

# «Es braucht Urvertrauen in das Leben»

**Seelsorge** Der Theologe Reinhold Bernhardt hat sich mit dem Widerfahren des Tragischen auseinandergesetzt. Ein breiter intellektueller Ansatz geht einher mit praktischen Ratschlägen.

Jeder erwachsene Mensch dürfte diese Erfahrung schon gemacht haben: Wir geraten selbst verschuldet oder ohne unser Zutun in eine Situation, die uns entgleitet und gar Unheil anrichtet. Es braut sich ein Sturm zusammen, und wir sehen ihn zuweilen auch kommen, können ihm aber nicht enttrinnen. Oft gibt es dabei den einen entscheidenden Moment, in dem der zuvor harmlos wirkende Verlauf auf einmal eine fatale Richtung einschlägt. Seit den grossen Tragödien der Antike, die auch heute noch in den Theatern gespielt werden, heisst das Peripetie. Eine chaotische Eigendynamik nimmt ihren Lauf, und wir werden in den Strudel der Ereignisse gezogen.

Der «Erfahrung des Tragischen» hat sich nun der Theologe Reinhold Bernhardt in seinem gleichnamigen Buch gewidmet. Der emeritierte Professor, der bis 2024 an der Universität Basel lehrte, beginnt mit seiner stark wissenschaftlich geprägten Abhandlung genau dort, wo der Begriff seinen kulturgeschichtlichen Anfang nimmt: in der griechischen Dramenkunst.

## Ausgangspunkt Antike

In seinem 270 Seiten langen Werk spannt Bernhardt einen weiten Bogen und nähert sich dem Thema mit verschiedenen Ansätzen. Dazu gehört die grundlegende Erörterung und Definition, um was es sich beim Tragischen überhaupt handelt. «Ich wollte herausfinden, was wir darunter verstehen. Ist es nur das Schreckliche oder hat der Begriff eine genauere Bedeutung?», sagt der Autor im Gespräch mit «reformiert». Schritt für Schritt seziert und beleuchtet er den Begriff und die zugehörigen Merkmale. So schält Bernhardt den Kern des Tragischen in den attischen Tragödien und den modernen Dramen genauso heraus, wie er das Thema in der Philosophie und der Theologie verortet. Dazwischen nimmt er eine umfangreiche und differenzierte Typologisierung vor.

Das ist alles hochspannend, aber auch ein ausgeprägt intellektueller Zugang. Als einfacher Lebensratge-



Cordula Trantow und Mathieu Carrière im Stück «Hekabe» von Euripides.

Foto: Eddy Risch/Keystone

## «Tragische Erfahrungen führen oft zu einer totalen Lähmung.»

Reinhold Bernhardt  
Theologe und Autor

ber wird diese Publikation nicht in den Regalen der Buchhandlungen auftauchen. Das ist wohl auch nicht das Ziel. Und doch möchte Bernhardt dazu beitragen, «die Erfahrung des Tragischen genauer in den Blick zu bekommen und besser zu verstehen». Um so besser damit umgehen zu können.

Hierfür zeigt Bernhardt stringent, was das Wesen des Tragischen aus-

macht. Es liegt unter anderem in der Unverhältnismässigkeit des hereinbrechenden Unglücks zur Ausgangstat oder Intention bis hin zur Sinnlosigkeit. Und in der Kontingenz der Geschehnisse, im Umstand, dass diese nicht zwingend ins Verderben führen müssen. Fatalismus ist für Bernhardt fehl am Platz.

### Der Glaube kann helfen

Lässt sich ein Unheil somit im Prinzip abwenden? Das hält Bernhardt zumindest für möglich, allerdings nicht für allzu realistisch, weil tragische Erfahrungen oft zu einer totalen Lähmung führten. «Es ist ein schwieriger Prozess, bis man dahin kommt, sich bewusst gegen diese Erfahrung aufzulehnen.»

Entscheidend ist für ihn eher die Frage, wie ein Mensch das Erlebte verarbeitet. Dabei gehe es nicht um intellektuelle Antworten auf Sinnfragen, sondern um die Heilung einer Wunde. Bernhardt legt hierfür gegen den Schluss des Buches sehr

praktische Aspekte dar. Demnach braucht es vor allem viel Zeit und Geduld. Der Autor gibt nicht nur Betroffenen Inputs, sondern ermutigt auch Aussenstehende, die Hilfe leisten, «das Sinnlose mit der betroffenen Person auszuhalten, in der Hoffnung, dass diese einen Weg findet, damit umzugehen».

Eine Leitfrage des letzten Kapitels lautet, wie sich tragische Erfahrungen denn zum Glauben an einen heilenden und gegenwärtigen Gott verhalten. Für den Theologen Bernhardt muss es nicht nur der Glaube sein, der die leidende Person durch schwere Lebensphasen tragen kann, denn sonst gäbe es schliesslich für Menschen ohne Glauben keine Hoffnung. Es brauche aber ein Urvertrauen in das Leben. Der Glaube «kann helfen, denn er ist mit der Gewissheit verbunden, dass man nicht ins Bodenlose fällt». Stefan Welzel

Reinhold Bernhardt: Die Erfahrung des Tragischen. TVZ, 2026, 270 Seiten

Dana Grigorcea



## Von der Kunst, es sich schön einzurichten

Wie viel Besitz braucht ein Mensch, um sich die Welt zu eigen machen zu können? Die Frage stellt sich mir besonders auf Lesereisen. Zuletzt bereiste ich mit einem kleinen Handkoffer die drei deutschsprachigen Länder und Frankreich. In jedem Hotel prüfte ich erwartungsfroh die Zimmeraussicht und die Bettkissen. «Die Autorin schätzt Unterkünfte mit Charme», schreibt mein Verlag an die Veranstalter. Mal hatte ich Meerblick, in Innsbruck ein Zimmer mit Schaukel, anderswo das zerkratschte Gesicht eines alten Schriftstellers auf den Kissenbezügen. An jedem Ort packe ich andächtig meinen Koffer aus und richte mich ein, versuche, meinen Besitz in eine magische Anordnung zu bringen, in jeder Stadt die gleiche Übung im Anverwandeln eines Zimmers.

