

Pallotti-Institut Vallendar

# Mit der Pandemie leben lernen



Pallottinische Erfahrungen  
mit Zeiten von Krankheit

Reihe „Beiträge zur pallottinischen Forschung“ (BpF)  
Band 9



# Pallotti-Institut

---

Arbeitskreis Pallottinische Forschung  
im Institut für Theologie und Geschichte  
religiöser Gemeinschaften der  
Philosophisch-Theologischen Hochschule  
Vallendar



**Mit der Pandemie leben lernen –  
Pallottinische Erfahrungen mit Zeiten  
von Krankheit**



Dieser Titel ist auch als eBook erhältlich  
ISBN 978-3-87614-145-9

Sie finden uns im Internet unter  
[www.pallotti-verlag.de](http://www.pallotti-verlag.de)

Wichtiger Hinweis des Verlags: Der Verlag hat sich bemüht, die Copyright-Inhaber aller verwendeten Zitate, Texte, Bilder, Abbildungen und Illustrationen zu ermitteln. Leider gelang dies nicht in allen Fällen. Sollten wir jemanden übergangen haben, so bitten wir die Copyright-Inhaber, sich mit uns in Verbindung zu setzen.

Bibliografische Informationen der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

ISBN 978-3-87614-144-2 (Print)

Verlag: © Pallotti Verlag 2021  
86316 Friedberg (Bay.)

Gesamtherstellung: FRIENDS Menschen Marken Medien  
[www.friends.ag](http://www.friends.ag)

© Alle Rechte vorbehalten. Kein Teil dieses Buches darf in irgendeiner Form (Druck, Fotokopie oder einem anderen Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung des Verlags reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

# Inhaltsverzeichnis

	Seite
Vorwort <i>Ulrich Scherer</i>	5
Ermutigungen für ein zuversichtliches Leben in und nach der Pandemie <i>Sascha Heinze</i>	7
Jeder Mensch... Reflexion über eine biblische Metaphorik anlässlich der gegenwärtigen Pandemie – ein Essay <i>Brigitte Proksch</i>	17
Richard Henkes (1900-1945) – Pallottinerpater, Märtyrer, Seliger <i>Manfred Probst</i>	27
Pallotti und die Cholera-Epidemie in Rom <i>Stanislaw Stawicki</i>	35
Die Cholera in Italien 1837 <i>Berichte der Allgemeinen Medizinischen Zeitung mit einer Einführung von Alois Wittmann</i>	47
Das Engagement des Katholischen Apostolates während der Cholera-Epidemie 1837 in Rom <i>Adelheid Scheloske</i>	77
Der Selbstversuch von Max von Pettenkofer im Jahr 1892 <i>Alois Wittmann</i>	87
Die AutorInnen des Buches	89



# Vorwort

Wie kann man mit der permanenten Bedrohung durch Krankheit leben? Der Umgang mit Schmerz und Sterbenmüssen, mit Gebrechlichkeit und Verletzbarkeit ist die größte Herausforderung für das Menschsein. Nicht umsonst bezeichnet Georg Büchner in seiner vielzitierten Aussage das Leid als einen „Fels des Atheismus“. – Die gegenwärtige Coronapandemie wird uns noch lange beschäftigen. Sie hat viel Leid gebracht. In manchen Teilen der Welt und in vielen Regionen herrschen noch große Nöte. Die seelischen, sozialen und wirtschaftlichen Folgen dieser Pandemie sind kaum abschätzbar und vielfach dramatisch.

Die hier vorgelegten, sehr unterschiedlichen Beiträge wollen helfen, den Horizont zu weiten und Mut zu fassen: Wie sind gläubige Menschen, wie ist Vinzenz Pallotti und wie sind Pallottiner mit Krankheiten zurechtgekommen? Zwei Aspekte fallen dabei auf: immer ging es um Gottvertrauen, um Gebet, um die eigene positive Disposition einerseits und um Engagement, Solidarität, Hilfeleistung und Zusammenhalt andererseits.

Der Band beginnt mit einem Beispiel aus der Gegenwart: Sascha Heinze nimmt seine eigene langwierige Erkrankung an Covid 19 zum Anlass, „Ermutigungen für ein zuversichtliches Leben“ zu geben angesichts der Tatsache, dass es nach der Pandemie kein Zurück mehr zum Vorher geben wird. Dennoch sind wir selbst es, die handeln, entscheiden und das Leben deuten können. Mit Viktor Emil Frankl erinnert Heinze daran, „...das Leben ist es, das die Fragen stellt, wir sind es, die zu antworten haben.“ Wir sind nicht Getriebene, sondern jene, die gestalten dürfen – unter welchen Bedingungen auch immer.

