

Kirche in 1Live | 31.08.2019 floatend Uhr | Christiane Birgden

Depression

Solche Filme bringen ordentlich Klicks: Eine junge Frau, offensichtlich glückliche Vierlingsmutter, lacht mit vier propperen Babys um die Wette. Und das eine Minute und vier Sekunden lang. Der – ich nehme an Vater – macht hinter der Kamera allerlei Faxen, wir hören ihn nur im Ton. Gucke ich auch gerne ... Schwierig finde ich aber, unter welcher Überschrift ich das auf Facebook gefunden habe: Mittel gegen Depression. Das klingt so, als ob man eine Depression mal eben so weglachen könnte.

Depression ist kein "mal mies drauf sein", sondern eine Krankheit, die nicht selten tödlich endet. Eine Freundin schreibt mir: Das Schlimme, bei einer Depression, ist, dass man nichts mehr fühlt. Da helfen auch keine gibbelnden Vierlinge.

Meine Freundin hat sich inzwischen therapeutische Hilfe geholt, zeitweilig auch medikamentös unterstützt. Und sie hat sich einer Kirchengemeinde angeschlossen. Die Gottesdienste tun ihr gut, sagt sie. Das ist nochmal was anderes, neben der Therapie. Im Gottesdienst, sagt sie, spüre ich mich selbst. Vor Gott muss ich mich nicht verstecken mit meiner Depression. Sie ist ein Teil von mir, aber ich bin noch so viel mehr und es tut gut, das zwischendurch zu spüren.

Sprecher: Daniel Schneider