

**Lebendige Seelsorge:** Wann hatten Sie zum letzten Mal das Gefühl, als Seelsorger genau am richtigen Platz zu sein?

**Christian Mario Hess:** Vorgestern. Und an jedem der vergangenen Tage auf der Palliativstation. Dort liegt ein Schwerpunkt meiner Arbeit, und da bin ich als Seelsorger wirklich am rechten Platz. Es gibt da keine kirchliche Verengung: Palliativarbeit hat eine große Weite. Der Anteil derer, die explizit kirchliche Seelsorge wünschen, liegt vielleicht bei 20 Prozent. Im Grunde arbeite ich als Seelsorger in einer säkularen Struktur. Da bin ich

einfach gerne – und zwar jeden Tag.

**LS:** Was machen Sie denn, was sie so sinnvoll finden?

**Hess:** Die Station zeigt die Begrenztheit des Lebens auf. Hier fragen sich viele: „War das jetzt alles in meinem Leben? Kommt noch

## „Es tut mir unheimlich gut, dass ich ein ziemlich normales Leben führe.“

Ein Gespräch mit Christian Mario Hess

was? Gibt es noch irgendwas Größeres?“ Häufig kommen Verstrickungen ins Spiel: Dinge, die nicht gut gelaufen sind, etwa Beziehungsabbrüche zu Kindern oder ehemaligen Ehepartnern, oder berufliches Scheitern. Dann geht es darum, auf das Leben zu schauen, auch auf die Dinge, die im Argen liegen und bei denen jemand merkt: „Da habe ich die falschen Prioritäten gesetzt. Da habe ich die falsche Entscheidung getroffen.“ Manchmal gelingt es mir, mit einem Patienten einen Prozess zu gestalten, in dem er einen anderen Zugang zu sich selbst finden kann: „Warum hat sich das so verstrickt? Wie kann ich mit mir selbst einen Versöhnungsweg gehen?“ Gleichzeitig ist es wichtig, mit der Person auf das Gelungene zu schauen: „Wo sind denn die Perlen und die Edelsteine, die ich in meinem Leben sammeln konnte? Wo ist etwas gelungen?“ Und wenn es nur das eine ist: dass ich drei Kinder habe und, obwohl zwei mit mir nichts mehr zu tun haben wollen, meine Tochter immer noch anruft. Auch wenn

**Christian Mario Hess**

geb. 1979, gelernter Orgelbauer und Priester der Erzdiözese Freiburg; nach der pastoralen Ausbildung Seelsorger in der Citypastoral Heidelberg und an der Universitätsklinik Heidelberg; seit 2021 Seelsorger in der Thoraxklinik Heidelberg; berufsbegleitende Weiterbildung in Logotherapie und Existenzanalyse.

**Bernhard Spielberg**

Dr. theol. habil., Prof. für Pastoraltheologie und Homiletik an der Universität Freiburg; Mitherausgeber der *Lebendigen Seelsorge*.

sie mich nicht mehr sehen will. Aber warum ruft sie denn an? Vielleicht ist da etwas, das dann doch gelungen ist, zumindest ansatzweise.

