

Das Haus der Hoffnung in Castrisch

Die Sendung «Religion» von RTR im Interview mit einer Frau, die Apfelbäume pflanzt

Teil 1

Monika Graf lebt und arbeitet im Beratungszentrum Casa Immanuel in Castrisch. Für ihre Arbeit ist eine optimistische Haltung das A und O – ohne diese wäre es schwierig, die Gäste in ihren Burn-outs, Depressionen, privaten und beruflichen Krisen zu begleiten. Wie Ratsuchende und Berater versuchen, die dunklen Momente des Lebens zu überwinden, und wie sie mit den Vorurteilen der Einheimischen gegenüber der Casa Immanuel umgehen, ist Thema in der Sendung 'Vita e Cretta'.

Stress, Hektik, sich in der Welt von heute profilieren müssen, produziert Druck und Angst. Um diese Probleme aufzufangen, gibt es auch in Graubünden immer mehr Zentren, die darauf spezialisiert sind, dass sich die Menschen wieder erholen können. In Susch gibt es eine Burn-out-Klinik und in Laax ist ein Zentrum der Achtsamkeit geplant. Eine der ersten in dieser Branche war die Casa Immanuel in Castrisch. Seit 16 Jahren wird dort Gästen geholfen, welche Rat brauchen und suchen. Donat Caduff hat das Haus besucht und die Geschäftsführerin getroffen, Monika Graf.

Monika Graf: Ich hatte Lehrer, die mir die Schule wirklich verleideten und mir neun Schuljahre lang erzählten, ich sei unfähig als Schülerin.

Viele von uns haben ihre Kratzer aus dem Leben, haben Krisen und Momente der Hoffnungslosigkeit.

Meine Schulzeit war für mich ein schwarzes Loch. Wenn ich «Ausbildung» höre, sehe ich nur meine roten Diktate.

Wer erzählt schon gerne darüber – und dann erst noch im Radio. Vielleicht Leute wie Monika Graf, Leute, die keine Angst haben, sich mit ihren Bürden zu konfrontieren.

Mit Mitte 40 machte ich eine Ausbildung als Supervisorin und Coach. Während dieser ging ich noch einmal durch die ganzen Tiefpunkte meiner Schulzeit hindurch. Schlussendlich machte ich mit einer wunderbar guten Diplomarbeit den Abschluss – das war für mich der Höhepunkt der Versöhnung mit meiner Schulzeit.

Monika erzählt objektiv, beinahe distanziert über ihr Leben. Das hat damit zu tun, dass sie die schweren Momente ihrer Biografie aufgearbeitet hat, und zwar in der Casa Immanuel in Castrisch, einem Zentrum, wo Menschen in ihren Kämpfen geholfen wird. Monika Graf hat dort nicht nur Unterstützung gefunden, sie ist inzwischen die Leiterin des Hauses. Sie hat mich heute eingeladen zum Mittagessen mit Mitarbeitern und Gästen. Jetzt, mit Kaffee und Dessert im Bauch, sitzen wir in ihrem Büro. Der Blick aus dem Fenster geht über die Wälder und Wiesen des Bezirks Foppa. Weshalb dieses Zentrum der Beratung inmitten der Surselva liegt, erklärt Monika Graf so:

Das ist ganz einfach. Verena Wurster, die Gründerin der Stiftung Casa Immanuel, hatte hier einerseits eine Wohnung. Andererseits haben wir vorwiegend Gäste aus dem Unterland, und wenn man sich seinem Leben und sich selber stellen möchte, dann ist es gut, ein bisschen «weg vom Schuss» zu sein.



...eben da, wo sich Fuchs und Hase gute Nacht sagen. Dies hat sicher auch Nachteile – gerade die Idylle...?

Ja, am Anfang war es für mich schon eine Überwindung: Aufgewachsen bin ich in der Stadt Zürich und ich musste mich sehr daran gewöhnen, dass hier am Abend um acht für mein Gefühl die Trottoirs hochgeklappt werden. Gleichzeitig merke ich aber in der Zwischenzeit, dass dieser entschleunigte Lebensrhythmus auch etwas sehr Wunderbares ist. Sicher hat mich Verena da auch ein Stück weit mitgenommen, aber damals sagte ich ihr: «Ich komme für zwei Jahre und helfe dir, den Anfang zu machen, und nachher gehe ich nach Zürich zurück.» Und es kam anders.

Jetzt wohnt die Zürcherin schon seit 16 Jahren in der Surselva, das heisst seit der Gründung der Casa Immanuel. In erster Linie handelt es sich um eine Herberge für Gäste, welche von den typischen Zivilisationskrankheiten geplagt werden.

