

ANGST

Vortrag des Herrn Spiritual Bendér vom 17. 5. 77

Guten Abend! Jesus sagt: "In der Welt habt Ihr Angst, aber habt Mut, ich habe die Welt überwunden" Joh. 16.33. Von dem ersten Teil des Satzes werde ich auf jeden Fall an diesem Abend sprechen; ob es mir gelingt, auch zu dem zweiten Teil zu kommen, hängt sehr, sehr stark von Ihrer Geduld ab. Ich will von dem sprechen, was in der letzten Zeit hier bei uns im Leoninum Schlüsselwort und Schlüsselstimmung gewesen ist: ANGST.

Schon kurz nach dem letzten Krieg hat Auden seine Dichtung geschrieben "Das Zeitalter der Angst". Im vorigen Jahrhundert hat schon Kierkegaard die Angst auf den Begriff gebracht; und Heidegger, Kafka und Handke ("Die Angst des Tormanns beim Elfmeter") zeigen, daß die Angst in einem zunehmenden Maße unsere Weltzeit bestimmt; ich nenne Stichworte wie Terror oder Angst um den Arbeitsplatz oder Angst auslösendes Hochschulrahmengesetz bis hin zu der planetarischen Angst, daß wir heute Sorge haben müssen, mit der Gesamtheit der Menschen, in absehbarer Zeit überhaupt nicht mehr leben zu können. In diese allgemeine Angst, die jeden Menschen bekümmert, sind unsere Ängste - ob die nun groß oder klein, banal oder metaphysisch sind - eingebettet. Ich gehe aus von meinen Erfahrungen mit meiner Angst und von den Ängsten, die ich meine, bei Ihnen vernommen zu haben, und versuche, diese Erfahrungen zu verallgemeinern; was nicht heißt, daß ich die Angst allgemein machen könnte; denn jeder hat nur seine Angst und seine Ängste. Aber aus diesen verallgemeinerten Hinweisen wird es möglich sein für diesen oder jenen - und hoffentlich für alle - sich in ihrer Geängstigkeit besser zu entdecken.

Was ist Angst? Angst entsteht dann, wenn einer nicht mehr leben kann oder nicht mehr so leben kann, wie er leben möchte, und deswegen war Angst vor dem Direktor, und deswegen war Angst vor dem Bischof oder ist Angst vor dem Direktor oder ist Angst vor dem Bischof und ist Angst vor dem Institutionen, weil die einem in dieser oder jener Form Leben vereiteln, Leben unmöglich machen, Leben bedrohen.

Ich brauche heute abend das Wort "Angst" ganz allgemein so wie es vulgär gebraucht wird. Ich mache nicht die Unterscheidung, die man sonst so schon mal macht: Mit Angst meint man die unbestimmte Lebensbedrohung, die man nirgendwo festmachen kann, im Unterschied zu Furcht vor diesem oder jenem. Ich meine mit Angst all das, was Sorge macht, was Befürchtungen auslöst, was uns dazu bringt, sich gehemmt zu fühlen, uns unsicher zu fühlen,

keine Kraft zu haben, keinen Mut zu haben, in Depression zu versinken oder Begegnung oder Fähigkeit zu vermeiden: all das, was uns zeigt: Mit meinem Leben stimmt etwas nicht. Ich kann nicht so, wie ich will. Ich meine, wir sollten ganz nüchtern damit rechnen, daß das zum menschlichen Leben gehört, so in einem System von Ängsten und Beängstigungen verstrickt zu sein, die oft gar nicht zu durchschauen sind und denen der einzelne ohnmächtig - mehr oder weniger ohnmächtig - ausgeliefert - und deswegen hilflos gegenübersteht.