Brigitte Proksch stellt die Pandemie in den größeren Zusammenhang global relevanter Themen und zeigt, dass sie nicht das einzige, ja nicht einmal das zentrale Thema sein darf, das uns heute zu beschäftigen hat. Sie weist auf die besondere Chance hin, in diesem Moment die Notwendigkeit zur weltweiten Solidarität neu zu entdecken, schließlich wird die Pandemie nur dann vorübergegangen sein, wenn sie nirgends auf der Welt mehr wütet. Ein neues Bewusstsein der Schicksalsgemeinschaft und vielleicht auch neue Motivation für sozialen Zusammenhalt können entstehen, wenn wir uns im Bewusstsein, dass Jede und Jeder betroffen ist,

auch jedem zuzuwenden bereit werden. Ist nicht in jedem Menschen das Bild Gottes zu entdecken?

Der Märtyrer Richard Henkes ist ein Beispiel solch grenzenloser Solidarität in seinem Einsatz für an Typhus erkrankte Mitgefangene im Konzentrationslager Dachau. Dies kostete ihm schließlich selbst das Leben. Manfred Probst, der die Seligsprechung von Henkes entscheidend vorbereitete, präsentiert hier einige markante Ereignisse aus dem Leben eines Menschen, der in Krankheit und Leiden ein Zeugnis des Vertrauens gab.

Wie Vinzenz Pallotti die Zeit der Choleraepidemie in Rom überstand, wie er Bittgebete initiierte und seine Gefährten und Freunde immer wieder ermutigte, ohne Angst und Sorge um sich selbst für Kranke und Arme da zu sein, stellt Stanislaw Stawicki anhand der Briefliteratur dar.

Alois Wittmann schließlich fasst die detaillierten Berichte aus der Allgemeinen medizinischen Zeitung von 1837 über das Geschehen während der Cholerazeit in Rom und darüber hinaus zusammen. Als ihm 2018 historische Exemplare dieser Zeitung in die Hände gefallen waren, hatte Wittmann den Anstoß zur Veröffentlichung und damit zu diesem Band gegeben. Wittmann ergänzte die Zeitungsauszüge mit einer Erläuterung der Infektionskrankheit, die es schon lange vor Christi Geburt gab. Auch einen kurzen Bericht über Max von Pettenkofer und dessen Selbstversuch mit Cholera-Bakterien stellt er bereit. Vor dem Hintergrund der Coronapandemie ist es interessant, diese Berichte zu lesen und so manche Parallelen zu heute zu entdecken: das tägliche Aufzählen der Inzidenzwerte bzw. Anzahl der Infizierten, das Vor und Zurück der Ansteckungswellen... Über Vinzenz Pallotti und diese Zeit ist in den verschiedenen Pallotti-Biographien noch einiges mehr zu erfahren. Adelheid Scheloske war bereit, diese Informationen zusammenzutragen.

Ich wünsche allen Leserinnen und Lesern eine interessante Lektüre. Möge es gelingen, mit der Pandemie leben zu lernen und trotz aller Einschränkungen den Mut und die Lebensfreude nicht zu verlieren!

Ulrich Scherer, Vallendar,  
am Fest der hl. Apostel Petrus und Paulus 2021

# Ermutigungen für ein zuversichtliches Leben in und nach der Pandemie

*Sascha Heinze*

*Im Frühjahr 2021 war ich mit Corona infiziert, hatte einen milden Verlauf und wurde von der Bezirkshauptmannschaft für drei Wochen gänzlich „abgesondert“, wie diese Quarantänezeit behördlicherseits in Österreich genannt wird. Einige Erfahrungen finden sich in meinen Ausführungen wieder, andere habe ich von Menschen in Gesprächen, aus den Medien oder aus Beobachtungen. Viktor Frankel und Vinzenz Pallotti haben mich in den vergangenen Monaten oft gestärkt. Im Folgenden einige Reflexionen und Perspektiven dazu – Ermutigung zu Sinnsuche und Lebensfreude.*