**LS:** Haben Sie ein Ritual für so einen Versöhnungsweg?

**Hess:** Es ist sehr unterschiedlich, was ich anbiete. Denn die meisten der Patientinnen und Patienten haben keine Kirchenbindung. Vor Kurzem hatte ich zum Beispiel einen Patienten, in dessen Leben vieles verstrickt war. Schon im Vorgespräch mit den Ärzten kam das auf, und im Gespräch mit mir erzählte er, dass in seinem Leben vieles schief gelaufen sei. Ich habe dann spontan ein Blatt Papier zweimal gefaltet und es ihm in die Hand gedrückt. Ins erste Fenster sollte er schreiben, wofür er dankbar und was in diesem Leben schön, gelungen und berührend gewesen ist. Im zweiten Fenster sollte er notieren, was nicht gut gelaufen ist: „Was ging schief? Wo wurde ich verletzt? Wo habe ich andere verletzt?“ Der dritte Punkt war dann: „Wo ergibt sich aus dem Guten oder Schwierigen eine Aufgabe für die jetzige Lebenssituation? Was kann ich ganz konkret tun?“ Die Handlungsmöglichkeiten sind übrigens bei allen gleich, ob getauft oder nicht: Ich kann einen Brief schreiben. Ich kann vielleicht einen Versöhnungsweg gehen. Oder ich greife zum Telefonhörer und die Ex-Frau kommt doch noch auf die Palliativstation. Dann geschieht vielleicht noch so etwas wie ein kleines Wunder. Und schließlich kam das vierte Fenster: „Wie kann ich loslassen, was ich nicht auflösen kann?“ Das kann dann heißen: „Okay, der Sohn will nichts mehr mit mir zu tun haben. Ich weiß, er sitzt jetzt auch zu Hause und kommt mit seinen Emotionen nicht zurecht. Aber er wird nicht kommen. Vielleicht hilft es mir loszulassen, wenn ich ihm doch noch einen Brief schreibe.“ Wir kümmern uns dann darum, dass der Brief dem Sohn zugestellt wird, wann auch immer er ihn lesen wird. Wenn es passt, kann allerdings auch am Ende das Sakrament der Versöhnung stehen.

**LS:** Mal ganz grundsätzlich: Was ist für Sie persönlich Seelsorge?

**Hess:** Mir geht es – mit Ignatius von Loyola gesprochen – um die *cura animarum*: die Sorge um den einzelnen Menschen und um das, was er lebensgeschichtlich gesammelt hat und mitbringt. Das ist der Fokus meiner Arbeit. Das ist es, was ich aus der Zeugenden Pastoral für mich entdeckt habe: Es geht darum, dass Leben eben Leben ist – in und unter allen Umständen. Und darum, wie das Leben heilen und heil werden kann, durch alle Brüche hindurch.

**LS:** Welchen Themen begegnen Sie in dieser Hinsicht häufig?

**Hess:** Ganz oft begegnet mir auf der Palliativstation das nicht gelebte Leben: „Ich war immer in einer Abhängigkeitsstruktur. Entweder habe ich ge-

macht, was meine Eltern wollten, was mein Partner wollte oder was meine Kinder von mir wollten, aber ich war nie wirklich ich selber.“ Das ist bitter. Manchmal begegnet einem das nicht gelebte Leben auch, wenn ein Ehepartner die letzten Jahre des Lebens an einer Demenzerkrankung litt. Die Ehefrau freute sich auf die goldene Hochzeit. Es kam die Urkunde zum Jubiläum vom Erzbischof per Post, der erkrankte Mann hat sie einfach in den Schrank gelegt. Aufgrund der Situation konnte das Paar das Fest gar nicht richtig feiern. Erst nachdem der Ehemann gestorben war, entdeckte seine Frau die Urkunde. Das ist ein nicht gelebter Moment vom gemeinsamen Leben.

**LS:** Kann man als Pfarrer in einer großen Seelsorgeeinheit heute eigentlich noch Seelsorger sein?

**Hess:** Wenn ich sehe, wie Kollegen die Strukturen bedienen müssen, würde ich klar sagen: Nein. Wenn ich da noch Zeit für Seelsorge haben will, muss ich das schon sehr gut organisieren, auch in der Zusammenarbeit mit dem Verwaltungsleiter. Hier wird das eigene Seelsorgeverständnis nochmal wichtig: Habe ich ein dezidiert priesterliches Verständnis, in dem Seelsorge über Sakramentspendung funktioniert? Das ist *ein* Ansatz, aber nicht mein persönlicher. Ich brauche mehr Weite. Daher ist es für mich gut, dass ich in der Klinik bin. Da kann ich das leben, was ich für entscheidend als Seelsorger halte.