Damit möchte ich sagen: die Angst, die Herrschaft der Angst, ist das in ihr Unwesen verkehrte Wesen der Welt. Und darin leben wir, und das hat jeder einzelne in sich, in seinem Balg - und wir alle zusammen in diesem Verein - und diese ganze Gemeinschaft Kirche - und diese ganze Gemeinschaft Menschheit, alle haben die Angst in ihrem Leib und an ihren Gliedern. Ich möchte mit dem Benennen der Ängste und der Angststellen möglich machen, die eigene Angst zu identifizieren, zu entdecken, denn nur das, was einer kennt, kann er für sein Leben fruchtbar machen. Der, der sich der Angst ausliefern kann, der, der keine Angst mehr vor der Angst hat, der ist in der Lage, mit der Angst zu leben, sogar zu erfahren, daß die Angst sein Leben in eine Krise bringt zum Guten oder zum Schlechten, sogar dahinter zu kommen - und davon redet die zweite Hälfte dieses Zitates - "aber habt Mut, ich habe diese Welt, diese Angstwelt, überwunden" dahinter zu kommen, daß in dieser Angst seine Angst auf Gott verweist. So ähnlich schreibt es von Gebtsattel: "Die Angst ist das, was den einzelnen Menschen in seiner Lebenswelt einschüchtert und entmutigt. Sie begründet die Feindwelt, aber sie treibt auch zur Besinnung und kann dann den Einzelnen wieder in die Arme der gemeinschaftsbildenden Kraft der Liebe zurückbringen. Erst, wenn wir sie begriffen haben als störende und zerstörende, zeigt sie uns plötzlich den ins Transzendente weisenden Finger. - Kierkegaard hat die Angst festgemacht als die Angst vor dem Nichts; im Angesicht des Nichts erfahren wir die Angst vor dem Nicht-leben-können, wenn wir uns entdecken als solche, die auf Unendlichkeit angelegt sind und immer nur endliche Erfüllung erfahren: der lebendige unaufhebbare Widerspruch in sich, der Konflikt in uns selbst - und mit anderen, das Gegen-einander nicht auszutarierender Kräfte.

So zeigt sich näherhin die Angst als Angst vor dem Leben überhaupt. Ich glaube, es gibt viele Menschen - und wenn hier keine solcher Art wären - sollten wir es dennoch wissen, daß es viele Menschen

gibt, die Angst vor dem Leben überhaupt haben. Ich glaube jedoch, daß mehr als die Hälfte von den Anwesenden hier Angst vor dem Leben haben. Ich sprach davon, daß ich von eigenen Erfahrungen ausgehe, und von dem, was ich von Ihnen gehört habe. Hinter der Angst vor dem Leben steckt die Angst vor dem Lebensverlust aus dem heimlichen Wissen: Du kannst nicht leben, wenn Du nicht Leben verlierst. Das ist die Angst vor dem Werdeschmerz, überhaupt die Angst vor Schmerzen, vor der Geburt, vor der Begegnung, vor dem Abschied, vor der Einsamkeit, vor der Endlichkeit, daß einer nicht alles kann, was er möchte, ob das Hemmnis nun in ihm selbst steckt oder von außen kommt; die Angst vor der Anstrengung, der Arbeit des Lebens; die Angst aus Lebenshunger - und die bewältigt der eine so, daß er abstumpft und phlegmatisch wird. Fragen Sie sich, prüfen Sie sich, ob Sie nicht schon phlegmatisch sind - oder ob Sie im Gegenteil nicht in eine hektische Betriebsamkeit des Raffens und Erraffens geraten sind.

Der will eine Freundin haben (ich sollte ein Wort zum Frühling, zum Mai, sagen) der will eine Freundin haben und - das UND ist jetzt wichtig - und eheloser Priester werden! Und damit ist der Konflikt da, und damit ist die Angst da, (da beißt kein Maus kein Faden ab) und wer das leugnen will, der leugnet sich um seinen eigenen Hals und um seine eigene Sexualität; der möchte gern Mann sein und will wissen, daß er Mann ist, - aber die Aufständigkeit und Gefährlichkeit der Sexualität will er nur verdächtigen und fürchten oder denunzieren als häßlich und gemein. Und so fürchtet er, Priester zu werden - er steht ja schon hier auf der Rollbahn - und dann nie mit einer Frau geschlafen zu haben und nie mit einer Frau zu schlafen.

Da hat einer Angst, der andere oder derselbe: er will etwas werden, er will etwas aus seinem Leben machen, er will etwas erreichen, etwas gelten und ahnt ganz genau, daß der Platz des Priesters, daß der Platz des Christen, der aus dem Glauben lebt, bei denen ist, die wenig bis nichts gelten - und davor hat er Angst. Derselbe oder ein anderer will sein Leben genießen, will etwas haben von seinem Leben, in jeder Form: in der Kunst, in der Freundschaft, in der Geselligkeit, auf Reisen, und er weiß, daß er, je ernster er sich mit dem Evangelium einläßt, zur Bereitschaft, zum Abschied von all dem genötigt ist, wenn es ihm ernst ist mit der Solidarität mit denen, die nichts haben. Dieser letztgenannte Konflikt der wird von den meisten permanent totgeschwiegen.