*Die Gesellschaft insgesamt, aber auch jede und jeder Einzelne sind von der Pandemie betroffen. Alle machen ihre Erfahrungen mit der Pandemie. Jede und jeder allerdings geht unterschiedlich damit um. Manche sind resilienter, also belastbarer als andere, und kommen mit den Herausforderungen der Pandemie gut zurecht. Andere werden durch die neue unbekannte Situation verunsichert, einsam, haltlos oder krank. Ich will nun aus meiner Sicht ein paar „Ermutigungen für ein zuversichtliches Leben in und nach der Pandemie“ mit auf den Weg geben, will einige Hinweise vermitteln, wie wir mit den Erfahrungen und dem, was uns persönlich und als Gesellschaft in dieser Zeit bewegt, umgehen können, damit neues, unbehindertes und vitales Leben möglich wird.*

## Die vielen Gesichter der Pandemie

Die Corona-Pandemie ist ein Phänomen mit vielen Gesichtern. Nicht nur, dass sich die Krankheit in ganz unterschiedlichen Formen und mit ganz unterschiedlichen Symptomen zeigt. Sie hat auch viele Gesichter, die wir erst im Spiegel des Rückblicks deutlicher identifizieren können. Es sind Gesichter der Trauer über den Verlust eines Menschen. Es sind Gesichter der Zurückgezogenheit in Absonderung und Quarantäne, welche in der Abgeschlossenheit des eigenen Zimmers und auf Distanz zu den eigenen Mitbewohnern, auf sich selbst zurückgeworfen sind. Es sind Gesichter, welche die Folgen von Long Covid zeigen. Es sind Gesichter des Unverständnisses über Maßnahmen, die zum Schutz der eigenen Person und der Mitmenschen getroffen wurden.



Die Situation der Pandemie verlangt von uns, dass wir uns auf die neuen Umstände einstellen. Auf einmal finden wir uns in Gegebenheiten vor, die uns aus unserem alltäglichen Leben meist nicht vertraut sind: Situationen des Abstandhaltens, der Distanz, des sich Nicht-Begegnens, des Maske-Tragens, des Desinfizierens der Hände. Es sind Situationen, die viele von uns überfordern, da sie mit dieser Situation nicht umzugehen verstehen. Es herrscht eine Krisenstimmung, auch wenn es allmählich aufwärtszugehen scheint. Die Krise behindert und verschüttet oft die Zugänge zu einem sicheren, freien und erfüllten Leben. Zunächst also gilt es, diese Verunsicherung in manchen Bereichen des Lebens zu sehen, wahr- und anzunehmen. Eine Krise ist dadurch gekennzeichnet, dass Orientierungen verloren gehen. Die Krise überfordert nicht nur, sie kann hilflos machen, wenn wir mit den uns bekannten Bewältigungsmechanismen nicht mehr weiterkommen.

## **Menschliche Reaktionen**

Die Pandemie wirft uns auf uns selber zurück, auf die Sorge um die eigene Gesundheit, auf die eingeschränkten oder versagten Möglichkeiten, verschiedene alltägliche Lebensvollzüge zu erleben, wie zum Beispiel, einen Besuch im Kaffeehaus, einen Bummel durch die offenen Geschäfte der Stadt, einen Besuch im Buchladen. Vieles, was wir gewohnt waren, ist uns nun zum Teil nicht mehr möglich, auch wenn zurzeit verschiedene Öffnungsschritte gesetzt werden. Die Pandemie wird uns mit manchen Einschränkungen weiter begleiten.

Diese Einschränkungen haben für unser Wohlbefinden verschiedene Folgen: Unsicherheiten, Ängste, Einsamkeit, Depressionen können sich zeigen, wenn wir nicht situationsadäquat darauf reagieren und antworten können. Gewohnheiten, Selbstverständlichkeiten, Sicherheiten werden unsicher und in Frage gestellt. Das Pflegen von Beziehungen wird schwierig oder sogar verunmöglicht, die Begleitung und das Abschiednehmen von Sterbenden konnte nicht geschehen. Hier die Balance zu halten, hier die für sich stimmige Antwort auf die jeweilige Situation zu finden, ist nicht leicht und fällt vielen Menschen sehr schwer. Wir sind aufgefordert, uns auf diese neuen, für uns ungewohnten, Umstände einzustellen und neue Antworten zu finden.

## **Bereitschaft zu Veränderungen**

Ein wichtiger Hebel, um mit dieser Pandemie zurecht zu kommen, ist die Änderung der Einstellung. Zur Bewältigung verschiedener Phänomene, die sich uns in der Pandemie zeigen, hilft es oft nicht, mit gewohnten Verhaltensweisen zu reagieren, denn die Pandemie konfrontiert uns mit Wirklichkeiten, mit deren Bewältigung wir nicht vertraut sind. Vieles, was wir für selbstverständlich hielten, ist es nun nicht mehr.

