

Trost

Es ist gleichsam die Ursituation, die wir alle, ob Intellektuelle, handfest Zupackende, →Familienmenschen oder als Single Lebende, mit dem Trösten verknüpfen: das weinende →Kind, das von der Mutter auf den Arm genommen wird, mit der Hand über den Kopf gestreichelt bekommt und dem zugesprochen wird, dass alles wieder gut werden wird.

Trost benötigt, wer körperlichen Schmerz oder seelischen Kummer empfindet, wer trauert, dass er jemanden verloren hat, wer sich allein gelassen fühlt, wem das Leben einen Strich durch sein Bild von der Wirklichkeit und seine Lebensplanung gemacht hat, wer genötigt

wird, sich mit der →Erfahrung auseinanderzusetzen, an eine unverrückbare Grenze gestoßen zu sein: eigene Krankheit, eine verheerende Diagnose, der Tod einer nahestehenden Person, der Verlust der Arbeitsstelle, die Konfrontation mit dem eigenen Alt- oder Gebrechlichwerden, Trennung, Fehler, die im Leben begangen wurden, Enttäuschung durch die eigenen Kinder, dauerhaftes Angewiesensein auf die Hilfe anderer.

Kein Zweifel, dass es einem dann gut tut, Trost zu erfahren. Denn der tut gut, verleiht Kraft oder gibt wenigstens Zuversicht, also eine Perspektive über das gespürte →Leid hinaus. Interessanterweise hängt das Wort „Trost“ sprachgeschichtlich ja mit „Treue“ und →„vertrauen“ zusammen und verweist in seiner indogermanischen Wurzel auf den Baum. Auch von diesem Befund her also ist „Trost“ mit der Bedeutung „innere Festigkeit“ aufgeladen (Weymann 1989: 43–46). Und Trösten als Handlung meint eine spezifische Art der zwischenmenschlichen Zuwendung und des einfühlsamen Helfens gegenüber einem →Menschen, der Traurigkeit und Leid empfindet. Dabei spielt es keine Rolle, ob diese Zuwendung in Zuspruch oder →Ges-ten Gestalt annimmt oder in bloßem Zugegensein und der Bereitschaft zuzuhören. Schon vor zweieinhalb Jahrtausenden hielt Aristoteles in seiner großen Ethik fest, dass das Sehen der Freunde eine Hilfe gegen den Schmerz sei; „denn der Freund tröstet durch seinen Anblick und durch sein Wort, wenn er gewandt ist; denn er kennt den Anderen und woran jener Schmerz und Freude empfindet“ (Nikomachische Ethik IX: 11). Auch die Zitation fester Sentenzen aus heiligen Schriften und vorgefertigter →Gebete sowie →Rituale können, wenn sie nur wahrhaftig vollzogen und situationsbezogen verstanden werden, Medien und Ausdrucksformen des Tröstens sein.

Trost kann weder erzeugt noch herbeigezwungen werden; er ist vielmehr etwas, was sich gibt oder schenkt – oder eben verweigert. Und Trost in schweren Notlagen anzubieten bzw. zu „spenden“, ist nach einem bemerkenswerten Wort des Philosophen Jürgen Habermas (1985: 52) „der harte Kern religiöser Praxis“. Damit ist eine große Chance benannt, aber auch ein großes Risiko. Denn Trost kann im Nu

auch zum „billigen Trost“ oder gar zur „Vertröstung“ verkommen. Überschritten wird die Grenze dann, wenn Zuversicht durch Ausblendung der leidvollen Realität, durch täuschende Versprechungen, durch bagatellisierende oder fromme Floskeln geweckt werden soll. Besonders fragwürdig und menschenverachtend wird das Trösten dann, wenn die empfundene Not eigentlich abgestellt werden könnte oder wenn tröstende Worte dazu missbraucht werden, sich vor unangenehmen Nachfragen zu schützen (Weyhofen 1989). Auch die Mutter, die ihr Kind tröstet, leugnet ja nicht den von diesem empfundenen Schmerz, sondern stellt ihn „lediglich“ in den größeren Kontext eines grundlegenden Geborgenseins und eines über den Augenblick hinausreichenden Vorher und Nachher.

Zu beidem, zum Trösten als Herstellen einer Beziehung und zum Trost als etwas, was sich in Inhalten, Erfahrungszeugnissen und religiösen Sinndeutungen niederschlagen kann, gibt es seit der Antike in reichem Maß literarische Darlegungen und Praxisanleitungen. Sie tragen klassische Titel wie „Trost der Philosophie“ (ein berühmtes Buch des Philosophen Boethius, geschrieben in der Haft), „Büchlein der göttlichen Tröstung“ (verfasst von Meister Eckhart für die Königin Agnes von Ungarn) oder „Vom inneren Trost“ innerhalb des „Buchs von der Nachfolge Christi“ (Thomas von Kempen). Auch in der →Bibel ist Trost und Trösten ein großes Thema, vor allem im Zusammenhang mit der Erfahrung des Exils (Jes 40–55) und der Ankündigung eines neuen Bundes (bes. Jer 30–34), sowie in den Psalmen. Nicht zu vergessen, dass sich im Neuen Testament die Rede vom „Geist Gottes“ unserer Greifbarkeit zwar weitgehend zu entziehen scheint, aber eben doch darin konkret wird, dass er als „der Tröster“ (griech. der *Paraklet*, was auch Anwalt bedeutet) bezeugt ist.

Ärztinnen und Ärzte, Pflegerinnen und Pfleger, Seelsorgerinnen und Seelsorger geraten bei der Begleitung kranker Menschen vielfältig in Situationen, in denen diese Trost brauchen. Davon etwas zu geben, ist nach Überzeugung der Tradition des →Christentums, aber auch der damit verwandten Religionen, ein Werk geistlicher

Barmherzigkeit (Schneider-Harpprecht 1989). Und auch eine Gesellschaft benötigt Orte Trost spendender Solidarität und Menschen, die fähig und bereit sind, Trost zu schenken. Sonst wird sie teilnahmslos und kalt gegenüber den zahllosen Arten von Kummer (→Trauer), die Menschen überfallen können und vor denen es kein Entrinnen gibt. Die jüngst stattgefundenene Debatte über den assistierten Suizid war unter dieser Hinsicht durchaus auch symptomatisch. Denn zwischen den Zeilen ging es ja durchaus um die Frage, ob und wie wir in dieser Gesellschaft auch angesichts des Sterben-müssens Trost erfahren dürfen.

Habermas J (1985) *Die Neue Unübersichtlichkeit*. Frankfurt a.M.: Suhrkamp.

Schneider-Harpprecht C (1989) *Trost in der Seelsorge*. Stuttgart: Kohlhammer.

Weyhofen H (1989) *Trost. Modelle des philosophischen und religiösen Trostes und ihre Beurteilung durch die Religionskritik*. Frankfurt a.M.: Peter Lang.

Weymann V (1989) *Trost? Orientierungsversuch der Seelsorge*. Zürich: tvz.

Weymann V (2014) *Trost, der nicht trügt, sondern trägt? Anstöße aus Philosophie und Literatur*. *Kerygma und Dogma* 60:38–61.

Konrad Hilpert