Aber darin brummt und wurmt dann die Angst weiter. Und sie haben Angst, überhaupt etwas oder alles oder das Wichtigste im Leben zu verpassen; aber sie wissen nicht, können gar nicht wissen (ich weiß nicht, niemand weiß es), was dieses Wichtigste ist, mein Wichtigstes. So kommen die, die meinen, Leben zu verpassen, aus ängstlichem Lebenshunger - das ist eine Angstform an die Sie kaum denken - abends nicht ins Bett, weil die meinen, Leben ging ihnen dadurch. Daß es Gründe gibt, erst frühmorgens ins Bett zu gehen, davon spreche ich nicht, ich spreche ja von der Angst und nicht von der Freude. Und in Stichwortassoziation: manche kommen aus Lebensangst morgens nicht aus dem Bett heraus. Das ist auch Angst, weil sie mit dem Tag nichts anfangen können, weil sie gar nicht wissen, was sie mit diesem Tag machen sollen, weil sie noch gar nicht wissen, was sie mit ihrem Leben machen sollen. Das liegt im Grunde vielfältige Angst vor dem wirklichen, wahren Leben; und das führt dann zu allen möglichen Formen von Scheinleben; Lebensverweigerung aus Eingeschüchtertheit, aus Gehemmtheit, aus Lethargie und Depression oder Lebensverweigerung als hektische Betriebsamkeit.

Noch weiter ins einzelne: Jetzt lasse ich mich anregen von einem sehr empfehlenswerten Buch: Fritz Riemann: "Grundformen der Angst" (jedenfalls die Kategorien sind zum Teil von ihm genommen). Der Kern dieser Angst ist Angst vor der Hingabe, Angst vor dem Ich-Verlust, Angst davor, daß das in der Liebe einmal wahr werden könnte: "Nur wer sein Leben verliert, wird es gewinnen." Für den Ehelosen und auch für den, der ehelos leben will, potenziert sich diese Hingabe-Angst oder verdeckt sich diese Hingabe-Angst in einem gewissen Sinn, weil er ja eigentlich sich gar nicht einem Menschen so total geben darf, soll, muß, kann, weil er aus Lebensüberzeugung und theologischer Überhöhung allen gehören will oder allen gehören muß oder allen gehören soll - vielen - in ständig wechselnden Beziehungen; und ihm bleibt dann vielleicht so diese Hingabe letztlich erspart. Deswegen sollte sich jeder fragen, ob er nicht gerade auf dem Weg zum Priestertum ist, weil er ein Mensch ist, der eigentlich gar nicht hingabefähig ist. Er hätte dann gute Gründe, lieber in einer gewissen Unverbindlichkeit möglichst viele - aber nicht einen mit Haut und Haar unverbrüchlich und für immer zu lieben - das ist eine Gefahr, die wir besorgt - jeder einzelne für sich, ich auch für mich - ins Auge fassen müssen: daß einer sozusagen einen Lebensentwurf, diesen Lebensentwurf "eheloses Priestertum" riskiert, um das

eigentliche Leben zu verweigern, es sei denn, er meint wirklich, wirklich und unbedingt, eine ungehaltene, ungesicherte, totale, von keiner Rücknahme her abgestützte, völlige Auslieferung an Gott, und damit identisch: an alle Menschen, ohne etwas davon haben zu wollen; ohne zwei oder mehr auffangende Arme zu haben, sondern der Erfahrung und dem Erleben nach in keiner anderen Richtung als der Richtung des Nichts zu leben - nämlich des unsichtbaren, abgründigen Grundes, den wir Gott, den nahen, geheimnisvollen Gott nennen - also sich irgendwohin fallen zu lassen, wo der Grund im Abgrund besteht. Das ist Glaube! Und jetzt verstehen Sie vielleicht die eine Bemerkung vom Sonntag, wie Hoffnung und Glaube auf der einen Seite und Angst auf der anderen Seite im Widerspruch stehen. Sich so total und ohne etwas davon haben zu wollen, weggeben! Das ist die Dynamik des Glaubens, die sich an nichts anderes als an das Zutrauen zu Gott selbst hält. Aber viele Theologen - ich schließe mich wieder mit ein - verwandeln im Lebensvollzug diesen radikalen Glauben zu einem Scheinglauben, mit lieblichen Vorstellungen von Gott, der seine Engel sendet, um uns alle Steine des Anstoßes aus dem Weg zu räumen, und vergessen dabei, daß diese Hingabe dem Gott von Golgotha und Hiroshima und was weiß ich welchen Elends- und Drecksplatzes dieser Welt geschenkt wird. In den Zusammenhang gehört die Verweigerung - ich meine, die kann jeder bei sich feststellen! - die Verweigerung eines langen, anhaltenden, immer wieder neu versuchten persönlichen Suchens, Betens, Ringens, Starrens in die Richtung Gott. Diese Verweigerung ist im Grunde Angst! Tagore sagt das so: "Es ist nichts gefährlicher, als mit Gott allein zu sein". Sie brauchen gar nicht diesen mystischen Aufschwung zu machen. Denn der Satz ist nämlich identisch mit dem Satz: "Es ist nichts gefährlicher, als mit sich selbst allein zu sein." Gegen solche Verweigerung aus Angst werden Sie aufgefordert (heute abend), Stille zu halten, nicht um einer Ordnung willen - sondern um institutionell zu erleichtern, daß jemand dieses Wagnis auf sich nimmt und die Furcht vor diesem Alleinsein mit Gott abbaut.