**LS:** Sie haben Erfahrungen in der Territorial- und in der Klinikseelsorge gesammelt. Was könnte die erste von der zweiten lernen?

**Hess:** Alles steht und fällt mit der Frage nach der Zeit. Man sieht, wie viele Kräfte der diözesane Strukturprozess bündelt und wie viel Kraft gebraucht wird, weil Stellen unbesetzt sind. Da ist z.B. eine Pastoralreferentin in Elternzeit oder der Kooperator hat einen Burnout. Überall ist man am Lücken stopfen. Ein Freund von mir – ein junger Dekan – sagt immer: „Wenn ich eine Beerdigung habe, weiß ich nicht einmal, wann ich die Ansprache vorbereiten soll.“ Ich glaube, man muss gut hinschauen, was in diesen Umstrukturierungsprozessen wirklich notwendig ist und sich fragen: Was kann ich delegieren? Habe ich tolle Ehrenamtliche, die Aufgaben übernehmen, weil es ihnen z.B. ein Anliegen ist, dass die Firmung rundläuft und sie den Jugendlichen eine gute Erfahrung ermöglichen? Wo kann ich mir mehr Zeit nehmen für Menschen, die mich brauchen? Seelsorge beginnt mit der Frage: Wo brauchen Menschen mich heute? Und setzt sich fort: Wo habe ich Zeit?

Auch in der Klinik gibt es Phasen, in denen ich ganz viele Leute auf der Intensiv- oder Palliativstation zu betreuen habe. Zudem teilen wir uns in

der Klinikseelsorge über das ganze Jahr eine 24-Stunden-Rufbereitschaft. Gerade wenn ich Rufdienst habe, muss ich eine Grenze ziehen und sagen können: „Das schaffe ich jetzt nicht mehr.“ Ich muss auch als Klinikseelsorger immer darauf achten, dass ich nicht über meine Grenzen und Verhältnisse lebe. Sonst mache ich das in fünf Jahren nicht mehr. Vor allem im Rufdienst begegnen mir immer wieder erschütternde Schicksalsschläge. Suizide oder das Überbringen von Todesnachrichten an eine Mutter kosten unheimlich Energie. Da ist man müde und erschöpft. Und dann am nächsten Tag im Patientengespräch gibt es Situationen, in denen ich merke, dass meine Aufmerksamkeitsspanne bei 0,5 Prozent liegt. Dann ist es an mir, das ins Wort zu bringen, zu mir selbst und den anderen ehrlich zu sein und zu sagen: „Ich weiß, ich gähne heute ein bisschen. Es tut mir leid, ich hatte gestern Nacht noch einen tragischen Rufdiensteinsatz und bin wirklich erschöpft. Sie können gerne erzählen, aber wir können auch am Montag weitermachen, wenn es für Sie okay ist.“

**LS:** Seelsorge beginnt mit Selbstsorge, sagte Johann Michael Sailer schon vor 200 Jahren. Was tut Ihnen gut?

**Hess:** Egal in welchem pastoralen Beruf man ist: Wichtig sind gute Freundinnen und Freunde, die einem sagen: „Und jetzt ist auch mal wieder etwas anderes dran.“ Außerdem tut es mir unheimlich gut, dass ich ein ziemlich normales Leben führe, in einer normalen Stadtwohnung zur Miete wohne und nicht in einem Pfarrhaus. Neben mir leben zwei junge Frauen in einer WG, die eine ist Psychologin, die andere Lehrerin. Letzte Woche hatte ich am frühen Abend einen schweren Rufdiensteinsatz mit einem jungen Mann, der Suizid begangen hat. Seine Mutter und die Schwägerin sind im Gespräch kollabiert. Ich war zweieinhalb Stunden da und war echt fix und alle. Als ich dann nach Hause kam und mein Fahrrad in den gemeinsamen Fahrradkeller schob, waren meine Nachbarinnen gerade dabei, ihren Keller umzuräumen und fragten, was bei mir gerade so los sei. Ich sagte, dass es gerade schwierig gewesen sei. Da sagten sie: „Wir sind gleich fertig hier. Komm einfach mit hoch auf unseren Balkon und wir trinken noch etwas zusammen.“

