

VOLKER HALFMANN

Mein goldener Sprung in der Schüssel

Zwangsstörungen und Alkoholabhängigkeit sind weit verbreitete Phänomene in unserer Gesellschaft. Aber nicht unter Pastoren. Jedenfalls ist es nicht üblich, dass diese dann noch schonungslos ehrlich darüber reden. In «Mein goldener Sprung in der Schüssel» erzählt Volker Halfmann seine Geschichte – ohne Pathos, ohne schöngefärbtes Happy End, aber mit der tiefen Gewissheit: «Ich war gefangen, und jetzt bin ich frei!»



DAS BUCHCOVER WURDE VON DER JAPANISCHEN REPARATURMETHODE KINTSUGI INSPIRIERT: RISSE WERDEN DURCH GOLD BETONT.

«Was ich erlebt habe, haben tausend andere auch erlebt: Zwangsgedanken, irrationale Ängste, Rückzug, Alkohol und Medikamentenmissbrauch, Scham, Lügen, Konflikte im persönlichen Umfeld, Arbeitsunfähigkeit, Selbstmitleid, Depressionen, Psychiatrie, neue Hoffnung, Lebensmut, Übermut, Rückfall, Hilfsangebote von aussen, neuer Aufbruch, alte Lasten [...] Eigentlich nichts Besonderes also. Das einzig Ungewöhnliche an mir ist mein Beruf: Ich arbeite [...] als Pastor einer evangelischen Freikirche.» So beginnt Volker Halfmann sein Buch.

Es geht schon beim Titel los

Wer das Cover anschaut, der sieht auf den ersten Blick, dass dieses nicht dem Klischee des typisch christlichen Buchs entspricht: schwarzer Hintergrund statt Sonnenuntergang, ein glatzköpfiger Mann statt Familienidyll und dazu sichtbare Brüche, die auch noch golden hinterlegt sind.

«Mein goldener Sprung in der Schüssel» ist bereits durch den Titel herausfordernd. Denn «normal» wäre eher eine goldene Schüssel mit einem Sprung, den es eventuell zu kaschieren gilt. Aber was kommuniziert ein «Sprung in der Schüssel», eine Störung, ein echter Riss in der Persönlichkeit? Der auch noch vergoldet wird? Tatsächlich bleibt Volker Halfmanns Buch eine Herausforderung: Es ist ein Blick in Abgründe, in Hilflosigkeit und Abhängigkeiten. Dabei leidet man als Leser mit dem Autor, erfährt unendlich viel über Sucht, zwanghaften Glauben, falsche Gottesbilder und Gottes greifbare Gnade. «Mein goldener Sprung in der Schüssel» bietet keine einfachen Antworten, das Buch verharmlost an keiner Stelle psychisches Leid, stattdessen bietet Halfmann tiefe und ehrliche Einblicke in sein Leben.



VOLKER HALFMANN

Ehrlichkeit, die wehtut – und gewinnt

Ohne sich zum bejammernswerten Opfer zu stilisieren, erzählt der FeG-Pastor seine Geschichte. Von seinem Theologiestudium und seiner Ehe, seiner Arbeit in der Gemeinde und den Momenten, in denen ihm immer klarer wird, dass er sich und anderen ein Leben vorspielt, das nicht echt ist. Zwangsstörungen beherrschen sein Leben und führen ihn zu Medikamenten und in Alkoholabhängigkeit.

Als er nach einem Absturz in einer Psychosomatischen Klinik landet, trifft er eine folgenschwere Entscheidung: Gott soll nicht länger sein Lebensinhalt sein, weil er ihm doch nicht hilft. Stattdessen sieht er Gott als «eine Plage, ein lebensvernichtendes

Gift» (S. 20) und will ihn loswerden. Er schreit Gott an: «Hörst du mich, du da oben, oder wo auch immer du thronst? Du kannst mich am Arsch lecken, ich will dich nicht mehr», und wenig später ergänzt er: «Du hast mich kleingemacht, mir das Leben geraubt, mir die Luft zum Atmen genommen» und: «Weisst du was? Das Leben, mein Leben fühlt sich verflucht gut an ohne dich» (S. 59-63). Halfmann schreibt Gott einen Brief mit all seinen Vorwürfen und negativen Gedanken. Und er schickt ihn auch an das christliche Magazin «Aufatmen», wo er eine Weile später unter dem Titel «Mein freiwillig gottloses Jahr» veröffentlicht wird – es ist immer noch der Artikel mit der höchsten Zahl an Leserbriefen.

