

DER ANDERE SPURGEON

Zack Eswine

DER
ANDERE
SPURGEON

*Depressionen
und deren Bewältigung
am Beispiel des bekannten
Predigers*

Zack Eswine



Der andere Spurgeon

Zack Eswine

Depressionen und deren Bewältigung am Beispiel des bekannten Predigers

Paperback, 160 Seiten

Artikel-Nr.: 256733

ISBN / EAN: 978-3-86699-733-2

Wo wird in der Bibel von Menschen berichtet, die unter Depressionen litten?

Was half ihnen, die entsprechenden belastenden Zustände zu überwinden?

Wie ist in dieser Hinsicht das Ringen des Herrn Jesus im Garten Gethsemane einzuordnen?

Um diese und viele weitere Fragen geht es im vorliegenden Buch. Zahlreiche Bezugnahmen in den Predigten von C. H. Spurgeon (1834–1892) werden dabei zu einer Fundgrube: Der bekannte englische Verkündiger, der selbst mehrere Jahrzehnte lang unter Depressionen litt, überrascht dabei sowohl durch die Offenheit beim Blick auf sein Innenleben als auch durch die Vielfalt der Möglichkeiten konkreter Hilfe in...

Wenn Sie ein "echtes" Buch bevorzugen oder diesen Artikel verschenken möchten, können Sie diesen Download-Artikel ggf. auch käuflich erwerben, solange verfügbar.

[Artikel ansehen auf clv.de](#)

clv

Zack Eswine

Der andere Spurgeon

Depressionen und deren Bewältigung
am Beispiel des bekannten Predigers

clv

Soweit nicht anders vermerkt, sind die Bibelzitate der Elberfelder Übersetzung 2003, Edition CSV Hückeswagen, entnommen. Die der *Pilgerreise* von John Bunyan entnommenen, meist kursiv hervorgehobenen Personen- und Ortsnamen richten sich nach der deutschen Fassung mit folgenden bibliografischen Angaben: John Bunyan, *Pilgerreise zur seligen Ewigkeit*, 10. Auflage, Lahr-Dinglingen: Verlag der St.-Johannis-Druckerei C. Schweickhardt, 1983.

Einfachheitshalber wurde in den bibliografischen Angaben in Anlehnung an das Original der Verfassersname »Charles Spurgeon« verwendet. Überall dort, wo zusätzlich zu der im Original angegebenen Quelle eine diesbezügliche Internet-Adresse eingefügt wurde, ist dies entsprechend vermerkt worden.

1. Auflage 2024

© Copyright der britischen Originalausgabe 2014 by Zack Eswine
Published by Christian Focus Publications Ltd,
Geanies House, Fearn, Ross-shire, IV20 1TW, Scotland, UK.

Originaltitel: Spurgeon's Sorrows: Realistic Hope for those who Suffer from Depression

© der deutschen Ausgabe 2024 by CLV
Christliche Literatur-Verbreitung e. V.
Ravensberger Bleiche 6 · 33649 Bielefeld
www.clv.de

Übersetzung: Jo Frick, Warrensburg, New York, USA
Satz: EDV- und Typoservice Dörwald, Steinhagen
Umschlag: Lucian Binder, Meinerzhagen
Druck und Bindung: CPI books GmbH, Leck

Artikel-Nr. 256733
ISBN 978-3-86699-733-2

Für Jessica,
Eine Hilfe im *Sumpf der Verzagtheit*,
meine *hoffnungsvolle* Gefährtin,
gegen den *Riesen Verzweiflung*
und die *Zweifelsburg*.

Dank

Mein Dank gilt auch den Gemeindegliedern der Riverside Church, von wo aus ich dieses Buch schreibe. Für die mir zur Verfügung gestellte Zeit, die geleistete Zusammenarbeit und die erteilten Ratschläge bin ich insbesondere Jonathan und Liz Block, Sam und Greta Coalier, Ray und Donna Hagerty-Payne, Jason und Natalie Wilson sowie Margaret Wolfenbarger dankbar. Weil ihr wie Dr. Richard Winter mir zur Seite gestanden habt, durfte ich wachsen.