Ich bewege mich also auch privat in einem säkularen Umfeld. Das tut mir gut – und ist gleichzeitig eine Herausforderung. Ich achte darauf, dass ich morgens eine halbe Stunde meditiere und ein Stück aus dem Evangelium als Grundlage habe. Das ist meine Gebetsform, weil ich wissen will, was Jesus in seiner Gesellschaft mit den Menschen tut, die ihm begegnen. Und ich habe auch in der Klinik meine Rituale. Zum Beispiel beginne ich meinen Dienst immer mit dem Pfingsthymnus in der Kapelle. Wenn jemand verstirbt, zünde ich eine Kerze für ihn an. Um die Mittagszeit mache ich

eine Viertelstunde einen Break, in Stille in der Kapelle. Zusammenfassend kann ich sagen: Ich versuche, gut auf meine Ressourcen zu achten, in der Freizeit etwas Sportliches zu unternehmen, und lege mich manchmal abends einfach auf die Couch und höre gute Musik.

**LS:** Wie verändert die Missbrauchskrise die Qualität der Seelsorgegespräche? Und wie gehen Sie damit um, dass Sie manchmal als Vertreter einer Organisation in der Krise wahrgenommen werden?

**Hess:** Ich glaube, ich kann ganz gut damit umgehen, weil ich die Außenwahrnehmung kenne. Wenn mir jemand sagt: „Oh, da kommt ein Vertreter vom Pädophilenverein“, dann antworte ich, dass das in seiner Wahrnehmung durchaus so sein kann. Dann ist diese Äußerung auch legitim. Punkt.

Missbrauchsgeschichten prägen allerdings auch Gespräche auf der Station. Ich kann zwei Beispiele erzählen: Die eine war vor einem Jahr an Heiligabend. Ein Patient lag schon lange in der Klinik. Die Psychologin und auch das Stationspersonal sagten, dass sie zwar nicht wüssten, ob der Patient eine kirchliche Bindung habe, aber dass es gut wäre, wenn ich da mal vorbeigehen würde. Alle Termine waren eng getaktet, ich habe mir aber vorgenommen, diesen Patienten eine Stunde lang zu besuchen. Als ich dort war, wurde ich erstmal 50 Minuten scharf beschossen. Und das war gut. Darüber kamen wir dann ins Gespräch über seine Lebensgeschichte. Er erzählte, dass er oft im Ausland gewesen war und schwierige Erfahrungen gemacht hatte – dass er aber auch, egal wo er hingekommen ist, gespürt habe, dass die Würde des Menschen unantastbar ist. Dann habe ich gesagt: „Genau darum geht es: Die Würde des Menschen ist unantastbar. Und genau das ist Weihnachten.“ Schließlich war ich selbst geflasht, als ich einen Tag später – am ersten Weihnachtstag – mit den Worten des Tagesgebets betete: „Du hast uns in unserer Würde wunderbar erschaffen und noch wunderbarer wiederhergestellt.“

Zudem sind die Leute seit dem Münchner Gutachten sensibler. Es kommt inzwischen immer wieder vor, dass mir auf der Palliativstation ältere Patienten von Übergriffigkeiten erzählen. Bemerkenswert ist ja schon das Vertrauen, das jemand entwickelt, obwohl ein kirchlicher Vertreter anwesend ist, der eigentlich zur Täterorganisation gehört. Gleichzeitig erschüttern mich jedes Mal wieder die Schilderungen dessen, was Menschen ihr Leben lang mit sich herumgetragen haben.

