

Gottfried Griesl Zur Psycho- somatik des Bischofsamtes

„Das Bischofsamt vermag auch geduldige Schultern in einem Maß zu belasten, das an die Grenze des Erträglichen geht.“ Kein Wunder, wenn auch manche Bischöfe an psychosomatischen Krankheiten leiden. Griesl faßt im folgenden Beitrag wichtige sozial- und tiefenpsychologische Erkenntnisse zusammen, die verstehen helfen, wie es zu solchen Krankheiten kommen kann und warum eine Lösung der dahinterliegenden seelischen Konflikte, ein Annehmen der menschlichen Begrenztheit und ein Abbau eines (theologisch) falschen Perfektionismus für jeden Menschen, besonders aber auch für kirchliche Amtsträger wichtig sind.

red

Es ist keine Seltenheit, daß eine Diözese lange Zeit auf ihren neuen Oberhirten warten muß, nicht nur, weil man es mit der Wahl genau zu nehmen pflegt, sondern manchmal auch, weil der Ernannte erkrankt. Der Verdacht liegt nahe, daß zwischen Ernennung und Erkrankung ein ursächlicher Zusammenhang bestehe. Folgende Zeilen möchten dem Gedanken nachgehen.

1. Sozialpsychologische Ebene

Das *onus episcopatus* vermag auch geduldige Schultern in einem Maß zu belasten, das an die Grenze des Erträglichen geht. Dabei zählt nicht nur die objektive Last der Arbeit und Verantwortung, sondern vor allem die subjektive Belastung durch die Erwartungen, die plötzlich auf den Amtsträger zukommen. Man definiert Rolle als die Summe der Erwartungen, die sich auf einen Positionsinhaber in der Gesellschaft richten. Dabei unterscheidet man verschiedene Sektoren: zunächst Erwartungen von oben, von Rom, von der Weltkirche her, religiös aufgeheizt durch asketische Forderungen an das Bischofsamt, die man in der Vergangenheit fast als Rache von Theologen an ihren arrivierten Kollegen empfinden könnte; dann Erwartungen von unten, vom Diözesanvolk und den Mitarbeitern her; auch nach dem Konzil stellt der Bischof noch vielfach eine Autorität dar, die alles und jedes entscheiden soll; entscheidet er, muß er in der nachkonziliaren Redefreiheit mit Kritik rechnen; schweigt er, ist es auch nicht recht. Schließlich noch der Sektor der Selbsterwartungen, die u. U. noch anspruchsvoller sind als die beiden anderen Sektoren. Es kommt dann leicht zur Aufblähung von *Idealen*: das anspruchsvolle Über-Ich legt sich die Latte für das eigene Amts-Soll so hoch, daß sie kaum mehr erreicht werden kann; das unvermeidliche Versagen führt dann zu Insuffizienz- und Schuldgefühlen gerade in einer Situation, die ein intaktes Selbstvertrauen bräuchte.

Autorität im sozial-
psychologischen
Regelkreis

Zur inneren Spannung zwischen Ideal und Wirklichkeit kommt eine äußere Versuchung mit der neuen *Autorität als Macht*; vermutlich führt hier selten der Machthunger zum Mißbrauch, sondern ein sozialpsychologischer Regelkreis: zum Bischof wird meist eine Persönlichkeit gewählt, der natürliche Autorität zukommt; man gehorcht ihm gern, schiebt ihm immer mehr Entscheidung zu und lockt ihn so unbewußt in eine Falle, wo er sich zur autoritären Autorität auswachsen kann, die schließlich für beide Teile schwer erträglich wird. Seine übermächtige Autorität erspart den kirchlichen Mitarbeitern das eigene Denken und Verantworten.

Diesem Regelkreis tritt das Konzil mit der Entwicklung einer kooperativen Autorität in Kollegialität entgegen. Aber sie muß erst gelernt und erkämpft werden. „Hierarchie“ gilt leider als Synonym für einen vertikalen Macht-aufbau, der eigentlich in der biologischen Hackreihe, in der Politik und beim Militär zu Hause ist. Für den kirchlichen ordo fordert Jesus ausdrücklich die Gesinnung des Dienens anstatt des Herrschens. Aber der gute Wille eines jungen Bischofs kommt oft schwer gegen die Masse traditioneller Strukturen auf. Trotz der Dienstgesinnung eines Bischofs erweist sich sein Amt auch als Teil einer irdischen Machtstruktur mit deren Eigengesetzlichkeit. Die Lösung liegt in der dialektischen Synthese durch die Persönlichkeit des Bischofs. Sie ist immer eine hohe spirituelle und asketische Leistung.