Zu uns kommen Leute, die in einem Burn-out sind oder unter Depressionen leiden, die Beziehungsprobleme haben oder mit dem Druck der Arbeitswelt nicht mehr klarkommen. Sie kommen aus allen möglichen sozialen Schichten – von IV-Bezürgern bis zu Bankdirektoren oder Firmeninhabern haben wir die ganze Bandbreite.

Die Casa Immanuel bildet eine eigene Welt. Sie ist ein vorübergehender Wohnort für Gäste – sei es für ein paar Tage oder auch für mehrere Monate –, und das nach christlichen Grundwerten. Das Schwergewicht liegt auf Beratungsgesprächen, Workshops mit Themen wie Resilienz, Bibel oder Körper und Geist. Sich miteinander auseinandersetzen ist wichtig, und alle helfen überall – von der Küche bis zum Garten. Es gibt keine Therapeuten, keine Ärzte und keine Psychologen. Wichtiger ist, gemäss der Gemeinschaft, das Leben mit den Mitbewohnern und den Beratern zu teilen. Das tönt ein bisschen wie alternative Ferien.

Es ist nicht ein Ferienspass im eigentlichen Sinn. Die Menschen kommen ja mit ernsthaften Fragen zu uns, und auf diese wollen sie Antworten. Unsere Aufgabe als Berater ist es, ihnen die Frage zu stellen, warum sie an gewissen Punkten in ihrem Leben immer wieder anstehen. Wir wollen, dass die Leute zu innerer Stärke finden, dass sie sich und ihre Identität entdecken.

Innere Stärke, Identität – da beginnt das psychologische Vokabular. Dieses Vokabular hat wenig mit «Gspüürschmi»-Vokabular zu tun. Das erklärt Monika Graf mit einer weiteren Geschichte aus ihrem Leben. Als Leiterin habe sie immer wieder Kämpfe mit sich selber gehabt.

Ich wusste: Wenn ich nicht irgendwann an meine Harmoniesucht gehe, werde ich als Führungsperson immer wieder anstehen. Dann muss ich es ja immer allen recht machen, was für eine Führungsperson nicht möglich ist. Ich muss auch bereit sein, mal unangenehm zu werden. Und in der Zwischenzeit fällt mir das nicht mehr schwer.

Aber keine Angst, vis-à-vis von mir sitzt kein Drache, sondern eine herzliche Person. Wenn wir schon bei Geschichten und «Zeugnissen» sind, wie sie im Jargon der Berater sagen würde, erzählt Monika Graf eine weitere Geschichte:

Nehmen wir das Beispiel eines Mannes, der Berufsmusiker war, auf der Bühne stand und sich völlig überforderte. Als er sich der Frage stellte, wieso er die Bühne für seinen Selbstwert brauchte, merke er, dass er damit seinen ganzen Minderwert aufpolierte. Durch die Prozesse, die dadurch in Gang kamen und zum Teil auch schmerzhaft waren, fand er eine neue Form der Musik und arbeitet heute im Gesangscoaching. Somit hat er seine Musik auf einen anderen Boden gestellt.



Die Casa Immanuel hat wenig zu tun mit dem Trend der «Wehwehchen» von sensiblen Leuten, welche eine gesamte Maschinerie von Therapeuten auf Trab halten. Die Casa Immanuel ist eine Non-Profit-Organisation. Mit anderen Worten, die Finanzierung passiert...

...durch viele Wunder. Wir leben alle nicht von diesem Lohn. Teilweise werden wir unterstützt von Freunden, die sagen, «Ich habe nicht den Mut, so zu arbeiten, wie du arbeitest, aber ich unterstütze dich finanziell.» Alle Mitarbeiter sind festangestellt zu insgesamt 1600 Stellenprozent. Diese sind auf 20 Personen verteilt, was zeigt, dass viele nebenbei noch andere Arbeitsstellen haben und sich darüber finanzieren. Des Weiteren sind wir auf Spenden angewiesen, da unsere Dienstleistungen nicht kostendeckend sind.

Also definitiv kein Modell, welches die Kohle rollen lässt. Im Gespräch mit Monika Graf kommt ein spontaner Gedanke: Die Casa Immanuel hilft Menschen, bei denen die Welt zusammenzubrechen scheint.

Das finde ich schön beschrieben. Ja, wir sind schon Idealisten, die sagen – wie Luther es formuliert hat –, «...und wenn morgen die Welt untergehen würde, dann würde ich heute noch ein Apfelbäumchen pflanzen». Vielleicht sind wir einfach Apfelbäumchenpflanzler, die Menschen unterstützen, die mit dem, was sie beschäftigt, nicht mehr klarkommen, aber die sagen, «ich will noch einen Impact haben in dieser Gesellschaft und nicht nur einfach für meine Karriere eintreten und fürs Funktionieren, sondern ich will leben».