So kann es helfen, zu den sich spontan zeigenden Gefühlen zunächst einmal auf Distanz zu gehen. Es geht darum, Emotionen wahrzunehmen: Ohnmacht, Wut, Angst, Verunsicherung, Trauer, Verzweiflung, Hilflosigkeit, Isolationsgefühl und ähnliches. All das darf sein und ist in solchen Situationen auch normal und begreiflich. Die Frage ist nun, wie wir mit diesen Gefühlen umgehen. Denn, um es noch einmal zu betonen, wir haben es mit Ereignissen, Erlebnissen und Erfahrungen zu tun, die wir in dieser Weise aus unserem Alltag und unserem Erleben kaum kennen. Wir brauchen also für den Umgang mit unseren Emotionen und Erlebnissen, und dem, wie wir die Situationen erleben, eine neue Antwort. Helfen kann es, wenn wir es wagen, einmal bei unseren Gefühlen zu bleiben, und zu sehen und zu fühlen, was sie uns über uns selbst mitteilen. Was ist die Erkenntnis, die sich aus den Gefühlen und Emotionen ergeben kann? Wie erlebe ich belastende Situationen?

## **Die Kraft unserer Einstellung**

Wenn unabänderliches Leid, unabänderliche Gegebenheiten unser Leben behindern, dann kann es uns helfen, einen „Einstellungswert“<sup>1</sup>, zu finden, um mit der Situation umgehen zu lernen. So Viktor Emil Frankl, der Begründer der Logotherapie. Frankl nennt es auch „die Trotzmacht des Geistes“. Wir sind nicht dazu verdammt, in Situationen, die unser Leben einengen oder gar verunmöglichen, passiv zu bleiben, es schicksalhaft zu erdulden, zu erleiden oder zu verzweifeln. Wir sind „potentiell frei“, so Frankl, eine Einstellung dazu zu finden, die uns „trotzdem“ leben lässt. „Trotzdem Ja zum Leben sagen“ heißt eine seiner berühmten Schriften zu diesem Thema. Eine solche Einstellung zu finden, kann uns

---

<sup>1</sup> Viktor E. Frankl, *Ärztliche Seelsorge*, 2017, S. 25.

sogar einen Wert, einen Sinn in dieser belasteten Situation finden lassen. Frankl nennt diese Art des Umgangs mit Krisen, das Finden eines „Einstellungswertes“. Eine solche Suche und das Finden eines solchen Wertes kann uns helfen, mit der jeweiligen Situation positiv umzugehen.

Es stellen sich derzeit oft Fragen wie folgende: Was mache ich den ganzen Tag zuhause, wenn ich nicht außer Haus darf, weil ich in Quarantäne bin? Wie gehe ich mit den Kindern um, wenn sie keine Schule haben? Wie schütze ich mich und andere vor Corona, auch wenn mir das Abstandhalten schwerfällt? Wie gehe ich damit um, Menschen, die mir lieb sind, nicht zu besuchen? Wie kann ich dem Sterben eines lieben Menschen gegenüberstehen? Wie den Verlust eines Menschen betrauern, von dem ich nicht persönlich Abschiednehmen konnte? Wie kann ich mit den Folgen von Corona für meine Gesundheit umgehen? Wie soll ich zu den vielen täglichen Nachrichten über Corona, auch von Verschwörungstheoretikern Stellung beziehen? Zu all diesen Fragen kann eine bewusst gesetzte Einstellung die Richtung einer Antwort weisen.

## **Einen Sinn setzen**

*„Das Schicksal, das ein Mensch erleidet, hat also erstens den Sinn, gestaltet zu werden – wo möglich – und zweitens getragen zu werden – wo nötig“<sup>2</sup>*, so Viktor Emil Frankl. Wo es gelingt, das Schicksal zu gestalten oder auch nur zu tragen, wird die menschliche Freiheit genutzt und die menschliche Möglichkeit, mit allen leidvollen Situationen, die uns begegnen, so umzugehen, dass wir uns in ihnen nicht einfach hilflos ausgeliefert erleben. Wir brauchen nicht passiv geschehen lassen und uns der Verzweiflung hingeben nach dem Motto *„da kann man nichts machen“*, sondern, wir können in jeder Situation immer noch die handelnde, die gestaltende Person in unserem Leben und im Umgang mit unserem Leben bleiben. Wir haben „potentiell“ die Möglichkeit, jeder Situation einen Sinn zu geben, indem wir uns ihr gegenüber verhalten und Stellung beziehen. Eine solche Einstellung zu gewinnen ermöglicht es, einen Sinn auch im Leiden zu erlangen. Sie ist für unser „Lebenkönnen“ und unser „Lebenmögen“, die Lebensbejahung, von großer Bedeutung.