Die nächste Kategorie (die Kategorien, die schließen sich nicht aus, sondern überlagern sich, ergänzen sich oder fassen dasselbe Phänomen von einer anderen Seite), ist die Angst vor der Selbstwerdung, ist die Angst, sich selbst zu verwirklichen, wirklich der zu sein, der einer ist und sein kann. Überlegen Sie einmal, ob Sie so leben, wie Sie leben, weil Sie es selbst so wollen, oder

Ob da nicht hintersteht der Einfluß Ihrer Eltern, der Einfluß eines Beispiel gebenden priesterlichen Freundes, eines Lehrers, die starken, strengen Normen gesetzter Autorität - kirchlicher oder anderer. Die Anpassung glückt Ihnen nicht ganz, und deshalb muß einer im Verborgenen die Anpassungsschäden verdecken. Aber er merkt es und ist deswegen geängstet, weil es Lebenseinbuße ist, Dinge tun zu müssen, die er für das eigene Leben nicht für lebenswert hält; Dinge zu tun, die er für falsch hält oder für nicht erstrebenswert hält, mit denen er sich nicht ganz identifizieren kann, aber auch nicht die Kraft und den Mut, sein Leben selbst zu bestimmen; also Entscheidungsschwäche! Und diejenigen, die immer wieder sagen, hier im Leoninum müsse mehr Ordnung sein, hier müßten mehr einzuhaltende und abzuhakende Normen dekretiert werden, diejenigen, die sagen, daß hier von Ihnen mehr und zwar paragraphenmäßig sortiert Genormtes abverlangt werden müsse, die können zwar so etwas aus einer ganz echten Sorge - Erfahrung des eigenen Unvermögens und Erfahrung der Schwäche der Nachbarn! - artikulieren, die müssen sich aber auch einmal fragen: Stellst du diese Forderungen nicht deswegen, weil du willst, daß du selbst und die anderen fremdbestimmt werden, und dir so die Verantwortung für dein Leben heute, wie du es zu tun hast, wie du es in die Hand zu nehmen hast, abgenommen wird. Denn die Angst hat doch fast jeder: wenn seine Meinung oder seine Lebensform nicht opportun ist, nicht plausibel ist, nicht abgestützt wird durch Gefährten oder Freunde, oder ein Gesetz, dann diese eigene Meinung frei und offen zu sagen. Unsere Angst vor dem Konflikt, die bekannte katholische (und auch evangelische) Konfliktscheu ist Angst vor der Eigenheit, daß einer einer er selbst ist - sein Leben, seine Überzeugung vertritt. Wie sollen wir denn einmal den Mund aufmachen können, den Mut dazu haben, eine unbequeme und unerhörte, eine revolutionäre Botschaft in eine fremdere Welt zu sagen als die fremdeste "leoninische Welt". Wenn wir hier nicht lernen, für unsere Überzeugung einzutreten? - Es ist doch nicht von ungefähr, was ich immer wieder höre, jüngere Priester, manche jüngere Priester seien am liebsten mit älteren braven Leuten zusammen und hätten Angst, der Jugend in ihrer Pfarre zu begegnen. Ich glaube, wir können, indem wir zur Eigenheit finden und uns so stabilisieren, auch einen Blick dafür bekommen, wie die Welt voller Konflikte ist; und daß wir so den Mut finden, selbst bereit für den offenen Konflikt zu werden und nicht länger hintenherum reden im Kartell der schweigenden Mehrheit. Aller Tratsch und aller Klatsch und