Mein Vorbild in Sachen Lebenskunst war meine Grossmutter Rodica, deren Geschichten über das Anwesen ihrer Kindheit mit den Kletterrosen auf den Eingangssäulen genauso voller Behaglichkeit waren wie die über das Leben nach der staatlichen Enteignung im Kommunismus, als sie in einer Garage wohnte und ihr emailliertes Wännchen punktgenau neben den Stuhl hingeschoben hatte, um die vom Bein abgestreiften Flöhe darin zu ertränken. Ich sehe uns noch zusammen den Tisch decken und wie sie mit seligem Lächeln die Servietten faltet.

Es braucht nicht viel, um es sich schön einzurichten auf der Welt. Letztens besuchte ich meine Kindheitsfreundin in Paris. Sie wohnt im Zentrum, in einem verwunschenen Haus mit kleinem Innenhof, ist aber seit Kurzem Witwe und lebt klamm, mit zwei Kindern. Zur Feier meines Besuchs hat sie ihren Innenhof geschmückt, Leuchtlaternen in den noch kahlen Bäumen befestigt, den steinernen Tisch weiss gedeckt und darauf einen riesigen Blumenstraus mit Kirschblüten gestellt, denn auf meinem neuen Buchcover sind Kirschen. Und es war um uns genau jene magische Anordnung der Dinge, dass ich mich fühlte wie heimgekehrt am ersehnten Ort. In der Nacht zog ein Sturm auf und zerschmetterte die Gallé-Vase. Meine Freundin tröstete mich über den Verlust ihrer Vase, das sei der Gang aller Dinge, wir hätten sie ja zusammen gesehen, mit Kirschblüten, und jetzt auch das schöne Funkeln der Scherben.

Die Schriftstellerin Dana Grigorcea schreibt in ihrer Kolumne für «reformiert.» über das Thema «Heimat ist überall». Illustration: Grafilu

## Lebensfragen

### Können wir unsere Beziehung noch retten?

Mein Mann und ich haben uns sehr auseinandergeliebt. Wir waren mal ein tolles Paar. Aber seit wir Eltern sind, streiten wir viel, hören uns nicht mehr zu. Wir arbeiten beide viel, haben zwei kleine Kinder im Vorschulalter und keine Zeit mehr für gar nichts. Ich bin sehr erschöpft, so kann ich nicht mehr. Aber ist eine Trennung wirklich die Lösung? Gibt es eine Rettung für uns?

Sie sind in einer Situation, die sehr viel Kraft kostet. Sie fühlt sich untragbar an, und es tut weh zu lesen, wie einsam Sie beide sich unterdessen fühlen. Tatsächlich hört es sich ernst an, und es ist gut, dass Sie den Ernst der Lage erkennen. Dieser Stress, den Sie beschreiben, ist eine grosse Belastung für Sie beide und wohl auch für Ihre Kinder. Sie und Ihr Mann brauchen sichtlich einen Stopp. Nehmen Sie sich je einige Tage Zeit für sich selbst und tanken Sie etwas auf. Das lege ich Ihnen als Erstes ans Herz. Erst danach sind Sie in der Lage, sich gemeinsam hinzusetzen und zu schauen, was denn eigentlich los ist.

Viele Paare beschreiben Ähnliches in dieser Lebensphase. Die Kleinkindzeit ist eine der tiefgreifendsten Umstellungen, die Paare zu bewältigen haben. Und viele verlieren im Stress des Alltags das

Gefühl von Verbundenheit. Dann kann der Partner, die Partnerin zum Gegner werden, gar als Bedrohung erlebt werden.

Der Teufelskreis, die Spirale von Vorwürfen kann jedoch durchbrochen werden! Nein, der Stress muss die Liebe nicht auffressen. Wenn Sie sich bewusst Zeit nehmen, sich wieder wertschätzend Ihre Wünsche und Bedürfnisse mitteilen, diese würdigen können, dann gibt es eine Chance, einen Paar-Boden zu schaffen, auf dem Sie wieder gemeinsam entwickeln können, wie Sie sich als Paar und auch als Familie organisieren möchten. Wie Sie mehr Luft und mehr Entlastung in Ihren Alltag bringen, damit die Liebe wieder wachsen kann.

Nein, eine Trennung muss nicht sein. Paare können ihre Chemie verändern, das Team-Gefühl wieder

entdecken und stärken. Eine Paarberatung könnte in Ihrer Situation sehr klärend und unterstützend wirken. Nicht der Partner, die Partnerin ist das Problem – sondern der Teufelskreis von Stress und Missverständnissen.



Martin Bachmann,  
Paarberatung  
im Kanton Zürich

Lebensfragen. Fachleute beantworten Ihre Fragen zu Glauben und Theologie sowie zu Problemen in Partnerschaft, Familie und anderen Lebensbereichen: Corinne Dobler (Seelsorge), Martin Bachmann und Salome Roesch (Partnerschaft und Sexualität) und Ralph Kunz (Theologie). Senden Sie Ihre Fragen an «reformiert.», Lebensfragen, Preyergasse 13, 8001 Zürich. Oder an [lebensfragen@reformiert.info](mailto:lebensfragen@reformiert.info)