



Seelsorge

Die Hilfe kommt per SMS

Ein SMS an die Kurznummer 767, und spätestens innert 24 Stunden hat man eine erste Antwort.

BILD GETTY

Seelsorge per SMS? Das klingt zunächst absurd. Doch seit über zehn Jahren zeigt sich, dass Nothilfe auch in der Kurzversion möglich ist.

VON ARNO RENGGLI

«Ich habe grosse Probleme und keine Lust mehr zu leben. Ich hasse meinen Stiefvater, der mich schlägt. Helfen Sie mir.»

«Ich weiss nicht mehr weiter. Meine Eltern lassen sich scheiden. Kann ich euch vertrauen?»

«Ich drehe jetzt dann durch und brauche dringend eine Antwort.»

So lauten Mitteilungen, die täglich bei der SMS-Seelsorge eintreffen. Mittlerweile nutzen jährlich rund 700 Menschen das Angebot, auf anonyme Weise um Rat zu fragen. 1999 wurde es als Ergänzung zur Internet-Seelsorge ins Leben gerufen, mitgetragen und finanziert sowohl von der katholischen wie der reformierten Kirche der Schweiz.

Doch kann man per SMS überhaupt helfen? Mit diesem Prototyp moderner

Kürzestkommunikation? In Situationen, die oft komplex und verzwickelt sind?

Kostenlose Hilfe

«Diese Kürze hat auch einen Vorteil», meint Hans Peter Murbach, Leiter der SMS-Seelsorge. «Die Hilfesuchenden kommen schnell auf den Punkt. Zudem ist die Kommunikation in der Regel nicht nach einem Frage- und einem Antwort-SMS beendet. Meistens läuft eine Beratung über vier bis zehn SMS.» Für seine SMS bezahlt der Absender nur das, was sein Handy-Abo vorsieht, und für die erhaltenen SMS gar nichts. Längst sind es nicht mehr nur junge Menschen, die das Angebot annehmen. «Im Trend verbreitert sich die Alterspalette», sagt Murbach. Die Notsituationen haben sehr häufig mit Beziehungen zu tun, mit familiären Konflikten, manchmal auch mit Sexualität. Oft steht dahinter aber auch, dass jemand seinen Lebenssinn verloren glaubt.

Eine heikle Aufgabe für die acht Seelsorgerinnen und Seelsorger. Und gerade darum sind alle psychologisch geschulte Fachleute. «Im Gegensatz zu einer persönlichen Beratung sieht der Experte ja weder, in welchem Zustand der Hilfesuchende ist, noch wie er auf

Antworten reagiert. Das ist eine sehr schwierige Situation, und man muss sehr vorsichtig sein, um die Lage nicht womöglich noch zu verschlimmern.»

Off fehlt der Schluss

Umgehen müssen die Seelsorger auch mit dem Umstand, dass sie häufig kein Feedback erhalten, ob sie helfen konnten. «Schön ist natürlich, wenn man

«Man sieht nicht, wie der Fragende reagiert.»

HANS PETER MURBACH

ein Dankes-SMS erhält. Oft aber bricht die Kommunikation ab, man vermisst trotz Nachfragen nichts mehr. Diese Ungewissheit, die gerade bei möglicher Suizidgefährdung des Hilfesuchenden sehr schwer wiegt, muss man ertragen.»

Nicht immer können die Seelsorger selber antworten. Aber sie verfügen über ein Netz an fachspezifischen Beratungsstellen, an die sie weiterverweisen können. Ziel sei es, so Murbach, dass ein Hilfesuchender auf die erste Kontaktaufnahme innerhalb von 24 Stunden eine erste Rückmeldung bekommt. Der

weitere Rhythmus hänge dann vom Verlauf der Beratung ab.

Christliche Werterhaltung

Eher selten sind laut Murbach Fragen, die direkt Spiritualität betreffen. In den Antworten aber soll Spiritualität auch einfließen. «Wir kommunizieren klar, dass wir eine kirchliche Institution sind, die auf einer christlichen Werterhaltung basiert. Gerade bei einer Beratung, die sich um Lebenssinn dreht, spielt Spiritualität eine Rolle.» Der Seelsorger versuche im Einzelfall herauszuspielen, wie viel davon angebracht ist. «Unser Ziel ist es aber nicht, zu missionieren, sondern konkret zu helfen.»