alle Wahrheit, die nicht offen gesagt werden kann, ist eine Form von Angst, ist Angstentladung. Da gibt es ja auch noch so Ideologien, die diese Form von Angst abstützen und sagen: "Ich kann das dem nicht sagen, ich würde dem ja wehtun" - im Grunde will ich mir selbst nicht wehtun, machen wir uns doch nichts vor. Ich scheue, daß der mir widerspricht oder ich halte nicht aus, daß meine Anmahnung oder mein Vorwurf für ihn ein kritischer Punkt für Lebensänderung und Lebensveränderung wird. Ich möchte mir und Ihnen wünschen, daß wir uns, was diesen Punkt, diese Kategorie, angeht, überprüfen, ob ich häufig oder immer sage: "Ich muß " oder "Ich soll" oder gar "Ich müßte" oder "Ich sollte", anstatt zu sagen "Ich will", "Ich möchte" bzw. "Ich will nicht", "Ich möchte nicht". Da können Sie ein Bißchen von Ihrer eigenen Sprache lernen, wieviel Angst Sie haben.

Die dritte Kategorie wäre die Angst vor dem Wagnis, die Angst, nicht ernst genommen zu werden, die Angst, nicht angenommen zu werden; daß eine Liebe oder ein Vertrauen oder eine Freundschaft, die man anträgt und schenkt, nicht angenommen wird. So haben manche von uns keinen Freund und keine Freundin, weil sie sich fürchten, so nah auf jemanden zuzugehen und in dieser Art von Angst die Ablehnung vermeiden. Das ist auch eine Weise, dem Leben aus dem Weg zu gehen. "Ich möchte mich gerne neben diese Kommilitonin in der Vorlesung setzen, aber das sieht so komisch aus." "Ich möchte in dem Seminar sagen, was ich weiß; aber ich möchte nicht für einen Streber gehalten werden." "Ich möchte Herrn Professor X meine Überzeugung sagen und ihm nicht seine Lieblingsthese aufleiern, aber ich fürchte mich vor dem, was danach kommt." - Ich möchte Ihnen im Umgang mit der Fakultät den Freimut wünschen, den Sie gelernt haben im Umgang mit dem Direktor und dem Bischof. Das ist menschenwürdig. Sie würdigen nämlich die anderen Menschen durch Ihre Angst herab, wenn Sie nicht in Wahrheit und Aufrichtigkeit mit ihnen umgehen. Diese Angst vor dem Wagnis ist verquickt mit der Angst vor der Entscheidung, vor der Lebensentscheidung, vor der Entschiedenheit, die letztlich ungesicherte ist, nämlich eine Entscheidung auf ein Projekt hin, ob das jetzt Ehe heißt oder Beruf (wie Pastoralassistent oder Priester oder Lehrer oder Studienrat); dabei gibt es gar keine vorherige Versicherung über den guten Ausgang. Doch es gehört zum Leben, solche Entscheidung zu wagen; daß möglichst viele Sicherungen einzubauen sind, ganz klar, aber letztlich ist bei Einbau aller möglichen Sicherungen die Sache, das Projekt ihres

Lebens selbst, nicht absicherbar, weil sie auf nichts anderem als Ihrer Entscheidung steht. Und die Zaudernden, die Unentschiedenen gleichen dem, der immer den Kuchen essen und ihn behalten will.

Vom Lukullischen - Früchte werden ja auch schon einmal faul! - zur Faulheit. In den meisten Fällen ist - ob Sie es mir glauben oder nicht - Faulheit, d. h. also fehlende Arbeitsfähigkeit, Angst. In den meisten Fällen ist das eine Art von Symptombehandlung aus einer depressiven Lebensverweigerung heraus oder aus Angst vor der Wahrheit, weil ich nicht wahrhaben will, wie schwer mir dieses oder jenes fällt, wieviel Zeit ich da investieren muß, wie wenig da bei mir heraus kommt, wie kleine Brötchen ich backe. Ich will der Wahrheit über mein nacktes kleines Selbst nicht ins Gesicht sehen. Deswegen bin ich faul. Dann kann ich immer noch sagen: Ich habe ja nichts getan. Wenn ich was getan hätte - dann würde jeder sehen, wie gut ich bin, aber so! Daß natürlich neben dieser Hemmnis auch noch andere Faktoren, die entmutigen wie - zum Beispiel - Unberechenbarkeit des Glücks bei den Fragen der Prüfer oder die größere oder geringere Begabung im Pfuschen, was die Prüflinge angeht, Faulheit verursachen, das steht auf einem ganz anderen Blatt; auch fehlende Motivation, Mißerfolg wären zu nennen. (Über Pfuschen will ich einmal einen eigenen Vortrag halten, das ist mir die Sache wert. Ich will jetzt schon sagen, daß ich absolut gegen Pfuschen bin; denn Pfuschen ist schlecht. Das ist der Zeilsatz dieses Vortrags, und ich werde versuchen, den zu begründen. Damit haben Sie wenigstens schon die Richtung und insofern bin ich leider nicht in der Lage - aus Überzeugungsgründen! - nicht in der Lage, Ihnen Techniken des Pfuschens zu vermitteln.) - Faulheit trauert eigentlich darüber: Ich bin nicht groß.