**LS:** Was hilft Ihnen dann weiter?

**Hess:** Wir haben – das möchte ich positiv hervorheben – in der Diözese die Seelsorge für Seelsorgende. Ich glaube, dem Erzbischof ist es auch ein Anliegen, dass es sie gibt und dass sie ausgebaut wird. Damit haben wir

innerhalb des Bistums eine Struktur, die für solche Erfahrungen da ist. Ich bin da aber eher außen vor. Ich bin dankbar, dass ich eine sehr gute Supervisorin in der Einzelsupervision habe. Sie hat auch eine eher kritische Sicht auf Kirche als System, die ich teile. Da bin ich in guten Händen, weil ich auch mit anderen Dingen kommen kann.

**LS:** Sie sind Weltpriester im besten Sinne des Wortes: Was haben Sie für Ihre Arbeit von den Stationen ihrer Ausbildung in Bosnien und Lateinamerika mitgebracht?

**Hess:** Das ist eine spannende Frage, weil es ein Prozess ist. In Studium oder Ausbildung schaut man eher danach, was das Starke und Gute ist. Im Nachhinein wird man sich auch der Schwachstellen bewusst.

Aus Tuzla in Ostbosnien nehme ich die Erfahrung mit, was es bedeutet, in einem mehrheitlich muslimischen Umfeld Christ zu sein und dort Rede und Antwort zu stehen. Dass ich an einen Gott glaube, der Mensch geworden ist; der sich auf die Wege des Menschen eingelassen hat und am Kreuz hängt. Das ist für meine muslimischen Freunde immer schwer nachvollziehbar. In dem Kinderheim, in dem ich gearbeitet habe, waren meine Kolleginnen alle Muslimas. In dem Stadtteil, in dem ich direkt gegenüber der Moschee lebte, hat fünf Mal am Tag der Muezzin gerufen. Als ich dann nicht mehr dort war, habe ich ihn vermisst. Beim Studium in Israel hatte ich dann sogar Heimatgefühle, als ich am ersten Abend in Nazareth den Muezzin hörte. Das war echt schön.

In Lateinamerika habe ich mit Sicherheit gelernt, wie wenig Verwaltungsstrukturen es braucht und wie nahe gerade auch der Pfarrer in der Pfarrei mit den Menschen war. Der hatte einfach Zeit. Und die Leute kamen zu ihm mit allen Problemen, die sie hatten. Ob die jungen Leute auf Ausbildungsplatzsuche waren, ob es Eheschwierigkeiten gab oder ob jemand ungewollt schwanger geworden war: Der Padre saß in seinem Büro und hatte Zeit. Obwohl es eine riesige Pfarrei mit vielen tausend Katholiken am Stadtrand von San Salvador war. Gleichzeitig konnte man sehen, wie engagiert Frauen und Männer Dienste in den Gemeinden übernommen haben.

**LS:** Die Seelsorgestudie machte vor einiger Zeit sichtbar, dass viele Seelsorgerinnen und Seelsorger die Erfahrung von ‚spiritual dryness‘ machen. Wo erleben Sie diese geistliche Trockenheit – und was hilft darin?

**Hess:** Ich würde jedem Menschen grundsätzlich Stille empfehlen. Es kann helfen, mit den eigenen Fragen und der eigenen Trockenheit in die Stille zu gehen. Das Stundenbuch kann dann auch eine gewisse Zeit im Schrank liegen, wenn mir selbst die Psalmen nichts mehr sagen. Man darf sich keinen Druck machen. Gerade als Mensch nicht, der versucht geistlich zu leben.

Wenn im Stundengebet kein Leben mehr ist, sondern nur noch ritualisiertes Psalmenbeten, und ich das Gefühl habe, mit meinem Menschsein gar nicht vorzukommen, wird es schwierig. Warum also nicht einfach dreimal am Tag mit all dem, was mich beschäftigt, in die Stille gehen? Dann stellt man sich auf dem Smartphone 15 Minuten ein und lernt die Stille auszuhalten.