In so einem Moment sind die Bäumchenpflanzler gefragt, allerdings können auch sie die Welt nicht verändern. Viel produktiver sei die innere Kraft jedes Einzelnen, genannt Resilienz. Um «Resilienz» zu erklären, bleibt die Leiterin bei den Bäumen:

Ein Baum, der tief verankert ist, wird von einem Sturm nicht entwurzelt. Bei einem Baum mit maroden Wurzeln passiert es eher, dass er entwurzelt wird. Wir haben so viele Faktoren, die uns unruhig machen können mit all den Veränderungen, mit der riesigen Auswahl oder aktuell auch mit dem Corona-Virus. Die Frage ist, ob ich dabei in Panik komme oder innerlich in der Ruhe bleiben und sagen kann: Es nützt nichts, wenn ich jetzt in Hysterie verfallende – es geht darum, dass ich die Vorsichtsmaßnahmen umsetze, die mir möglich sind, und sonst mein Leben weiterlebe.

Die Atmosphäre in der Casa Immanuel ist positiv, ohne dass die Harmonie, von der wir vorher gehört haben, um jeden Preis vorherrschen muss. Um Harmonie bemüht sich die Casa Immanuel mit den Einheimischen, denn nur wenige Einheimische suchen den Kontakt.

Unseren 1.-August-Brunch, der dieses Jahr zum zehnten Mal stattfindet, machen wir hauptsächlich als Liebeszeichen für diese Region. Das ist für uns ein riesiger Aufwand. Und gleichzeitig merke ich, dass die Zurückhaltung uns gegenüber vielleicht auch mit der Region an sich zu tun hat. Ein Einheimischer sagte mir einmal: «Ich verstehe nicht, warum es euch braucht. Wenn es mir schlecht geht, dann gehe ich auf den Berg und warte, bis ich den Adler fliegen sehe. Und dann weiss ich: So, jetzt kann ich wieder hinuntersteigen, und dann geht es mir gut.» Auf solche Aussagen antworte ich, dass es super ist, wenn Menschen so einen Weg für sich gefunden haben. Es gibt halt einfach auch Menschen, die bei uns landen, weil sie Unterstützung und Anleitung brauchen.



Viele Einheimische sind allerdings nicht nur skeptisch. Es gibt immer wieder auch positive Reaktionen.

Eine alte Dame, die hier in Castrisch wohnt, hat immer wieder gesagt, wir seien alles so liebe Menschen. Auch ein ehemaliger Gemeinderat von Ilanz sagte einmal, «Ihr macht ja etwas für die Gesundheit, ihr macht ja etwas für die Region!» Ich glaube, es gibt also sowohl als auch.

Teil 2

Wie gelingt es Monika Graf und ihrem Team, dass ihre Gäste wieder Lust auf die Kirche bekommen? Und wie gehen sie damit um, als Sekte bezeichnet zu werden?

Monika Graf: Ja, der Sektenstempel... Ich verstehe es nicht so ganz, und ich weiss nicht, was es braucht, dass die Leute über diese Schwelle kommen.

Viele Einheimische in der Region verstehen nicht wirklich, was das für Menschen sind, die in der Casa Immanuel in Castrisch ein- und ausgehen. Und so kursiert immer noch das Gerücht, sie sei eine Sekte, auch noch nach 16 Jahren.

Ich sage immer allen: «Wir sind ein offenes Haus, du kannst kommen, du kannst uns Fragen stellen.» Ich habe keine Angst vor irgendwelchen Fragen – wir haben Menschen gern.

Monika Graf aus Zürich ist die Geschäftsführerin der Casa Immanuel, einem Beratungshaus, das auf christlichen Werten basiert. Das Haus hat ein Team von 20 Personen und bietet Beratungen für Leute, die an modernen Zivilisationskrankheiten leiden: Depressionen, Burn-out, Probleme mit dem Partner oder mit der Arbeit. Der Glaube soll jene unterstützen, welche den Weg hierher mitten in die grünen Wiesen des Bezirks Foppa finden. Eine Unterstützung, die nichts zu tun hat mit absoluten Ideologien.

Bei der Gründung unserer Arbeit entschieden wir ganz bewusst, überkonfessionell zu sein, weil wir wollen, dass sich jeder bei uns wohlfühlen kann. Wir waren uns aber auch bewusst, dass wir uns in einer katholischen Region befinden. Ich selber komme aus der lutherischen Kirche. Wir sind auch nicht eingebunden in eine Gemeinde, weil wir wollen, dass diejenigen, die zu uns kommen, sich auch in dieser Hinsicht frei fühlen dürfen.