---

<sup>2</sup> Viktor E. Frankl, *Ärztliche Seelsorge*, 2017, S. 38.

„*Wer ein Warum zu leben hat, erträgt fast jedes Wie.*“<sup>3</sup> So formuliert es Viktor Emil Frankl weiter. Es ist entscheidend, dass ich im Sinn ein „*Warum*“ des Leidens erkenne, damit ich es tragen kann. Diesen Weg des Umgangs mit einer leidvollen Situation zu finden, ist wahrlich nicht leicht. Es ist ein Geschenk, wenn es gelingt. Auch geschieht eine solche Einstellungsänderung nicht über Nacht und oft auch nicht von heute auf morgen. Es sind Prozesse, die meist Zeit brauchen, aber sie sind möglich. Davon gibt Viktor Emil Frankl Zeugnis. Davon geben Menschen Zeugnis, denen diese Art des Umgangs Entlastung und sogar auch inneren Frieden geschenkt hat.

Wir haben immer die Möglichkeit und Freiheit, mit unserem Leben – was immer uns widerfahren mag – so umzugehen, dass für uns ein Sinn daraus sichtbar, fühlbar, ergreifbar wird. Unser Leben ist und bleibt dadurch bedeutsam und wertvoll, was auch immer geschehen mag. Diese Fähigkeit haben nach derzeitigem Erkenntnisstand nur wir Menschen innerhalb der Schöpfung. Diese Freiheit der Person ist uns geschenkt, und sie ist eine der wertvollsten Gaben, die wir Menschen ins Leben mitbekommen haben. Jede Situation ist eine Einladung an uns, dieses Geschenk zu nutzen. Denn es ist für uns entscheidend, ob wir verzweifeln, sinnlos leiden, zynisch werden oder mit dem Leben abgeschlossen leben oder ob wir ein „*Ja*“ zum Leben auch dann sprechen können, wenn es schwer, vielleicht auch zu schwer wird. Wir sind es, die unser Leben erleben (müssen). Deswegen ist es für uns auch entscheidend, wie und mit welcher Einstellung wir unser Leben leben. Wir besitzen die Fähigkeit, zu allem Stellung beziehen zu können. Dadurch wird es uns möglich, eine Einstellung und auch einen Wert in widerwärtigem Leid zu finden.

## **Die Frage nach der Zukunft**

Diese Pandemie stellt aber auch eine wichtige und existenzielle Frage, die unsere Zukunft betrifft: „*Wie wollen wir leben?*“ „*Wie wollen wir nach der Pandemie leben?*“. Unser Leben, jedes einzelne Leben, so wie wir es kannten, ist in Frage gestellt. Diese Pandemie verlangt uns viel ab. Nicht nur die Krankheit selbst, sondern auch die vielen Auswirkungen, die im Zusammenhang mit Covid 19 stehen, betreffen unsere Gesellschaften

---

<sup>3</sup> Viktor E. Frankl, *Ärztliche Seelsorge*, 2017, S. 27.

und die ganze Welt. Gewohnheiten, die uns zu Sicherheiten wurden, tragen nicht mehr. Jeder Lebens- und Arbeitsbereich, jedes private Leben ist in irgendeiner Weise direkt oder indirekt von den Auswirkungen der Pandemie betroffen. All unsere Lebensformen sind tangiert: unser Beziehungs- und Familienleben, unsere Art zu arbeiten, unsere Freizeit und unsere Gestaltung der freien Zeit. Schule, Bildung und Erziehung, ja fast alles Gewohnte ist unterbrochen, gehemmt oder in seinem Vollzug verändert. Viele wünschen sich Rückkehr zu Früherem. So schallt uns jeden Tag aus den Medien der Ruf entgegen: „Wir wollen unser altes Leben zurück!“ Normalität soll wieder einkehren, alles soll wieder seinen gewohnten, geregelten Gang gehen. Wäre ich Evolutionsforscher, würde ich die Hände über dem Kopf zusammenschlagen, denn nichts ist schlimmer als der Stillstand oder Rückkehr; nichts ist der Evolution ferner als ein immer weiter *Desgleichen*, als der Wunsch, es solle wieder so werden, wie es war. Erschütterungen brechen ins Leben ein und bringen es aus dem Gleichgewicht, bringen Ängste und Verunsicherung hervor; das sollte uns allerdings nicht zu sehr erschrecken. Veränderung bringt Unsicherheit, aber sie gehört zum Leben und Überleben. Ja, die Pandemie bringt unser Leben durcheinander. Zunächst darf ich mir eingestehen, dass mich diese Pandemie verängstigt, verunsichert, einsam und manchmal vielleicht ratlos macht. Kollektiv ist das natürlich auch eine Herausforderung. Die Frage nach der eigenen Identität wird gestellt: Wer bin ich, wer ist unsere Gesellschaft in und nach dieser Erfahrung der Krise? Was und wer gibt mir Halt, damit ich wieder sicheren Boden unter den Füßen finde, auf dem ich mich frei und gut bewegen kann? Wer zeigt mir den neuen Weg ins Leben, damit ich es wieder lieben kann? Wie finde ich zu mir zurück, damit ich wieder ich sein kann und darf, damit ich mich wieder entfalten und zeigen kann? Was und wer hilft mir einen Sinn in alldem zu erkennen, damit ich wieder gute Schritte in die Verwirklichung meiner Werte gehen kann?