**LS:** Aus welchen geistlichen Quellen schöpfen Sie darüber hinaus?

**Hess:** Ich mag die Psalmen sehr, die Texte der großen Mystikerinnen und Mystiker aus dem Christentum, aber auch aus anderen Religionen. Es gibt auch wunderbare Texte aus der islamischen Mystik, die mir eine Sicht auf die Schönheit Gottes so aufschließen, dass sie zu meinem Repertoire gehören. Ich scheue mich nicht, mich an geistlichen Texten zu bedienen, die mir guttun. Ich finde auch Texte von Alin Coen oder Max Prosa inspirierend. Vor Kurzem sah ich eine Reportage über Herbert Grönemeyer, in der sein Manager meinte, dass Herbert Grönemeyer in der Tradition der großen deutschen geistlichen Liedermacher des 17. und 18. Jahrhunderts, in der protestantischen Kirchenliedtradition steht. Seine Musik spricht viele Leute an, weil in ihr so viel von der Sehnsucht steckt, die Menschen umtreibt: ob das die Verarbeitung seiner eigenen tragischen Geschichte ist, als seine erste Frau starb, oder in Liedern wie *Sekundenglück* das Lebensgefühl von Menschen, die frisch verliebt sind, die eine super gute Diplomarbeit abgeben, die vor Freude in die Luft springen, weil ihr Fußballverein deutscher Meister geworden ist, oder die sich einfach freuen, weil die Sonne scheint und sie im Freibad einen Kopfsprung ins Wasser machen. Umgekehrt kann man auch als geistlicher Mensch sagen: „Okay, ich mag das Lied *Ich will dich lieben* von Angelus Silesius. Das ist auch ein wunderbares Liebeslied.“ Aber vielleicht reicht es ja manchmal aus, auf dem Sofa zu liegen oder die Füße bei einem kühlen Getränk hochzulegen und Westernhagens *Freiheit* zu hören.

**LS:** Sie sind ausgebildeter Orgelbauer und Seelsorger. Wie inspirieren die beiden Berufe sich gegenseitig?

**Hess:** Ich glaube, das Entscheidende ist, zuzuhören: auf die Töne zu lauschen, auch auf die Zwischentöne zu hören und nicht zu bewerten. Beim Orgelbau bewerte ich hingegen schon, ob die Pfeife tut, was ich will. Als Seelsorger höre ich genau hin, was Menschen brauchen und was sie von mir wollen. Manche meiner Kollegen sind direkter und fragen: „Was ist mein Auftrag? Was kann ich jetzt für Sie tun?“ Ich lasse mir oft ohne Erwartungen die Lebensgeschichte erzählen; versuche, gut hinzuhören und vorurteilsfrei einen Segen zu geben. Ein Beispiel: Ein Oberarzt ruft an, es sei sehr dringend. Eine Frau um die 60 liegt im Sterben. Ich frage, wer

von den Angehörigen da ist, und bekomme die Antwort, dass etwa sechs Leute anwesend sind. Dann komme ich rein, stelle mich vor, und erfahre, dass die beiden Ex-Männer, der aktuelle Freund und drei Kinder aus drei Beziehungen da sind. Dann wende ich mich der Patientin zu und sage: „Es ist schön, dass alle da sind. Manchmal ist es im Leben ganz schön verstrickt. Das gehört zu unser aller Leben dazu. Es gibt in jedem Leben die Erfahrung des Schuldigwerdens und Schuldigbleibens. Ich würde ihnen zu Beginn als Zeichen der Nähe Gottes die Hand auflegen.“ Ich habe also der Patientin die Hand aufgelegt, sie schaut sich um – und stirbt in den Segen hinein. Hinhören und nicht bewerten. Jesus bewertet auch immer nur dann, wenn Menschen hartherzig werden.

**LS:** Zum Schluss ganz kurz: Das größte Privileg an meinem Beruf ist ...

**Hess:** ... Zeit zu haben, auch für außergewöhnliche Dinge.