Mangel an Erleichterungsmitteln für die Einsamkeit

Der Bischof gerät in die „*Einsamkeit* der Mächtigen“. Die dünne Luft dieser Höhenlage erschwert die Lebensvollzüge. Er teilt wohl das Schicksal mit den Eliten der Profanwelt; aber er hat es nicht so leicht, deren bewährte Erleichterungsmittel zu übernehmen: die unbeschwerte Routine (solcher Leerlauf ist schon dem einfachen Seelsorger versagt), den Rückzug in Familie, Freundeskreis und Hobby und schließlich den entwaffnenden Witz (der einem Christen gut ansteht, aber doch ein zweischneidiges Schwert darstellt, dessen Führung nicht jedermanns Sache ist).

Widersprüchliche Erwartungen

Schließlich sei noch der *Rollenkonflikt* erwähnt, wenn die Erwartungen der drei Sektoren nicht konform gehen oder sich gar widersprechen; so können etwa die Gläubigen heute – und nicht nur am Rand der Kirche – vom Bischof Stellungnahmen verlangen, die seiner eigenen Überzeugung zuwider sind.

2. Pastoralmedizinische Ebene

Wenn ein verantwortungsbewußter Priester sozusagen über Nacht sich zur Annahme des Bischofsamtes entscheiden soll, so scheint es begreiflich, daß er dessen Anforderungen als eine Reizquelle erleben kann, die man in

der Medizin als „Stressor“ bezeichnet. Unter *Streß* versteht man nicht alle Arbeitsbelastungen, die zu Schädigungen führen, sondern genau genommen unspezifische Allgemeinreaktionen, die etwa anlässlich einer (bevorstehenden) Erkrankung auftreten, bedingt durch die hormonale Umstellung des Organismus bzw. durch seine Einstellung auf die neuen krankmachenden Reize. Dabei spielen seelische Faktoren eine entscheidende Rolle: es geht nicht nur um körperliche, sondern ebenso auch um soziale, berufliche und seelische Belastungen; diese müssen als bedrohlich erlebt werden, um zum Streß zu werden; wie sie erlebt und verarbeitet werden, hängt von Mustern ab, die in den Erfahrungen der Lebensgeschichte erworben wurden. Als hauptsächliche Symptome der Streß-Reaktionen werden aufgezählt (der Häufigkeit nach): Schlafstörungen, Herz- und Verdauungsbeschwerden, Angstzustände und depressive Verstimmungen. Man hat die Reaktion von Gestreßten hinlänglich untersucht, um sie beschreiben und verstehen zu können.

Antwort des Menschen
auf Streß in drei
Phasen

Es sind im wesentlichen drei Phasen, mit denen der Organismus auf die neue, bedrohliche Situation antwortet. Die erste bezeichnet man als *Alarmreaktion*, wo die Abwehrfähigkeit gegen die störende Belastung stark abnimmt. Wenn sich der Organismus durch Anpassung zu helfen vermag, setzt als zweite Phase der *Widerstand* ein; es gelingt ihm, fortschreitend das seelische Gleichgewicht zu stabilisieren und es in einer staunenswerten Leistungsfähigkeit aufrecht zu halten. In einer dritten Phase, der *Erschöpfung*, kann es schließlich zur Verausgabung der Anpassungsenergie kommen; die Alarmsymptome treten wieder auf und verlangen dringend Hilfsmaßnahmen, wenn es nicht zu endgültigen Krisen kommen soll. Was man da laienhaft als „Nervenzusammenbruch“ bezeichnet, ist in der Diagnose des Arztes entweder ein Erschöpfungszustand, der nur durch entsprechende Erholung geheilt werden kann, oder – wenn keine Erholung anschlagen will – eine lebensgeschichtliche Krise, die wenig mit den Nerven zu tun hat, sondern meist mit ungelösten Problemen und Konflikten, die sich nicht mit Chemie erledigen lassen, wohl aber durch die Macht des Wortes in einer guten Therapie. Besser erweist sich allemal auch hier die Vorbeugung durch spirituelle Begründung und Festigung, die sich auch psychohygienisch bewährt, und eine gesunde Lebensweise; der Arzt empfiehlt, Aufregungen zu vermeiden, für ausreichenden Schlaf zu sorgen und Ausgleichsport zu treiben; er sollte aber wissen, daß der größere Teil der Forderungen sich nicht manipulieren läßt und nicht vom guten Willen des Patienten abhängt