Diese Krise deckt nochmal neu die globalen Zusammenhänge unseres Menschseins auf. Sie fordert unseren Lebensstil heraus, fragt, was wirklich wichtig ist im Leben und wie wir als Gesellschaft leben wollen. Die Frage, wie wir leben wollen, drängt uns ins Zentrum der Auseinandersetzung. Diese Krise zeigt uns die Vulnerabilität des Gesundheitswesens auf, welches ja zuerst für die verletzlichsten Personen unserer Gesellschaft da ist. Immer wieder werden in diesen Monaten Visionen

artikuliert, damit wir einen neuen Umgang mit uns, mit der Welt und mit unserem Leben lernen. Ob die Krise auch zur Chance wird und konkrete Früchte bringt, wird von uns abhängen. Es stellt sich dabei die Frage, ob und wie wir lernen – jede und jeder für sich, aber auch die Gesellschaften insgesamt –, mit den Erfahrungen der Krise umzugehen. Wollen wir denn wirklich zurück in unser altes Leben mit seinen vielen dunklen Seiten und Ungerechtigkeiten? Oder sagen wir das nur schnell heraus, ohne überlegt zu haben, was aus der gegenwärtigen Situation zu lernen ist und welche Veränderungen gut, notwendig und heilsam wären? Dazu müssten wir uns selbstkritisch mit den eigenen Emotionen und Einstellungen auseinandersetzen, aber auch zu Veränderungen in der Lebensweise bereit werden.

## Antworten finden

Alle auftauchenden Gefühle und Emotionen haben eine Botschaft, die jede und jeder Einzelne heben, näher anschauen und beantworten kann. Erst dann wird es möglich, verantwortlich und reflektiert neue Schritte ins Leben zu gehen. Es gibt die beiden Alternativen: ein Getriebener zu sein oder aber der Handelnde im eigenen Leben zu werden. Wir haben die Wahl, und natürlich ist es erstrebenswerter, der Handelnde zu sein. Die Frage ist nur, wie das gelingen kann. Es geschieht dadurch, zuerst zu sehen, genau hinzuschauen und dann zu erkennen, was das Leben mitteilt. Dies gilt es wahrzunehmen. Jede Situation stellt gewissermaßen eine Frage an mich. *„Das Leben selbst ist es, das dem Menschen Fragen stellt. Er hat nicht zu fragen, er ist vielmehr der vom Leben befragte. Der dem Leben zu antworten hat – das Leben zu verantworten hat.“*<sup>4</sup>, so formuliert es Viktor Emil Frankl. Sich diesem Anspruch des Lebens zu stellen, bedarf einer hohen Bereitschaft, sich mit dem Leben auseinanderzusetzen. Das scheint uns vielleicht ungewohnt, ist aber die eigentliche Herausforderung, vor die uns das Leben – auch unter normalen Umständen – stellt.

In jedem Augenblick unseres Lebens sind wir angefragt, dieses Leben wahrzunehmen, zu verstehen und dazu Stellung zu beziehen. Meist geht das wie automatisch und relativ geräuschlos vor sich. Stellen wir uns beispielsweise die Situation in einem Geschäft, etwa in einer Bäckerei vor.

---

<sup>4</sup> Viktor E. Frankl, *Ärztliche Seelsorge*, 2017, S. 28.