Das Buch entfaltet beim Lesen einen regelrechten Sog und man möchte es gar nicht aus der Hand legen. Warum eigentlich? Es ist klar und leicht geschrieben. Es ist ehrlich, zornig und trotzig. Es ist zu keiner Zeit platt. Es beschreibt Krankheit, Zwänge und Sucht auf eine hilfreiche und konstruktive Art. Wer selbst davon betroffen ist, merkt, dass er mit seinen Schwierigkeiten nicht allein ist. Aber auch den anderen hält Halfmann mit seiner Geschichte einen Spiegel vor. «Heute weiss ich, dass gerade in christlichen Kreisen die Konflikte nicht dort ausgetragen werden, wo sie wirklich sind» (S. 42), unterstreicht er und plädiert für eine neue Ehrlichkeit in Kirche und Gemeinde. In der Therapie ist keiner besser als der jeweils andere. Alle sind verwundet. Alle brauchen Hilfe. Letztlich ist das unter Christen nicht anders. Römer, Kapitel 3, Vers 23 erklärt deutlich: «denn alle haben gesündigt und verfehlen die Herrlichkeit, die sie vor Gott haben sollten». Natürlich ist das christliches Allgemeingut, doch Halfmann zeigt das alltägliche Besser-scheinen-als-man-ist vieler Christen und entlarvt es als Angst vor Kontrollverlust.

Es dauert lange, bis er Hilfe sucht und Schritte heraus aus Krankheit und Abhängigkeit geht. Volker Halfmann nimmt seine Leser mit zu seinen Erfolgen und Rückfällen, hinein in sein Denken und Handeln. Und in seine Familie, denn er geht nicht solo durch seine Krise.

Kintsugi

Zu Beginn seiner Geschichte geht Halfmann davon aus, dass er für Gott vollkommen sein müsste, gerade als Pastor – dieser Druck und sein verbogenes Gottesbild tragen zu seinem Abrutschen bei. Doch im Laufe der Zeit lernt er, mit den Brüchen seines Lebens umzugehen. Das Bild, das er dazu gebraucht (und das auch das Cover inspiriert hat), nennt sich Kintsugi und ist eine japanische Reparaturmethode für Keramik. Das Besondere daran ist, dass Risse und Brüche in der Keramik dabei nicht kaschiert werden, im Gegenteil: Scherben werden mit einem speziellen Lack zusammengeklebt und diese Adern anschliessend durch Gold oder Silber noch betont. Dahinter steckt die Überzeugung, dass man «gerade auch im Fehlerhaften und Vergänglichem eine einzigartige Schönheit erkennen kann. Denn nicht die Makellosigkeit eines Objekts ist entscheidend, sondern vielmehr der besondere Glanz, der von ihm ausgeht. Bei Kintsugi entsteht dieser Glanz gerade durch die Zerbrochenheit» (S. 160-161).

Tatsächlich wird zwischen wütenden Anklagen und ehrlichem Reden über Versagen der Autor nicht kleiner – und Gott schon gar nicht.

(K)ein Happy End

Viele Menschen kennen die Welt kaum, in der Volker Halfmann lebt. Doch alle leben mit ihren Begrenzungen, überzogenen Erwartungen und den zahlreichen Brüchen im Leben. An irgendeinem Punkt wird jeder mit dem eigenen «Sprung in der Schüssel» konfrontiert oder mit dem eines anderen. Süchte, Ängste und Abhängigkeiten machen übrigens nicht an der Kirchentür Halt. Das unterstreicht das Beispiel des Autors deutlich.

Inzwischen arbeitet Halfmann wieder als Pastor und daneben als Suchtberater beim Blauen Kreuz. Er ist immer noch verheiratet. Er ist trocken. Und er kämpft immer noch mit Themen, die ihn vielleicht nie loslassen werden. Genau deshalb ist das Buch so wichtig: Es gibt kein Leben und auch kein Glaubensleben ohne Risse. Die Frage ist nur, wie man damit umgeht. Verstecken, kitten oder vergolden?

«Nur du allein kannst es schaffen. Aber du schaffst es nicht allein.» (Motto der Anonymen Alkoholiker)

Zum Buch:

Volker Halfmann: *Mein goldener Sprung in der Schüssel. Wie ich als Pastor mit meinen Zwangsstörungen und der Alkoholabhängigkeit lebe*, 272 Seiten, SCM R. Brockhaus, ISBN 978-3-417-26872-0, SFr 29,90 / EUR 16,99.

Zum Thema:

[Hauskreis? Nein, danke!: Die Dynamik von 12-Schritte-Gruppen für Kleingruppen entdecken](#)

[Geschichte einer Befreiung: Einmal Alkoholiker, immer Alkoholiker?](#)

[Michael W. Smith: Gebrochen – im Kino und im persönlichen Leben](#)

[Minderwertigkeitsgefühle: Auch unter Christen verbreitet: Das Hochstapler-Syndrom](#)



COVER VON «MEIN GOLDENER SPRUNG IN DER SCHÜSSEL»

Quelle: Livenet

LIVENET AKTUELL



Global Outreach Day

Jesus im französischsprachigen Afrika bekannt machen



Geplante Angebote im 2019

Jugendliche im Internet mit dem Evangelium erreichen



Jesus.ch-Print Nr. 50

Jesus für 250'000 Haushalte

[weitere Artikel](#)