Inhalt

Teil 1: Der Depression auf den Grund gehen	11
1 Der Weg in die Betrübnis	13
2 Depression und unsere Umstände	21
3 Die Krankheit der Schwermut	29
4 Geistliche Depression	39
Teil 2: Lernen, wie man jenen helfen kann, die unter Depressionen leiden	57
5 Diagnose, aber noch keine Heilung	59
6 Begrifflichkeiten für unsere Betrübnis	70
7 Hilfe, die schadet	79
8 Jesus und die Depression	89
Teil 3: Lernen hilft, die Depression im Alltag zu bewältigen	99
9 Verheißungen und Gebete	101
10 Natürliche Hilfsmittel	114
11 Selbstmord und die Entscheidung für das Leben	128
12 Der Nutzen der Betrübnis	143
Abkürzungen	156

»Ich leide an derart furchtbaren Depressionen des Geistes, dass ich hoffe, dass keiner von euch jemals zu solch äußersten Enden des Elends vordringen muss wie ich.«¹

»Um körperliche Gebrechen kümmern wir uns recht schnell. Sie sind zu schmerzhaft, um uns in Schweigen gehüllt dahindösen zu lassen. Sie drängen uns alsbald dazu, einen Arzt oder einen Chirurgen aufzusuchen, um Heilung zu erfahren. Ach, wären wir uns doch der ernsthafteren Wunden des inwendigen Menschen genauso bewusst.«²

»Ich weiß aus persönlicher Erfahrung, dass es nichts auf der Erde gibt, was der menschliche Körper erleiden könnte und was mit der Verzagtheit und Niedergeschlagenheit des Geistes vergleichbar wäre.«³

Charles Haddon Spurgeon

-
- 1 Charles Spurgeon, »Joy and Peace in Believing«, *Metropolitan Tabernacle Pulpit (MTP)*, Bd. 12, Predigt 692. <http://www.spurgeongems.org/vols10-12/chs692.pdf> (abgerufen am 8. 8. 2024).
 - 2 Charles Spurgeon, »Healing for the Wounded«, *The New Park Street Pulpit (NPSP)*, Predigt 53, in: *The Spurgeon Archive*. <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/healing-for-the-wounded/> (abgerufen am 8. 8. 2024).
 - 3 Charles Spurgeon, »The Garden of the Soul«, *MTP*, Bd. 12 (Ages Digital Library, 1998), S. 370. A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/the-garden-of-the-soul/#flipbook/> (abgerufen am 8. 8. 2024).

*Teil 1:
Der Depression
auf den Grund gehen*

1 *Der Weg in die Betrübnis*

*»Der Weg in die Betrübnis ist ein ausgetretener Weg.
Es handelt sich dabei um den gängigen Pfad zum Himmel,
dem die Schafe folgen, und die gesamte Herde Gottes hat
diesen Pfad bisher einschlagen müssen.«⁴*

Wie überstehen wir sie? Jene Zeiten, die uns den Atem rauben; wenn selbst unsere Stärksten und Mutigsten mit verzweifelmtem Blick bekennen müssen: »Ich weiß nicht, was ich beten soll« (eine Umschreibung dessen, was Paulus in Römer 8,26 zum Ausdruck bringt). Wie überstehen wir solche Zeiten, wenn unser Schweigen gegenüber unseren Sätzen das Feld behauptet? Dann ist es, als hätten unsere Worte keine Rettungsweste. Sie müssen zurückbleiben, in seichten Gewässern auf der Stelle treten und uns aus der Ferne zusehen. Worte haben keine Kraft, sich mit uns in die bebenden Tiefen hinauszuwagen, die uns verschlingen wollen.

Und viele von uns, die an Jesus glauben, geben es zwar nicht gern zu, doch auch wir sind nicht dagegen gefeit. Viele von uns wissen, wie es ist, wenn man Haare, Gewicht und Appetit verliert und sich selbst bald nicht mehr ähnlich sieht. Schmerzliche Umstände oder ein vom Trübsinn beherrschtes Gemüt können unsere Körperchemie beeinträchtigen. Sie können ihre schlammigen Stiefel anziehen und mit ihrer ganzen Bedeutungsschwere auf unserem müden Brustkorb lasten. Es ist geradezu so, als fesselte die Beklemmung die Fußknöchel und Handgelenke unseres Atems mit einem Seil. An einen Stuhl gefesselt und bei ausgeschaltetem Licht sitzen wir da und schlucken voller Panik die dunkle Luft des Raumes.