Dort haben wir uns zwischen verschiedenen Angeboten zu entscheiden. Entweder habe ich die Entscheidung schon getroffen und kaufe deswegen von den Kaisersemmeln, die ich gerne esse, oder ich stehe erst noch vor der Wahl, mich zwischen verschiedenen Sorten zu entscheiden. Manchmal merken wir dann, wie anstrengend eine solche Alltagssituation sein kann, denn hin und wieder fällt es uns auch hier nicht so leicht zu entscheiden, was wir nehmen sollen. Solche und andere Situationen zeigen, wieviel Gespür und wieviel Geduld es benötigt, gut mit unserem Leben umzugehen. Sie zeigen uns auch, dass immer wieder je neu eine Entscheidung von uns gefordert ist. Diese Erkenntnis ist wichtig, zeigt sie doch, wie unser Handeln positiv „funktioniert“ oder aber behindert wird. Nicht alle Entscheidungen können und müssen sofort getroffen werden. In manchen Situationen sind wir auch zum Aushalten aufgefordert, bis sich ein Umgang und eine Antwort für die jeweilige Gegebenheit zeigt. Dies ist eigentlich kein außergewöhnlicher Vorgang, nur haben wir oft nicht gelernt, in kleinen achtsamen Schritten auf eine Situation zu blicken und mit ihr umzugehen. Wir sind es eher gewohnt, schnell und situativ zu entscheiden. Uns hier in Achtsamkeit und im Gespür für uns selber einzufinden, ist eine Aufgabe, die für uns im Umgang gerade mit neuen, vielleicht uns überfordernden Situationen hilfreich sein kann. Das braucht seine Zeit.

Zeit ist ein Faktor, der uns helfen kann, adäquat mit uns umzugehen und bei uns zu bleiben. Diese Zeit dürfen wir uns schenken, weil sie uns gegeben ist. Wir benötigen sie auch, denn es geht um das Wohlergehen unserer eigenen Person. Wenn wir darauf achten, können wir unsere Freiheit zum eigenen Wohl und zum Wohl anderer leben und gestaltend einbringen. Dadurch kommt die Würde und Fähigkeit der Person zur Geltung. Der Person in uns zur Geltung, zu einer für uns und andere sichtbaren Gestalt zu verhelfen, ist eine der größten Aufgaben unseres Lebens. Hierin kompetent zu werden, ist in dieser Krise der Pandemie und auch sonst eine wichtige Aufgabe, der wir uns stellen sollten. Dabei kann die beratende oder therapeutische Hilfe unterstützen.

Wie also wollen wir leben? Welche Antworten verlangt das Leben von mir und von uns heute? Dies sind die Fragen, die nicht nur in der Pandemie und in der Zeit danach wichtig und bedeutsam sind. Sie stellen sich ununterbrochen neu. Wir dürfen sie nun aber klarer und

aufmerksamer sehen, werden ein Stück weit und auch abrupt auf sie gestoßen, auf sie aufmerksam gemacht. Vielleicht merken wir gerade jetzt in der Zeit der Pandemie, wie sehr uns das Leben mit diesen Fragen konfrontiert und in seinen verschiedenen Situationen ehrliche Antworten von uns verlangt. Jetzt zeigt sich existentiell, dass gerade die neuen unbekannteren Situationen der Gegenwart auch neue Antworten von uns verlangen. Wir dürfen lernen, dass die Antworten nicht im Leben vorliegen. Nicht das Leben ist uns Antworten schuldig. Es ist umgekehrt: Das Leben stellt die Fragen, und wir sind gefordert, unsere, ja meine persönliche Antwort zu geben. Das ist ein Blickwinkel, den wir vielleicht so nicht gewohnt sind. Viktor Emil Frankl formuliert. „*Das Leben ist es, das die Fragen stellt, wir sind es, die zu antworten haben.*“<sup>5</sup> Eine solche Weise, auf das Leben zu blicken und mit ihm umzugehen, kann uns die Richtung weisen. Wir sind die Subjekte unseres Daseins. Wir haben es in der Hand, wie es uns mit dem Leben geht, wie wir mit dem Leben umgehen. Was das Leben uns vorlegt an Situationen, an Schicksalen und Herausforderungen, das können wir meist nicht beeinflussen. Die Pandemie ist ein Beispiel dafür. Sie fordert uns persönlich und als Gesellschaft heraus, Antworten zu geben und einen guten Umgang mit ihren Folgen zu finden. Jede und jeder wird in diesen Monaten persönlich angefragt. Es wird spürbar, dass alte Antworten, die wir zu geben gewohnt waren, nicht mehr tragen. Wir sind aufgefordert, authentischere Antworten zu finden. „*Neuer Wein muss in neue Schläuche*“, sagt Jesus einmal (Mk 2,22). Das zeigt sich auch hier. Diese Herausforderung können wir als Chance begreifen. Wir haben die Möglichkeit und die Freiheit, unsere Antworten zu finden. Das braucht ein bisschen Übung. Das braucht ein bisschen Geduld und vielleicht ein bisschen Mut zu Neuem. Mit der Zeit wird es gelingen.

