

Hessischer Rundfunk: "Übrigens, HR4"  
Michael Becker, Pfarrer  
Kassel

07.04.2009

## Das Leben überfordert uns alle

Plötzlich geht nichts mehr. Man hat das Gefühl: Aus, vorbei, kein Weg mehr. Wie eine ewige Karwoche. Manche fühlen sich so, leider. Schlagen dann um sich vor lauter Verzweiflung. Die einen schlagen oder töten sich, andere verletzen oder töten ihre Kinder wie am Wochenende in Nordhessen. Und in Amerika. Man will nur noch 'raus aus der Enge, aus dem Versagen oder den Schulden, fühlt sich eingeklemmt wie in einen Schraubstock und verschafft sich Luft. Das ist furchtbar. Gibt es denn keinen anderen Weg?

Den gibt es. Aber man muss ihn erstmal finden. Wer jahrelang alles in sich hineinfrisst, kann dann nicht mehr anders als um sich schlagen. Wer immer denkt: Das schaffe ich alles alleine, ist plötzlich aufgeschmissen und schafft nichts mehr. Manche sind so randvoll mit Sorgen und Angst und Schulden, dass sie unbedingt mal mit jemandem reden müssten, bevor sie nur wütend werden oder unberechenbar. Schweigen ist nicht immer Gold. Zu viel Schweigen kann auch gefährlich sein.

Wir sind keine Helden, die alles alleine können. Viele möchten es sein, aber sind es nicht. Kein Mensch schafft das Leben alleine. Es gibt so viele Sorgen, so viele Schwierigkeiten – darüber sollte man mit jemandem reden. Der Nachbar, die Kollegin, der Schwager sind auch keine Helden, können auch nicht alles alleine. Selbst wenn es so aussieht. Auf den ersten Blick sind immer alle perfekt, gelingt immer alles. Scheinbar. Aber wenn man genau hinschaut undinhört, ist jedes Leben voller Risse, Schrammen und Brüche. Das ist doch auch nicht schlimm. Das Leben überfordert uns alle.

Darüber müssen wir reden. Bevor das Leben nur noch weh tut, müssen wir von unseren Sorgen und der Angst sprechen. Bestimmt findet sich jemand, der uns

**Hessischer Rundfunk: "Übrigens, HR4"**  
**Michael Becker, Pfarrer**  
Kassel

07.04.2009

zuhört. Oder wir hören jemandem zu, der schon lange bedrückt aussieht. Viele Menschen sind hilfsbereiter, als man denkt – wenn man sie nur bittet. Am besten gleich.