

Elija

Der Prophet Elija wirkte im neunten Jahrhundert vor Christus. In seiner Zeit litten die Menschen unter einer Dürre, die eine große Hungersnot mit sich brachte. Durch Elijas Taten erwies sich Jahre als ein Gott, der bei den Menschen ist und Leben gibt, auch in tödlicher Bedrohung und Ausweglosigkeit.

Individuelle Krise

Elija wird oft als (Lebens)krisen-Prophet beschrieben. Die Bibel skizziert im 1. Buch der Könige, Kapitel 19 sozusagen das Urbild des völlig erschöpften und ausgebrannten Menschen: *Gott, ich kann nicht mehr*, ruft Elija in der judäischen Wüste unter einem Strauch liegend aus, bevor er vor Erschöpfung und sich nach dem Tod sehnd, einschläft. Ein Engel weckt ihn, bietet ihm frisch gebackenes Brot an und fordert ihn auf, Brot zu essen, Wasser zu trinken und weiterzugehen. Er tut dies mit den Worten: *Steh auf und iss! Sonst ist der Weg zu weit für dich*. Gott stellt Elija mit dem Engel ein Gegenüber an die Seite, das ihn aus der Erschöpfung und Lethargie reißt, ihm Stärkung anbietet; die sinnliche Erfahrung hilft dem Propheten, sich der eigenen Kräfte, Stärken und Ressourcen wieder bewusst zu werden. Der Engel stärkt ihn nicht nur, sondern fordert ihn dann auch auf, weiterzugehen; er gibt ihm eine sinnvolle Aufgabe, erteilt einen eindeutigen Auftrag, ermöglicht weitere sinnliche Erfahrungen. 40 Tage geht Elija derart gestärkt Tag und Nacht durch die Wüste, gelangt am Ende der Reise in eine Berghöhle, in der er die Nacht verbringt.

Am nächsten Tag begegnet ihm Gott, der ihn fragt: *Was willst du hier, Elija?* (1. Könige 19,14). Diese Frage konfrontiert Elija mit der Vergangenheit, mit seinen Erfolgen und seinem Scheitern und seiner Interpretation dieser Ereignisse; sie zeigt ihm aber ebenso, dass sein Leben einer Neuausrichtung bedarf. Diese Begegnung verändert ihn. Elija wandert nach Damaskus und übergibt sein ihm so wichtiges Prophetenamt an einen Jünger.

Die Geschichte Elias ist Urbild einer Lebenskrise. In sehr alten – vertrauten – Bildern beschreibt diese Erzählung die einzelnen Stufen einer Lebenskrise: Ausbruch der Krise im Scheitern – Fluchtversuch in großer Angst – Wüste der Leere und Resignation – Todeswunsch und Schlaf – Wanderung durch Tag und Nacht – Aufenthalt in der Höhle – Aufstieg auf den Berg – Neue Gotteserfahrung – Rückkehr in die Stadt.

Kachler, 2010, 8

Gesellschaftliche Krise

Auf der Metaebene betrachtet, war die Zeit von Elijas Prophetenschaft eine Epoche sozialer, politischer Unruhen und religiöser Streitigkeiten zwischen dem israelischen monotheistischen Glauben und polytheistischen Kulturen.

Zugleich war die Ära in Israel von Marginalisierung und Rechteverlusten der Landbevölkerung gekennzeichnet; das Königshaus gebärdete sich zunehmend autokratisch und landhungrig. Dagegen sprach sich Elija öffentlich aus. Eine schwere Dürre verschärfte die Krise und verursachte Hungersnöte.

Referenzen

Jörg Sieger (2020): Die Bibel – Prophetentum:
www.joerg-sieger.de/einleit/spez/04proph/spez_e4.htm

Roland Kachler (2010): Wege aus der Wüste. Was in Krisen hilft.
Ostfildern: Matthias-Grünewald.

BibleProjekt. (2020). Buchvideo: Könige:
www.youtube.com/watch?v=n7TrGldij-o&t=415s

*Du hast mich aus dem Frieden hinausgestoßen;
ich habe vergessen, was Glück ist. Ich sprach: Dahin
ist mein Glanz und mein Vertrauen auf den Herrn.*

Klagelieder 3,17–18



Was hilft in der Krise?

Du hast mich aus dem Frieden hinausgestoßen; ich habe vergessen, was Glück ist. Ich sprach: Dahin ist mein Glanz und mein Vertrauen auf den Herrn.

Klagelieder 3,17–18

Dieses ca. 2600 Jahre alte biblische Zitat beschreibt sehr gut, was die meisten Menschen in einer Krisensituation empfinden: die Krise bringt unser Leben aus dem Takt; sie zwingt uns dazu, gewohnte Bahnen zu verlassen und vertraute Muster aufzugeben. Eine Krise ist ein Ereignis, das sich außerhalb des Erwartbaren und bisher Erfahrungen (Filipp & Aymanns, 2018, 31) bewegt; es liegt jenseits der Alltagserfahrungen, setzt vertraute Regeln und Normen außer Kraft und ist von starken Emotionen begleitet. Bei den Betroffenen entsteht der Eindruck, dass das Leben „danach“ nicht mehr so sein wird wie „zuvor“. Der Begriff Krise stammt vom Griechischen κρῖσις /krísis ab und bedeutet einerseits Zuspitzung, andererseits Trennung.