(wie die Beichtväter auch oft wissen, was der Büsser tun soll, nicht aber, wie er es zustande bringen soll). Im übrigen bringt der Mensch Erstaunliches zustande und gewöhnt sich an das scheinbar Unerträgliche, wenn er ein überzeugtes Wozu hat. Manchmal hat man den Eindruck, daß es gerade die hohe tägliche Forderung ist, der ein Mensch treu gerecht zu werden sucht, was ihn aufrecht hält (wie es auch ein Saisonarbeiter lange Zeit unter hohem Überdruck aushält und erst dann in Gefahr kommt zusammenzubrechen, wenn der Druck auf das Normalmaß zurückgeht). Aber warum braucht und sucht mancher Mensch geradezu einen Überdruck an Arbeitslast, während ein anderer zusammenbricht? Hier reicht eine physiologische Erklärung nicht aus.

3. Tiefenpsychologische Ebene

Wenn der neuernannte Bischof wegen seiner Schlafstörungen oder Herzbeschwerden einen Arzt aufsucht, so wird dieser meist von einer „vegetativen Dystonie“ oder einem „psychosomatischen Syndrom“ sprechen. Entscheidend für eine solche Diagnose ist, daß sich kein eigentlich krankhafter Organbefund feststellen läßt, sondern nur eine „Funktionsstörung“. Das (vegetative) Nervensystem stellt dabei nicht die Krankheitsursache dar, sondern den Resonanzboden für die Austragung einer aktuellen seelischen Spannung, die durch die berufliche Überforderung bzw. durch die Schwierigkeit der Anpassung entstanden ist. Wo liegen die Ursachen eines solchen Syndroms? Bewiesen ist die Korrelation des Leidens mit einem Persönlichkeitsfaktor, der sich durch Selbstunsicherheit, Hemmungen und Gefühlsschwankungen bemerkbar macht. Diese Reaktionsweisen entstehen – wie alle Charaktergestaltungen – aufgrund der frühkindlichen Prägungen und lebensgeschichtlichen Selbsterfahrungen, die ein individuelles System oder Leitlinien entstehen lassen, wie sich der einzelne mit den jeweils neuen Anforderungssituationen des Lebens auseinandersetzt oder auf sie wenigstens reagiert.

Seelische Probleme und ihre körperlichen Symptome

Was hier geschieht, nennt man *Somatisierung*: das Symptom, etwa eines nervösen Magens, ist nicht organisch begründet, aber es bringt etwas zum Ausdruck, das dahinter steckt und nur darauf wartet, sich bemerkbar zu machen; die kritische Streßsituation bietet endlich dazu den Anlaß. Es handelt sich um ein seelisches Problem, das sich durch ein körperliches Symptom meldet. Die Sprache, die unbewußt aus den tiefen Quellen menschlicher Erfahrungen schöpft, trifft den Sachverhalt sehr zielsicher: „Da liegt mir schon lange eine Sache im Magen . . .“ (oder „läßt mich nicht schlafen“, oder „juckt mich“, je nach der Organwahl der Somatisierung). Der

Symbolcharakter des Störungssymptoms weist wie ein ausgestreckter Finger auf die eigentliche Ursache hin: auf ein seelisches Problem. So erklärt sich auch, warum sich ein solches Leiden mit Medikamenten nicht heilen, sondern nur vorübergehend verdecken läßt. Entstanden ist das Problem meist schon tief in der früheren Lebensgeschichte; aber der Konflikt konnte damals nicht gelöst, ja nicht einmal bewußt gemacht werden. Er verfiel der Verdrängung ins Unbewußte. Von dort aus vermag er aber auf dem Umweg über rätselhafte Ängste oder Wiederholungszwänge, aber auch über die Somatisierung den Lebensvollzug zu stören mit dem Sinnziel, endlich zur Bearbeitung und Lösung in das Bewußtsein eingelassen zu werden. Diese analytische Sicht der Dinge erweist sich schon deshalb als wichtig, weil eine wirksame Therapie nicht an den Symptomen ansetzt (wie es bei einer Blinddarmentzündung auch nicht sinnvoll wäre, das hartnäckige Fieber oder die Schmerzen zu bekämpfen), sondern an der Leidensursache, dem verdrängten Konflikt. Er kann sehr verschiedener Art sein. Eine naheliegende Möglichkeit sei erwähnt: der *Perfektionismus*.

