von Trost sprechen, tun wir dies auch im Horizont wirkkräftiger desillusionierender, auch skeptischer Stimmen: Trost steht unter Verdacht, bloße Vertröstung zu sein, infantile Illusion, oder zumindest den Preis eines allenfalls zeitweilig hinzunehmenden Wirklichkeitsverlustes zu kosten.

Daran wird deutlich: Von Trost kann nicht in weltanschaulicher Neutralität die Rede sein.

### Trost in der Kritik

Gerade die Kritiker eines religiösen Trostes benennen die Trostbedürftigkeit des Menschen in aller existentiellen Dringlichkeit; der Trostverlust und -verzicht lässt die Bedürftigkeit scharf hervortreten und spürbar werden. Bemerkenswert ist, dass auch im Status des Verlustes der Zusammenhang von Gott und Trost, Trostbedürfnis und Trostfähigkeit des Menschen, die Trostlosigkeit ohne Gott unmittelbar zum Ausdruck kommen.

## Karl Marx

Vor dem Hintergrund der Religionskritik Ludwig Feuerbachs, wonach das, was wir Gott nennen, nur das in den Himmel projizierte und hypostasiierte Bild des Menschen selbst ist, beginnt Marx seine Einleitung zur Kritik der Hegelschen Rechtsphilosophie mit den Worten: »Für Deutschland ist die *Kritik der Religion* im wesentlichen beendet.«<sup>1</sup>

Der Mensch hat »in der phantastischen Wirklichkeit des Himmels (...) nur den Widerschein seiner selbst gefunden«. Das Fundament seiner Kritik ist die These: »Der Mensch macht die Religion, die Religion macht nicht den Menschen.«<sup>2</sup>

Dabei bleibt Marx aber nicht stehen; er fragt nach den Gründen, die zur Entstehung und Entwicklung der Religion führen, und nach ihrer Funktion im Leben des Menschen. Entscheidend dafür sind die konkreten Gesellschaftsverhältnisse: »Dieser Staat, diese Sozietät produzieren die Religion«; in ihr drückt sich ein verkehrtes Weltbewusstsein aus, die Religion ist der allgemeine »Trost- und Rechtfertigungsgrund« einer verkehrten Welt, verkehrter Gesellschaftsverhältnisse, die zu ihrem Bestehen und ihrer Aufrechterhaltung der Hoffnung auf ein jenseitiges Glück bedürfen, das freilich ganz und gar illusorisch ist.

In anderer Hinsicht ist die Religion allerdings gar nicht illusorisch, sondern bringt vielmehr das menschliche Elend und den Protest dagegen zum Ausdruck:

»Die Religion ist der Seufzer der bedrängten Kreatur, das Gemüt einer herzlosen Welt, wie sie der Geist geistloser Zustände ist. Sie ist das Opium des Volkes.«<sup>3</sup>

Wohlgermerkt: Marx spricht nicht vom Opium für das Volk, sondern vom Opium *des* Volkes. Nur so, mit diesem betäubenden Mittel, hält es die schmerzvollen Zustände aus. Religionskritik ist zugleich Gesellschaftskritik: Sie fordert, einen Zustand aufzugeben, der der Illusion bedarf: »Die Kritik der Religion ist also im Keim die *Kritik des Jammertales*, dessen *Heiligenschein* die Religion ist.«<sup>4</sup>

1| K. Marx/F. Engels, Werke, Bd. 1, Berlin 1976, 378.

2| Ebd.

3| Ebd.

4| Ebd., 379.

## Friedrich Nietzsche

Besonders sprechend ist die Botschaft des tollen Menschen vom Tode Gottes, wie sie Friedrich Nietzsche in der Fröhlichen Wissenschaft berichtet.<sup>5</sup> Der Verlust von Gott und Trost ist schon geschehen und zugleich noch so neu, dass er längst noch nicht zu all denen durchgedrungen ist, die gleichwohl davon betroffen und daran beteiligt sind. Der tolle Mensch *sucht* Gott: »Ich suche Gott! Ich suche Gott!«<sup>6</sup>, schreit er *unaufhörlich*. Er sucht, obwohl und weil er weiß, dass Gott tot ist. Dieses Wissen und diese Suche gehören für den tollen Menschen dynamisch zusammen: Das Wissen um den Tod Gottes befeuert die Suche nach ihm, die Suche bekräftigt in ihrer Erfolglosigkeit jenes Wissen. Ganz anders ist es bei den zufällig Herumstehenden: Gottsuche und Schmerz über den Gottesverlust wecken bei ihnen, die, wie ausdrücklich hervorgehoben wird, nicht an Gott glauben, nur helles Gelächter und albern-beißenden Spott. Sie sind Gott gegenüber gleichgültig: Sie haben Gott verloren und vermissen ihn nicht.