Es ist zu unterscheiden zwischen

- schicksalhaft bedingten Krisen (etwa Krankheit, Verlust eines Menschen durch Tod oder Naturkatastrophen)
- gesellschaftlich bedingten Krisen (z. B. Verlust des Arbeitsplatzes, Scheidung, Burnout-Entwicklungen)
- „man made disasters“ (Überfälle; sexuelle Gewaltakte; Vertreibung, Flucht, Krieg)

Hofer-Moser et al., 2020,31

Dabei ist oft die Zuordnung nicht eindeutig: Gehört etwa die COVID-19-Pandemie in die erste oder dritte Kategorie?

Individuelle Krisen sind universal; sie sind mehr oder weniger allen Menschen im Lebenslauf vertraut. Was aber als Auslöser für eine Krise erlebt wird und welche Mechanismen sich als relevant für die Bewältigung erweisen, ist stark abhängig von den individuellen Gegebenheiten (z.B. Geschlecht, Alter) und gesellschaftlichen Kontexten (Kultur, Religion etc.).

Vanderheiden, 2020

Die Globalisierung, die Vernetzung der Welt durch Medien und Digitalisierung führen dazu, dass sich globale Abhängigkeiten verstärken, dass ihre Folgen weiter reichen, aber auch bewusster wahrgenommen werden. Das zeigt sich am Beispiel der Corona-Pandemie. Sie ist etwas gänzlich Neues: bislang kannten wir nur territoriale, lokale, und transnationale Krisen; globale Krisen waren weitgehend unbekannt. Einzige Ausnahme ist der Klimawandel; aber der wird – anders als die Pandemie – von vielen nicht als globale Krise akzeptiert.

Die Belastungs- und Bewältigungs-Forschung beschäftigt sich seit vielen Jahrzehnten mit der Frage, was Menschen dabei unterstützen kann, Krisen konstruktiv zu bewältigen und – im Idealfall – positiv aus ihnen hervorzugehen. Besonders relevant ist dabei das Salutogenese-Konzept des Medizinsoziologen Aaron Antonovsky (1979, 1987): Er untersuchte Frauen, die die Konzentrationslager überlebt hatten und beschrieb diejenigen Faktoren, die Menschen gesund und widerstandsfähig erhalten.

Grundannahme seines Resilienzmodells ist der Kohärenzsinn als eine „globale Orientierung“; er setzt sich zusammen aus den Komponenten

- **Verstehbarkeit** (Fähigkeit, die Situation auf ihre Ursachen hin zu analysieren)
- **Handhabbarkeit** (Wissen um die eigenen Ressourcen) und
- **Sinnhaftigkeit** (Sinnhaftigkeit eines Bewältigungsversuches).

Krisen konfrontieren uns – individuell oder familiär oder gesellschaftlich – mit existentiellen Fragen und geben uns so potentiell die Chance, einen neuen Standort zu bestimmen und eine Neuausrichtung vorzunehmen.

Dennoch kann nicht allgemein unterstellt werden, dass jede Lebenskrisen Lerngelegenheit ist und Chancen bietet. Viele Menschen zerbrechen an einer Krise, entwickeln psychische Störungen oder körperliche Symptome; manche zerbrechen daran, bis hin zu Suiziden.

Krisen fungieren wie Brenngläser: sie zeigen Stärken und Schwächen in neuem, scharfem Licht. Bei individuellen Krisen fokussiert das Brennglas je nach Anlass vielleicht

auf zwischenmenschliche Beziehung; bei einer Trennung oder Scheidung bin ich vielleicht aufgefordert, meine Grundannahmen über eine bestimmte Person oder Beziehungskonstruktionen zu überdenken. Bei Krankheit oder Verlust eines geliebten Menschen fordert die Krise möglicherweise dazu auf, bisherige Wertehierarchien und Selbstverständlichkeiten neu zu justieren.

Dies gilt gleichermaßen für kollektive Krisen: So zeigt uns etwa die COVID-19-Pandemie, wie fragil unsere Normalität ist, etwa in Bezug auf Arbeitsalltag, Konsum- und Ausgehverhalten. Wie schnell können sich soziale Regeln wie Begrüßungsrituale ändern, wie schnell entsteht Einsamkeit; wir müssen sogar zulassen, dass geliebte Menschen ohne unseren Beistand leiden oder gar sterben müssen. Die Krise offenbart aber auch, wie rasant sich vorhandene Ungleichheiten verschärfen können: zwischen Arm und Reich, zwischen Menschen, die unterschiedlichen kulturellen Gruppen zugeordnet werden. Auch globale Unterschiede traten deutlicher ins allgemeine Bewusstsein.

Auf unserer Website prophetisch.com haben wir einige Gesprächsanregungen und Hintergrundinformationen für Sie zusammengestellt.



Referenzen

Aaron Antonovsky (1979): Health, stress and coping. San Francisco: Jossey-Bass.

Aaron Antonovsky (1987): Unraveling the mystery of health. How people manage stress and stay well. San Francisco: Jossey-Bass

Otto Hofer-Moser, Gerhard Hintenberger, Melitta Schwarzmann, Rita De Dominicis, Franz Brunner (2020): Krisenintervention Kompakt. Theoretische Modelle, praxisbezogene Konzepte und konkrete Interventionsstrategien. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

Sigrun-Heide Filipp & Peter Aymanns (2018): Kritische Lebensereignisse und Lebenskrisen (2nd ed.). Stuttgart: Kohlhammer.

Elisabeth Vanderheiden (2020) „In the depths of winter, I finally learned that within me there lay an invincible summer.“ Life Crises, Shame Experience and Coping with the Support of Digital Media. In: Claude-Hélène Mayer & Elisabeth Vanderheiden, (ed). Investigating an Emotion in Digital Worlds and the Fourth Industrial Revolution: Shame 4.0 Cham: Springer International.