## **Gott, die unendliche Liebe**

Vinzenz Pallotti spricht von Gott als der unendlichen Liebe, die uns geschenkt ist. Diese unendliche Liebe dürfen wir entgegennehmen und uns selber zuteilwerden lassen. Wir dürfen sie in unserer eigenen Tiefe finden. Denken wir an das oben beschriebene Bild des Spiegels und der Gesichter. Wenn wir üben, uns in das Bild und in das Licht der

---

<sup>5</sup> Viktor E. Frankl, *Ärztliche Seelsorge*, 2017, S. 28.



unendlichen Liebe Gottes zu stellen, dann wird uns dieses Bild ein Gesicht sein, das unser Gesicht sieht. Wir dürfen in sein Gesicht schauen. Langsam können wir verwandelt werden, so dass wir diese unendliche Liebe nicht nur in Gott, sondern auch in uns wahrnehmen können. Wir können uns mit dieser erfahrenen Liebe uns selber zuwenden, in aller uns möglichen Zärtlichkeit. Nur wenn wir uns selbst lieben, können wir andere lieben. Nur wenn wir erfahren geliebt zu werden, können wir uns selbst lieben. Aus dieser Liebe, aus der Zuwendung zu uns selbst werden wir ein Gespür für die Antworten bekommen, die wir dem Leben zu geben haben, die wir um uns selber willen dem Leben schuldig sind. Dann „verantworten“ wir unser Leben. Es kann für uns Menschen nichts Größeres und Schöneres geben, als unser Leben selbst zu verantworten. Dies spiegelt unsere Würde und entspricht unsere Freiheit. Es ist die einmalige Möglichkeit des Menschen, als Mensch sinnerfüllt leben zu können. Die Pandemie mit ihren Herausforderungen bietet uns eine unerwartete Chance, diese Möglichkeiten und dieses, uns eigene Leben zu ergreifen.

Diese Pandemie kann uns mit all ihren Gesichtern tiefer ins Leben, tiefer in uns selber, und tiefer in Gott hineinführen, vielleicht in eine Tiefe, von der wir noch gar nicht ahnen, dass es sie gibt. Vielleicht mussten wir noch nie einen Weg in diese Tiefe gehen oder aber haben es bisher nicht gewagt. Lebenskrisen, wie auch immer sie sich zeigen mögen, sind immer Hinweise und Möglichkeiten, uns neu, weiter und tiefer ins Leben hineinzuwagen. Im Auftauchen aus der Tiefe werden wir neue Klarheit, neue Lebensmöglichkeiten und Freiheitsgrade gewonnen haben. Hören wir also auf die Fragen, die das Leben uns vorlegt. Hören wir auf die Stimme der Gegenwart, die uns anspricht und die uns zur Antwort auffordert. Und lassen wir uns ein, wenn manches auch Neuland für uns ist. Suchen wir uns Beratung, Begleitung oder Therapie, wenn wir alleine nicht weiterkommen. Die Herausforderungen unseres Lebens können groß und für uns zu groß sein. Scheuen wir uns nicht, uns manche Hilflosigkeit und manche Frage einzugestehen, sondern wagen wir uns hinein in neues unbekanntes Leben, auch wenn wir nicht wissen, was uns erwartet. Wir können die Antwort geben und den Sinn nennen, den es haben wird.

#### Literatur:

Frankl, Viktor E., (2017) Ärztliche Seelsorge.

Die verschiedenen Beiträge wollen in der gegenwärtigen Pandemie ermutigen: Wie ist Vinzenz Pallotti mit der Cholera in Rom zurechtgekommen, wie Richard Henkes im KZ Dachau mit Typhus, und wie kann man heute in Krisen und Krankheiten Hoffnung und Zuversicht finden und „trotzdem Ja zum Leben sagen“, wie Viktor Frankl auffordert? – Beispiele von Gottvertrauen einerseits und von Solidarität und Zusammenhalt andererseits. Mit einer ausführlichen Dokumentation aus der Allgemeinen medizinischen Zeitung von 1837 über die Choleraepidemie in Italien.



9 783876 14 1442

Pallotti Verlag 2021  
ISBN 978-3-87614-144-2