Unberührt »nicht glauben« und einfach weiterleben, als wäre nichts geschehen, ist ein Merkmal der später in Zarathustras Vorrede beschriebenen »letzten Menschen«: Der letzte Mensch hat, wie er selbst sagt, das Glück erfunden, ein kleines Glück, das allerdings den Preis hat, dass ihm die großen Worte Liebe, Schöpfung, Sehnsucht, Stern nichts mehr sagen und auch keine existenzielle Bewegung auslösen.

»Die Erde ist dann klein geworden, und auf ihr hüpfet der letzte Mensch, der Alles klein macht. Sein Geschlecht ist unaustilgbar, wie der Erdflöh; der letzte Mensch lebt am längsten. (...) Man hat sein Lüstchen für den Tag und sein Lüstchen für die Nacht: aber man ehrt die Gesundheit.«<sup>7</sup>

»Wie trösten wir uns?«, fragt der tolle Mensch. Trostbedürftigkeit und Tröstungsfähigkeit kennzeichnen den Menschen. Mit dem Verlust Gottes verliert der Mensch nicht seine Trostbedürftigkeit – umso schwerer wiegt, dass der Gott allen Trostes tot ist und der Mensch untröstlich bleibt. Es bleibt bei der offenen Frage, wie der Mensch leisten und übernehmen kann, was Gottes war.

5 | Vgl. F. Nietzsche, Kritische Studienausgabe [im Folgenden abgekürzt: KSA], hrsg. von G. Colli/M. Montinari, Bd. 3, Berlin/New York 1988, 343–651, 480–482. Die folgenden Verweise und Zitate aus Schriften Nietzsches beziehen sich auf diese Ausgabe.

6 | Ebd., 480.

7 | F. Nietzsche, KSA, Bd. 4, 19f.

Der Tod Gottes ist auch der Tod des lebendigen Glaubens mit seinen beziehungsreichen existenziellen Ausdrucksformen:

»Du wirst niemals mehr beten, niemals mehr anbeten, niemals im endlosen Vertrauen ausruhen – du versagst es dir, vor einer letzten Weisheit, letzten Güte, letzten Macht stehenzubleiben (...) – es gibt keine Vernunft in dem mehr, was geschieht, keine Liebe in dem, was dir geschehen wird.«<sup>8</sup>

Nietzsche ermisst, welche Entsagung es für den Menschen bedeutet, ohne Gott leben zu müssen: »Wer wird dir die Kraft dazu geben? Noch hatte Niemand diese Kraft!«<sup>9</sup>

Der Mensch der Zukunft, nach dem Tod Gottes, muss ein anderer sein. Nietzsche hat dafür verschiedene Ausdrücke gefunden, der prominenteste ist der des Übermenschen, der ohne Gott leben kann – ohne zum kleinen Menschen zusammenzuschrumpfen, ohne Nihilist zu bleiben; er ist »Antichrist und Antinihilist, (...) Besieger Gottes und des Nichts.«<sup>10</sup>

Kennzeichen und Herausforderung des neuen Menschen kleidet Nietzsche im Letzten in die Formel des »amor fati« – Liebe zum Schicksal, zum Geschick. Diese Liebe nimmt keine Wertungen vor, will nicht das eine lieber als das andere, sondern sagt *ja* zu dem, was und wie es ist, ohne nach einem weiteren Sinn, Ziel und Zweck auch nur zu fragen oder sie zu vermissen. Zum neuen Jahre wünscht sich Nietzsche von sich selbst:

»Ich will immer mehr lernen, das Nothwendige an den Dingen als das Schöne zu sehen (...) Amor fati: das sei von nun an meine Liebe!«<sup>11</sup>

In den späteren Schriften und in den im Nachlass überlieferten Notizen umkreist Nietzsche immer wieder den »amor fati« als die entscheidende Lösung, das Lebensideal, das den Tod Gottes wie den Nihilismus überwindet.

»Meine Formel für die Grösse am Menschen ist amor fati: dass man Nichts anders haben will, vorwärts nicht, rückwärts nicht, in alle Ewigkeit nicht. Das Nothwendige nicht bloss ertragen, noch weniger verhehlen – aller Idealismus ist Verlogenheit vor dem Nothwendigen, sondern es lieben.«<sup>12</sup>

8 | F. Nietzsche, KSA, Bd. 3, 527.