Trotz aller Not, mit der die Experten konfrontiert werden: Manchmal kommen auch «schöne» Fragen: «Es gibt fast nichts, was es nicht gibt», schmunzelt Hans Peter Murbach. «Kürzlich schrieb uns ein Mädchen: Ich bin verliebt in einen Klassenkameraden. Wie soll ich es ihm sagen?» Und auch darauf gab es eine gute Antwort. Kurz und knapp per SMS.

HINWEIS

► SMS-Seelsorge neu über die Kurznummer 767. Weitere Infos unter: www.seelsorge.net

Täglich neue Entscheidungen

Zum Jahreswechsel machen sich viele von uns grundsätzliche Gedanken zu ihrem Leben. Wir nehmen uns Zeit, wichtige Entscheidungen zu treffen. Wie kann ich mich mit mehr Sport fit halten? Wie soll ich mich beruflich entwickeln? Welchen Menschen will ich ganz bewusst meine Zeit widmen? Doch kaum hat uns der Alltag ein

GEDANKEN ZUM SONNTAG

Von Ioan L. Jebelean



geholt, scheinen die bewusst getroffenen Entscheidungen und Vorsätze vergessen.

Die wichtigen Entscheidungen fallen uns erst dann wieder ein, wenn etwas schliefgelaufen ist. Wenn wir plötzlich merken, dass uns der Job Bauchweh macht oder eine Erkältung unseren überstrapazierten Körper ins Bett zwingt. Wenn wir das Gefühl bekommen, dass sich Freunde und Familie den Alltag ohne uns eingerichtet haben. Und ist ein Problem erst mal akut, wird es schwierig, die richtigen Entscheidungen zu treffen.

In diesen Momenten wünschen wir uns, wir hätten die guten Vorsätze ernst genommen und im Alltag umgesetzt. Denn gerade in Krisensituationen steigt der Druck, schnell die richtige Entscheidung zu treffen. Wir fürchten, dass wir uns später eine falsche Entscheidung vorwerfen könnten. Aber auch wenn wir nichts ändern, entscheiden wir uns im Grunde, alles beim Alten zu lassen. Und egal wie durchdacht auch eine Entscheidung ist: Wir kennen die Zukunft nicht und können nicht alle Konsequenzen voraussehen. Damit müssen wir leben. Wir können aber versuchen, Entscheidungen bewusst und ohne Druck zu fällen.

Nun haben wir bereits fast den ganzen Januar hinter uns. Überdenken Sie doch wieder mal Ihre Vorsätze zum neuen Jahr! Machen Sie sich bewusst, wo die grossen, wichtigen Entscheidungen anstehen. Gönnen Sie sich die Zeit, die in Ruhe zu treffen. Vielleicht ist der kommende Sonntag der richtige Zeitpunkt für dieses Vorhaben?

Ioan L. Jebelean ist christkatholischer Pfarrer in Luzern.

NACHRICHTEN

Glaubenskonflikte in Nigeria

Jos – Im nigerianischen Jos ist es zu heftigen Ausschreitungen zwischen Christen und Muslimen gekommen. Auslöser war ein Brandanschlag muslimischer Jugendlicher auf eine mit Gläubigen gefüllte christliche Kirche und zuvor der Bau einer Moschee. Die Stadt liegt an der Nahtstelle zwischen dem muslimischen Norden und dem christlich geprägten Süden Nigerias. Mission 21 bedauert diese Entwicklung in einem Gebiet, in dem sie sich mit ihrem Projekt «Religion in Freiheit und Würde» für ein friedliches Zusammenleben aller Religionen und Kulturen einsetzt. (pd)

Deutsche wegen Glauben verfolgt

Nashville – In den USA hat ein deutsches Paar, das mit seinen fünf Kindern wegen der allgemeinen Schulpflicht in Deutschland in die USA geflohen ist, politisches Asyl erhalten. Die Eltern unterrichten ihre Kinder zu Hause. Ihren Asylantrag begründen sie damit, dass sie wegen ihres christlichen Glaubens verfolgt würden. (ap)

Einsiedler

Hier ist man dem Himmel noch näher

Moderne Einsiedler sind auch Ratgeber. Bruder Nikodem Rööslü lebt es vor in einer Eremitage im Kanton Zug. Dort fühlt er sich den Menschen am nächsten.

Am liebsten ist Bruder Nikodem Rööslü allein. Dabei ist seine neue Einsiedelei gar nicht so abgelegen. Der 70-jährige Kapuziner aus dem Entlebuch ist seit einigen Monaten Spiritual im Kloster Maria Hilf. Vor kurzem hat er dort, auf dem Gubel in Menzingen, seine neue renovierte Eremitage bezogen; ein kinkelgelbes Haus mit grünen Fensterläden gleich neben der Klosterkirche. «Am Vormittag bin ich normalerweise nicht zu sprechen», sagt Bruder Nikodem. Der Morgen ist die Zeit des Rückzugs, der Meditation, des Gebets.