Ich möchte Ihnen folgendes vorschlagen: Das, was ich jetzt noch habe, das dauert eine halbe Stunde, das mute ich Ihnen nicht zu. Ich breche hier ab. Ich mache einen vorläufigen Schluß und stelle das andere in Aussicht, aber ich lasse Sie bei diesem vorläufigen Schluß nicht einfach in der Geängstigkeit und Hilflosigkeit. Ich nehme einen Punkt aus dem Schluß nach vorne: Ich bitte Sie, sich gleich und nicht nur gleich, sondern in der nächsten Zeit immer wieder zu fragen: Vor wem habe ich Angst? Wem gehe ich nach Möglichkeit aus dem Weg? Was vermeide ich zu tun? Wovor drücke ich mich dauernd? Wo komme ich nicht klar heraus mit dem, was mich bewegt? Personen, Veranstaltungen,

Institutionen, all das einmal durchgehen, wäre ein erster Weg der Angstüberwindung. Nur die Angst, die einer in den Blick genommen hat, kann lebbar werden. Denn das ist die Wahrheit über Sie selbst! Auf die Wahrheit kommt es an! Nämlich in der Nähe des Wortes, das von der Angst überwindenden Kraft des Glaubens handelt, steht das Wort, das die Wahrheit, allein die Wahrheit, uns frei machen wird. Mir ist das auch sehr deutlich aufgegangen an einer Erzählung von einer buddhistischen Nonne:

Nicht klagen, genau zusehen!

Eine buddhistische Nonne wurde aus ihrem im Landesinnern Japans liegenden Kloster zum Einkauf in die nahe Großstadt geschickt. Sie war vorher nie in einer großen Stadt gewesen. Nach Erledigung ihrer Geschäfte kehrte sie wieder in das Kloster zurück. Bald stellten die anderen Nonnen fest, daß sie sich seltsam benahm. Und wegen ihres akuten Verstörtseins wurde sie ins Bett gesteckt. Das Hauptsymptom war ihr Entsetzen vor den Schlangen, die sie über ihren Leib kriechen sah. Ärzte, Psychologen und Psychiater wurden herbeigeholt - aber sie konnten nichts ausrichten. Schließlich wurde ein Zen - Psychiater, eine Berühmtheit in der großen Stadt, herbeigeholt. Er hielt sich in ihrer Zelle nur fünf Minuten auf. "Was ist mit Ihnen los?" fragte er. "Die Schlangen, die Schlangen kriechen über meinen Leib und erschrecken mich." - Sie stieß wohl auch einen Schrei aus, als eine Schlange über sie kroch. Der Psychiater überlegte kurz und sagte dann: "Ich muß Sie jetzt wieder verlassen, aber ich komme wieder in einer Woche und sehe nach Ihnen. In der Zwischenzeit sollen Sie zwei Dinge tun. Erstens, klagen Sie bei niemanden mehr. Sagen Sie überhaupt nichts mehr von dieser Sache zu irgend jemanden. Und zweitens, beobachten Sie die Schlangen sehr sorgfältig, so daß Sie bei meiner Rückkehr in der Lage sind, ihre Bewegungen mir genau zu beschreiben." - Nach sieben Tagen bei seiner Rückkehr fand er die Nonne außer Bett, bei der Erfüllung ihrer Pflichten...

Also erstmal in allen Ängsten: "Nicht knatschen, genau zusehen, die Wahrheit entdecken; denn die macht frei!"

Alle Überwindung von Hemmungen, jeder Abbau von Ängsten macht frei, fröhlicher zu leben, auch im Frühling und erst recht im Mai.