9 | Ebd., 528.

10 | F. Nietzsche, KSA, Bd. 5, 336., vgl. Lenzer Heide Fragment, in: Nietzsche, KSA, Bd. 12, 212f.

11 | F. Nietzsche, KSA, Bd. 3, 521.

12 | F. Nietzsche, KSA, Bd. 6, 297.

Zweifellos werden die von Nietzsche im Lenzer Heide Entwurf sogenannten »Schlechtweggekommenen«<sup>13</sup> deutlich anders zu diesem »amor fati« stehen als die Stärksten,

»die Reichsten an Gesundheit, die den meisten Malheurs gewachsen sind und deshalb sich vor den Malheurs nicht so fürchten – Menschen, die ihrer Macht sicher sind, und die die erreichte Kraft des Menschen mit bewußtem Stolz repräsentieren.«<sup>14</sup>

Hier steht tatsächlich die Erlösungsbotschaft des Evangeliums infrage: Der Weg Jesu ist ein Weg in die menschliche Armut und zu den Schlechtweggekommenen, Heil und Heilung geschehen durch Liebe, die auf Selbstbehauptung und Selbsterhaltung verzichtet.

Der höchste Zustand<sup>15</sup>, der für Nietzsche im »amor fati« erreicht ist, ist verbunden mit einem entschiedenen Trostverzicht, ja dem Anspruch nicht mehr trostbedürftig zu sein. Schon daran zeigt sich, dass der tolle Mensch nicht der neue höhere Mensch ist, den Nietzsche vor Augen hat; er ist vielmehr ein Mensch des Übergangs – und gerade deswegen verrückt. Er weiß noch, was es heißt, einen Gott zu haben und spürt den Verlust, er sucht nach Gott im Wissen um seinen Tod, er ist fern aller Gleichgültigkeit und Gelassenheit darüber, er hält noch Ausschau nach Trost und findet sich auf sich selbst verwiesen.

Scharfsichtig beschreibt Nietzsche in einer Notiz aus dem Jahre 1885 ein *opiatishes Christentum*, das sich mit Wirkungen des Glaubens, der Funktion der Religion zu konsumierenden Tröstungen begnügt und die Suche nach Gott und seiner Wahrheit aufgegeben und davon dispensiert hat:

»Man begnügt sich mit einem opiatischen Christentum, weil man weder zum Suchen, Kämpfen, Wagen (...) die Kraft hat (...). Aber ein Christentum, das vor allem kranke Nerven beruhigen soll«, [ein Glaube, der] »um seiner beruhigenden Wirkungen willen (...) aufrechterhalten werden sollte (...) hat jene furchtbare Lösung eines »Gottes am Kreuze« überhaupt *nicht nötig*.«<sup>16</sup>

13 | F. Nietzsche, KSA, Bd. 12, 215.

14 | Ebd., 217.

15 | Vgl. F. Nietzsche, KSA, Bd. 13, 492: »Höchster Zustand, den ein Philosoph erreichen kann: dionysisch zum Dasein stehen –: meine Formel dafür ist amor fati.«

16 | F. Nietzsche, KSA, Bd. 12, 138.



Die Kirchen eines solchen opiatistischen Christentums, das wird im Ausklang der Botschaft des tollen Menschen vor Augen geführt, sind nur mehr Grabmäler und Grüfte des toten Gottes.

## *Sigmund Freud*

Sigmund Freud analysiert die Religion als allgemein menschliche Zwangsneurose.<sup>17</sup> Um den Preis einer geradezu gewaltsamen Fixierung eines psychischen Infantilismus<sup>18</sup> hält sie an der Illusion fest, das eigene Leben und der Weltenlauf werde letztlich gesteuert von der zärtlichen Fürsorge einer gütigen, väterlich-göttlichen Vorsehung.

Der Mensch flieht sich in diese Illusion, weil das Leben, wie es ihm auferlegt ist, zu schwer für ihn ist: Es bringt zu viele Schmerzen, Enttäuschungen, unlösbare Aufgaben<sup>19</sup>, das Leiden ist zu übermächtig – vom eigenen, zu Verfall und Auflösung bestimmten Körper her, von der übermächtigen Außenwelt, aus den mitmenschlichen Beziehungen. Auch wenn Freud festhält, dass wir dieses Leben ohne Linderungsmittel<sup>20</sup> nicht ertragen können – die religiösen Tröstungen, die ihrer Wirkung nach nur die eines Narkotikums sind<sup>21</sup>, sind dafür nicht geeignet, da sie einen dauerhaften Realitätsverlust bedeuten. Die Abwendung von der Religion, der Verzicht auf den Trost der religiösen Illusion ist ein schmerzhafter und notwendiger Wachstumsvorgang<sup>22</sup>: Der Infantilismus ist dazu bestimmt, überwunden zu werden, der Mensch kann nicht ewig Kind bleiben, er muss »hinaus ins »feindliche Leben«<sup>23</sup>, mit dem Mut zur Realität erwachsen werden.