Die Spannung
zwischen Ideal und
Wirklichkeit

Zur Entfaltung seiner Persönlichkeit – und auch der christlichen Existenz – setzt sich der Mensch hohe Ziele, die er im Leben zu verwirklichen sucht. Zwischen dem angezielten Ideal und seiner Verwirklichung kann eine Spannung entstehen, die sich solange als lebensgemäß und gesund erweist, als sie zu neuer Realisierung, Revision und Bemühung herausfordert. Die Spannung kann aber auch lebensfeindlich überdehnt werden, indem das Ideal in unerreichbare Höhe getrieben wird. Der Strebende sieht dann seine Kräfte bis auf die letzten Reserven abverlangt; er fährt sozusagen ständig auf höchsten Touren, bis der Motor heißläuft. Der „Versager“ ist dann geneigt, die „Schuld“ seiner Schwäche zuzuschreiben anstatt der eigentlichen Ursache, nämlich der überhöhten Zielsetzung. Daher muß er schließlich resignieren – und er darf es auch (das „neurotische Arrangement“ kann sich unter Umständen auf diese Weise legitimieren, daß ich schließlich weniger leiste, als ich tatsächlich könnte, indem ich zuerst mehr von mir fordere, als ich kann). Von einer anderen Seite betrachtet, stößt sich der Perfektionist an dem unerledigten Rest, der allem menschlichen Handeln unvermeidlich anhängt, und verlangt uneinsichtig dessen „perfekte“ Bereinigung. Die Ursache dieses destruktiven Systems liegt in Antrieben, deren Entstehung in der Lebensgeschichte dem Vergessen anheimgefallen ist. Aber es war einmal notwendig, mir selber und der Welt zu beweisen, daß ich mehr und Besseres leiste, als

„man“ mir zumutet. Vielleicht fühlte ich mich als Kind im Urteil der Mutter, an der mir alles lag, entwertet, so daß mir keine andere Wahl blieb, um ihre Liebe wieder zu erlangen. Und es hat sich scheinbar wiederholt bewährt, zu viel von mir zu verlangen, um Selbstkränkungen zu überwinden. So kann sich das Über-Ich maßlos aufblähen. Die kreatürliche Begrenztheit menschlicher Leistung wird hier im Grunde geleugnet. Es steckt eine gemeine Versuchung in diesem Arrangement, das endlich entlarvt werden muß, um wieder zum personalen Gleichgewicht zu kommen. Man könnte die Versuchung theologisch so ausdrücken: der Forderung Jesu in der Bergpredigt, „Seid also vollkommen, wie euer himmlischer Vater vollkommen ist“ (Mt 5, 48), wird das Wort der Schlange unterschoben „Ihr werdet sein wie Götter“ (Gen 3, 5).

4. Zur theologischen Ebene

Ein philosophisches Mißverständnis liest aus der Forderung Jesu eine unübertreffbare Perfektion heraus. Aber der Mensch kann wesensunmöglich die Vollkommenheit Gottes haben oder auch nur imitieren wollen. Das Wort „vollkommen“, im griechischen Urtext *teleios*, muß theologisch aber von der Bedeutung von „telos“ her verstanden werden; Ziel, Sinn und Enderfüllung des Daseins ist in der Sprache des Neuen Testaments Christus selbst. Die Forderung der Vollkommenheit an die Jünger Jesu bedeutet daher nicht die Überschreitung des menschlich Möglichen auf göttliche „Perfektion“ hin, sondern im Gegenteil die Erfüllung dessen, was dem Menschen im Auftrag und in der Liebe Christi *möglich* ist, wie es schon Thomas von Aquin lehrte (*Contra retrahentes*, cap. 6). Diese Überlegung scheint für unsere Frage deswegen wichtig, weil ein traditioneller Topos zwei „Stände der Vollkommenheit“ aufzählt, den der Klosterleute und den der Bischöfe; dabei steht nach Thomas der erste theologisch hinter dem zweiten so weit zurück wie der „perfectus“ hinter dem „perfector“ (s. th. 2/II, 184, 7). Wir können heute nicht mehr nachvollziehen, daß sich die Forderungen der Bergpredigt nicht auf alle Jünger Jesu beziehen sollen; ebensowenig die zweistöckige Morallehre, daß es für den gewöhnlichen Christen genüge, die Gebote Gottes und der Kirche zu halten, während die Evangelischen Räte nur für jene Christen gelten, die sich um Vollkommenheit bemühen. In beiden Stockwerken werden die Weisungen des Herrn als eine Gesetzes- und Werkgerechtigkeit mißverstanden, die dem Geist Jesu fremd ist. Eine perfektionistische Selbstüberlastung des Christen, in welchem Stande immer, läßt sich wohl menschlich verstehen – und bearbeiten –, findet aber in der Offenbarung keinen legitimen Anhalt.