Vernetzt

Dann, am Nachmittag und abends, hat er Zeit für die Anliegen aller, die seinen Rat suchen. Das sind Leute von nah und fern. Den 22 Schwestern des Klosters Maria Hilf ist er Vertrauensperson. Er nimmt ihnen die Beichte ab, gestaltet die Messe mit und wird sie künftig in der geistlichen Weiterbildung unterstützen. Jeden zweiten Tag steht er



Leben über dem Nebel: Bruder Nikodem Rööslü. BILD DOMINIK HODEL

um 1.30 Uhr nachts auf, um an der ewigen Anbetung teilzuhaben. «Die Schwestern beten abwechselungsweise während 24 Stunden, Tag für Tag.» Heute sei er allerdings ausgeschlafen. Sein Tag hat erst um 6 Uhr begonnen.

Das Haus, in dem der Spiritual jetzt lebt, stammt aus dem 16. Jahrhundert. Ein Sprechzimmer, ein kleines Schlafzimmer, ein Büro, ein Gästezimmer. Noch riecht man die Farbe, den aufgefrieschten, alten Parkett. «Eigentlich wurde das hier das Herrenhaus genannt», erklärt Bruder Nikodem. Unpassend, findet er. Jetzt heisst es Einsiedelei. Ein Gemälde hängt im Treppenhaus; der Bristensee. «Wenn die Sonne durchs Fenster scheint, dann leuchten die Farben. Es gäbe keinen besseren Platz dafür.» Seine Gespräche führt der Spiritual persönlich, manchmal per E-Mail, oft per Telefon. Das rote Leuchtglas am Anrufbeantworter blinkt. «Sehen Sie, eine neue Nachricht.» Bruder Nikodem lächelt. Er ruft die Ratsuchenden immer zurück.

Erst im Alter von 63 Jahren ist Bruder Nikodem zum Einsiedler geworden, obwohl er «die Neigung, zurückgezogen zu leben, von klein auf» gehabt habe. «Ich musste den Oberen aber erst beweisen, dass ich allein sein kann.» Ein Testjahr in Südfrankreich zeigte, dass dem so ist. «Dort habe ich substanzielles Schweigen gelernt.» Die Abgeschlossenheit gebe ihm eine besondere Qualität des Schweigens und der inneren Stille, aus der er Kraft schöpft. Allein ist er den Menschen nah. Spürt, was sie beschäftigt. «Still zu werden, ist eine religiöse Berufung für die Welt.» Wenn sich Grosses ereigne, wie das

Erdbeben auf Haiti, dann sei es aber manchmal auch ein Kampf, in innerer Ruhe damit zurechtzukommen.

Spirituelle Reiseleiter

Die Arbeit als Spiritual in einem Frauenkloster ist für ihn eine Premiere. «Ich habe eine heitere Stimmung angetroffen und nüchterne, lebenserfahrene Frauen.» Bruder Nikodem war schon als Arbeiter-seelsorger im Unerland tätig, zuletzt lebte er während sechs Jahren als Einsiedler im Tschütschi ob Schwyz, auf 712 Metern über Meer. Der Gubel liegt rund 200 Meter höher. Bruder Nikodem begleitete Kurse in Ikonmalerei, Sakraltanz, war 17 Mal als spiritueller Reiseleiter in der marokkanischen Wüste unterwegs. Besonders beeindruckend fand er die Toleranz, die Achtung, mit der sich Christen und Muslime dort begegneten.

Bruder Nikodem ist froh, jetzt einen geregelteren Tagesablauf zu haben. Vor zwei Jahren zwang ihn eine Krankheit, kürzerzutreten. «Seither bin ich schneller müde, alles geht ein wenig langsamer.» Die Nachbarschaft zum Kloster bringt Annehmlichkeiten mit sich. Er müsse zum Beispiel nicht mehr selber kochen. Das geniesse er sehr. Bruder Nikodem lächelt zufrieden. «Mein Leben ist jetzt noch sorgloser.» Die Sonne scheint durch das Fenster. Über dem Tal hängt Nebel. Tatsächlich. Hier fühlt man sich dem Himmel ein Stück näher.

ANDRÉE STÖSEL