⁴ Charles Spurgeon, »The Fainting Hero«, *MTP*, Bd. 55.
A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/the-fainting-hero/#flipbook/>
(abgerufen am 8. 8. 2024).

Derartige Umstände und solche Beeinträchtigungen unserer Körperchemie können uns darüber hinaus das Geschenk der göttlichen Liebe rauben, als würden alle Liebesbriefe und Fotoalben Gottes in einem Feuer vor der Tür verzehrt werden, einem Feuer, dessen zerstörerischer Kraft wir in unserer Hilflosigkeit nicht Einhalt gebieten können. Wir sitzen dort – hilflos inmitten der Finsternis göttlicher Abwesenheit, an besagten Stuhl gefesselt, lediglich von Asche und Keuchen umgeben, während all das, was uns lieb und teuer ist, für immer verloren zu sein scheint. Wir fragen uns sogar, ob wir uns all dies selbst zuzuschreiben haben. Es ist unsere Schuld. Gott ist gegen uns. Wir haben Gottes Hilfe verwirkt.

In psychischer Hinsicht schlagen wir uns mit all dem herum, und es ist erst Dienstag! Wie können wir nur den Rest der Woche überstehen?

Unser Gefühl der Hilflosigkeit

An einem Novembermorgen beschrieb ein Prediger namens Charles Spurgeon im Rahmen seiner Predigt kontraproduktive Mächtegernhelfer, die den Niedergedrückten sagen: »Oh! So sollte dir aber nicht so zumute sein!«, oder: »Oh! Du solltest weder solche Worte über die Lippen bringen noch solche Gedanken hegen.«⁵ Dann trat er nachdrücklich für jene ein, die unter Depressionen leiden. »Es ist nicht leicht zu wissen, wie jemand anderem zumute sein sollte und wie jemand anders handeln sollte«, sagte er.

»Wir unterscheiden uns zwar alle voneinander, doch ich bin mir sicher, dass es etwas gibt, was wir in Zeiten tiefer Betrübnis alle gemeinsam haben, nämlich ein Gefühl der Hilflosigkeit.«⁶

5 Jeweils zitiert nach: Charles Spurgeon, »The Exaltation of Christ«, Predigt 101, *NPSP* (2. November 1856).
<https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/the-exaltation-of-christ/#flipbook/>
(abgerufen am 8. 8. 2024).

6 Jeweils zitiert nach: ebenda.

Ja, wir empfinden Hilflosigkeit, und auch ein Schamgefühl breitet sich aus. Wie auch bei anderen Problemen, die seelische Gesundheit betreffen, reden wir so gut wie nicht über Depressionen. Falls wir es dennoch tun, sprechen wir im Flüsterton darüber, als wäre dieser Themenbereich skandalös, oder wir weisen den Betroffenen zurecht, als handle es sich um eine Sünde. Da ist es kein Wunder, dass nicht viele von uns Hilfe suchen. Wenn wir es nämlich tun, sorgen diejenigen, die helfen wollen, dafür, dass die damit verbundene Scham nur noch verstärkt wird.

Wie kann es dann sein, dass dieser Prediger in der Lage war, in der Gemeinde öffentlich aufzustehen und derart offen über Depression zu reden? Er war der Pastor einer erstaunlich großen Gemeinde – einer der ersten Megagemeinden, wie wir heute sagen würden. Es war das 19. Jahrhundert. Er war Brite, lebte in der viktorianischen Zeit und war Baptist. Wie war es überhaupt möglich, dass jemand, der mit diesen drei Sachverhalten beschrieben wird, über ein solches Thema derart offen redet?