## *Hans Blumenberg*

In dem aus dem Nachlass herausgegebenen Band »Beschreibung des Menschen« legt Hans Blumenberg das Trostbedürfnis und die Untröst-

17| Vgl. S. Freud, Die Zukunft einer Illusion, in: Studienausgabe Bd. IX, Frankfurt a. M. 1974, 177.

18| Vgl. S. Freud, Das Unbehagen in der Kultur, in: Ebd., 216.

19| Vgl. ebd., 207.

20| Vgl. ebd., Freud verweist hier auf Wilhelm Busch, Fromme Helene: »Wer Sorgen hat, hat auch Likör.«

21| Vgl. S. Freud, Die Zukunft einer Illusion, 182.

22| Vgl. ebd., 177.

23| Ebd., 182.

lichkeit des Menschen dar.<sup>24</sup> Angesichts der Realität von Leid, Schmerz und Tod, der eigenen Kontingenz und Sterblichkeit ist der Mensch, der »ein zum Realismus genötigtes Wesen ist, (...) zwar trostbedürftig, reell jedoch untröstlich.«<sup>25</sup>

Damit ist jedoch noch nicht alles gesagt: Der trostbedürftige und, insbesondere im Blick auf die Kontingenz und Sterblichkeit der eigenen Existenz und Person<sup>26</sup>, im Letzten untröstliche Mensch ist auch ein »der Tröstung fähiges Wesen«<sup>27</sup>.

Gegenüber einem von ihm als falsch qualifizierten Heroismus von Realisten, die »vorgeben oder glauben sich leisten zu können, vor nichts die Augen zu verschließen«<sup>28</sup>, hebt Blumenberg die Bedeutung des Trostes in der Bewältigung von Leid, Schmerz und Verlust hervor:

»Trost gehört zu dem, was Weiterleben nach einem Punkt, der es unmöglich zu machen schien, dennoch möglich macht. Der Mensch ist das Wesen, welches ›trotzdem‹ zu leben vermag.«<sup>29</sup>

Trostbedürftigkeit und Trostfähigkeit sind Instrumente des »dennoch« und »trotzdem« und ermöglichen das Überleben und Weiterleben des Menschen inmitten der unabänderlichen Negation. So ist der Trost für Blumenberg zwar keine infantile Illusion, vielmehr eine mitunter überlebensnotwendige – aber dennoch eine Illusion, für deren Entstehung und Erhaltung eine Distanzierung von der Wirklichkeit notwendig ist.

Trost geschieht um den Preis der Vermeidung von Bewusstsein.<sup>30</sup> Tröstende Seelsorge<sup>31</sup> geschieht unter Verschleierung der wahren, auch als wahr erkannten, aber grundsätzlich nicht behebbaren Gründe für das menschliche Elend. Zu rechtfertigen ist diese Verschleierung einzig aus dem Grund, weil die so verdeckte »nackte Wahrheit« allein nicht schon genügt, »um mit dem derart Enthüllten auch fertig zu werden«<sup>32</sup>.

24 | H. Blumenberg, Beschreibung des Menschen, aus dem Nachlaß hrsg. von M. Sommer, Frankfurt a. M. 2006, bes. Kap. IX: Trostbedürfnis und Untröstlichkeit des Menschen.

25 | H. Blumenberg, Beschreibung, 630.

26 | »Niemand lässt sich darüber trösten, dass er sterben muß.« (H. Blumenberg, Die Sorge geht über den Fluß, Frankfurt a. M. 1987, 153.) »Weshalb sind wir trostbedürftig? Weil wir keinen Grund haben dazusein.« (H. Blumenberg, Beschreibung, 635.)

27 | H. Blumenberg, Beschreibung, 623.

28 | Ebd., 631.

29 | Ebd., 633.

30 | Vgl. ebd., 631.

31 | H. Blumenberg selbst gebraucht (ebd., 655) das Wort Seelsorge.

32 | Ebd., 655.