Die Antwort ist teilweise in dem Schmerz zu entdecken, der von einer Katastrophe hervorgerufen wurde. Diese Predigt hielt er Anfang November, als er über Hilflosigkeit sprach und jene, die unter Depressionen litten, in Schutz nahm. Nur zwei Wochen zuvor hatte er an genau demselben Ort zu Tausenden von Menschen gesprochen. Doch jene Veranstaltung kam zu ihrem jähen Ende, als ein böswilliger Zuhörer »Feuer!« rief. Die sich daraus ergebende Panik forderte sieben⁷ Todesopfer und 28 Schwerverletzte.

Charles (so nenne ich ihn einfach einmal) war 22 Jahre alt und befand sich im zehnten Monat seiner jungen Ehe. Nach der Geburt ihrer Zwillingssöhne mussten er und seine Frau im ersten Monat ihrer Elternschaft in einem neuen Haus, das voller unausgepackter Kartons war, zurechtkommen – mit den Windeln und allem dergleichen, was Säuglinge mit sich bringen. In Anbetracht der recht großen Zahl der Todesopfer machten ihn die Zeitungen von ganz London dafür verantwortlich, indem sie mit gemeinen Artikeln und auf

7 A. d. H.: Andere Quellen geben acht Tote an.

erbarmungslose Weise über ihn herzogen. Die furchtbare Tragödie und die öffentlichen Anschuldigungen trieben Charles – nicht nur in dieser Anfangszeit, sondern auch mit bleibenden Auswirkungen – fast in den Wahnsinn.

Ich beginne unsere Beschäftigung mit dem Thema Depression, indem ich auf diese Novemberpredigt Bezug nehme, in der ein Pastor öffentlich seine Ehrlichkeit erkennen lässt und seine Gemeinde zu ihm steht. Ich tue dies, weil seine Predigt das offenbart, was dieser schmerzerfüllte Mann sagte, als er zum ersten Mal nach dem blinden Alarm mit tödlichen Folgen auf die Kanzel zurückkehrte. Was den Beginn betrifft, hoffe ich, dass du, lieber Leser, nachvollziehen kannst, wie hilfreich dieser ist. Charles fängt damit an, dass er sich zu seiner Stellung als hinfälliger Mensch bekennt:

»Ich bereue es beinahe, dass ich es gewagt habe, mich heute Morgen auf diese Kanzel zu begeben, denn ich bin völlig unfähig, euch zum Nutzen zu predigen. Ich hatte eigentlich gedacht, dass die Stille und das Ausruhen der letzten vierzehn Tage die Auswirkungen jener schrecklichen Katastrophe beseitigt haben. Doch da ich nun zu dem gleichen Ort zurückkehre und insbesondere hier stehe, um meine Worte an euch zu richten, empfinde ich etwas von denselben schmerzlichen Emotionen, die mich zuvor beinahe zugrunde gerichtet haben. Entschuldigt mich deshalb heute Morgen ... Ich war völlig unfähig, mich vorzubereiten ... Oh, möge sich der Geist Gottes verherrlichen und seine Kraft in der Schwäche seines Dieners erweisen und ihn befähigen, seinen Herrn zu ehren, selbst wenn seine Seele in ihm niedergeschlagen ist.«⁸

Der Umstand, dass solch ein herausragender christlicher Pastor unter Depressionen litt und offen darüber redete, lädt uns dazu ein, einem Mitleidenden zur Seite zu stehen. Weil dieser Pastor und Prediger anfang, sich mit Glauben und Zweifel, Leid und Hoffnung aus-

8 Charles Spurgeon, »The Exaltation of Christ«, Predigt 101, *NPSP* (2. November 1856). <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/the-exaltation-of-christ/#flipbook/> (abgerufen am 8. 8. 2024).

einanderzusetzen, haben wir einen Weggefährten gewonnen. Wenn wir seine Geschichte kennenlernen, können wir damit beginnen, unsere eigene Geschichte herauszufinden. Was er in Bezug auf Jesus in der Finsternis herausfand, kann uns als Licht in unserer eigenen Finsternis dienen.

Der Schmerz meines Geliebten

Im Leben der meisten von uns kommt der Zeitpunkt, an dem wir keine Kraft mehr haben, uns am eigenen Schopf aus dem Sumpf zu ziehen bzw. vorzugeben, stark zu sein. Manchmal sind wir der Verzweiflung nahe, weil das Leben uns harte Schläge versetzt und Gott dies zugelassen hat. Wie beispielsweise die Angehörigen einer Familie, die ihren Urlaub in den Bergen verbrachten und dabei zuschauten, wie einer von ihnen ausrutschte und auf die Felsen stürzte – wobei doch alles hätte schön und erholsam sein sollen. Oder wie z.B. Eltern, deren Kind in der Schule misshandelt oder angeschossen wurde. Charles und jene, die an jenem schrecklichen Tag ihre Angehörigen verloren hatten, mussten in einem Gemeindehaus mit dem Leid zurechtkommen, das über sie hereingebrochen war, als das Wort gepredigt wurde und ein Böswilliger nicht seinen Mund halten konnte.

Die Lunge füllt sich mit Fragen. In seelischer Hinsicht keuchen wir nur noch. Wir sind wie betäubt, und Gefühllosigkeit überkommt uns. Ob im Urlaub oder in der Schule oder in der Gemeinde, so etwas sollte *dort* eigentlich nicht passieren.

Selbst ein Nachfolger Jesu bekommt dann weiche Knie. Charles' Frau Susannah sagte damals Folgendes über ihn: »Der Schmerz meines Geliebten war so tief und so ungestüm, dass die Vernunft auf ihrem Thron zu wanken schien, und wir befürchteten bisweilen, dass er nie wieder predigen würde.«⁹

⁹ Charles Ray, *The Life of Susannah Spurgeon*, in: *Morning Devotions by Susannah Spurgeon: Free Grace and Dying Love*, Edinburgh: The Banner of Truth Trust, 2006, S. 166.

Obwohl es nicht auf einen jeden von uns oder auf jeden unserer Lieben zutrifft, gilt es allerdings in diesem bekannten Fall, dass Charles Spurgeon wieder in den Predigtdienst zurückkehrte. Doch vielerlei Betrübnisse bedrängten und verfolgten ihn für den Rest seines Lebens. Seine Depressionen ergaben sich nicht nur aus Umständen oder aus der Frage, ob er Gott geweiht war oder nicht, sondern auch aus der Chemie seines Körpers. Gott schenkte uns einen Prediger, der aus eigener Erfahrung wusste, wie es sich anfühlte, wenn seine Vernunft nicht nur einmal, sondern viele Male während seines Lebens und Dienstes ins Wanken geriet. Und irgendwie haben sich dieser Leidende namens Charles und seine liebe Frau Susannah (die ebenfalls den Großteil ihres Lebens als Erwachsene körperlich litt) darin als Überwinder erwiesen. Sie haben es hinter sich gelassen, indem sie voreinander und vor ihrer Generation darauf beharrten, dass die Betrübten einen Retter haben.

An jenem Novembermorgen tat Charles etwas in aller Schwäche, zu dem einige von uns angesichts der eigenen Betrübnisse noch nicht in der Lage gewesen sind. Er las die Bibel. Vielleicht tröstet es dich zu wissen, dass »der bloße Anblick der Bibel« Charles eine Zeit lang zum Weinen brachte.¹⁰ Viele von uns wissen, wie sich dies anfühlt. Doch dieser Schriftabschnitt (Philipper 2,9-11) »hatte eine derart tröstende Wirkung auf [seinen] bekümmerten Geist«.

»... und in seiner äußeren Erscheinung als ein Mensch erfunden, erniedrigte er sich selbst und wurde gehorsam bis zum Tod, ja bis zum Tod am Kreuz. Darum hat ihn Gott auch über alle Maßen erhöht und ihm einen Namen verliehen, der über allen Namen ist« (Phil 2,8-9 [Schlachter 2000]).

Von diesem Schriftabschnitt ausgehend, war es Charles ein Anliegen, uns die umfassendere Geschichte seiner Hoffnung vor Augen zu führen. Derselbe himmlische Vater, der seinen Sohn aus Schlamm,

10 Charles Spurgeon, »Honey in the Mouth!«, *MTP*, Bd. 37 (Ages Digital Library, 1998), S. 485.
A. d. H.: <https://www.spurgeon.org/resource-library/sermons/honey-in-the-mouth/#flipbook/>
(abgerufen am 8. 8. 2024).