Die Casa Immanuel bietet zwar auch Workshops mit biblischem Inhalt an; mit christlicher Symbolik geht man allerdings vorsichtig um. Im Haus hängen keine frommen Bilder oder Bibelverse, auch Kreuze begegnen mir kaum. Und die Internetseite macht wenig Andeutung auf die christliche Philosophie. Das ist ihre Motivation:

Wir erleben, dass sehr viele Menschen, die zu uns kommen, von der Kirche als Institution enttäuscht sind. Unser Wunsch und unser Ziel ist es, sie darauf aufmerksam zu machen, dass «Glaube» und «Institution» zwei unterschiedliche Dinge sind, und dass sie einen Weg gehen können, durch den sie in erster Linie wieder einen persönlichen Zugang zu ihrem Gott finden und in zweiter Linie vielleicht sogar wieder eine Offenheit finden, in die Institution Kirche zu gehen. Diejenigen, die zu uns kommen, haben sich halt oftmals abgewendet.

Das Haus am Rand von Castrisch will keine Konkurrenz zu den Kirchen der Region sein. Im Gegenteil, es ist offen für gute Kontakte, was auch der Fall ist – vor allem mit einer Institution:

Der intensivste Kontakt besteht sicher zum Kloster Ilanz. Dieser war von Anfang an vorhanden durch die persönliche Beziehung. Wir sind Typen, die eher die persönliche Beziehung suchen als die institutionelle.



Und dann gibt es noch eine andere Motivation für die Zurückhaltung gegenüber jeglichen christlichen Symbolen.

Mein Glaube ist eine Beziehungsfrage. Eine Beziehung kann ich niemandem überstülpen, aber ich kann die Leute «gluschtig» machen. Ich finde, Liebe soll etwas Anziehendes sein, und Glaube hat ja ganz viel mit Liebe zu tun. Denn: Gott braucht uns nicht, aber er sagt «Ich will dich.»

Der Glaube als Ausdruck von Liebe. Vor der Aufzeichnung unseres Interviews hat Monika Graf mich durchs Haus geführt. Dieses soll ein wohnlicher und zweckmässiger Ort sein. Alle tragen Hausschuhe, gegessen wird in der Gemeinschaft, man darf sich überall bewegen – ausgenommen natürlich in den Schlafzimmern der anderen Gäste. Das Haus erinnert ein bisschen an ein modernes Kloster, was nicht mal so daneben ist. Wichtig sei, dass jeder Gast Frieden mit seinen Bürden und seinen Kämpfen finde.

Eines der zentralen Themen in unserem Haus ist Versöhnung. Wir stehen dafür, dass es noch mehr gibt als Vergebung. Versöhnung heisst, dass ich auch mit meinen Gefühlen, die verletzt sind, versöhnt bin.

...und dass man so seine Kämpfe überwinden könne. Andererseits: Wenn die Gäste in der Casa Immanuel so viel Depressives und so viel Hoffnungslosigkeit deponieren, könnte das schnell auch in Pessimismus kippen.

Das wäre sicher eine Gefahr, aber ich bin überzeugt, dass da unser Glaube schon auch eine Rolle spielt: Ich erlebe, dass ich die Dinge, die mich beschäftigen, mit meinem Vater im Himmel, mit Jesus Christus teilen kann. Ja, es ist eine Belastung, aber wenn ich sehe, wie diese Leute wieder nach Hause gehen – mit Hoffnung und mit Freude und Werkzeugen in der Hand, dank denen sie sagen: «Ja, ich kann mein Leben wieder in die Hand nehmen, ich weiss wieder, wie ich drangehen kann» –, dann wird die Freude, die Menschen so wieder gehen zu sehen, auch zu meiner Freude.

Die Gäste bleiben einige Tage bis einige Monate, einzelne von ihnen sogar für immer. Das heisst, sie werden selber Angestellte und Teil des Teams. Die positive Haltung ist voller Hoffnung, sie ist eines der Fundamente. Und trotzdem – irgendwie kauft man ihr nicht ab, dass sich jeder Gast sofort mit der christlichen Philosophie des Hauses anfreundet, dass darin jeder Gast sofort wie ein Apfelbaum mitten im Frühling aufblüht. Das will die Leitung auch gar nicht bestreiten.

Wir erleben, dass einige Menschen, die zu uns kommen, zuerst einmal in eine Abwehrhaltung gegenüber Gott gehen. Sie beobachten uns intensiv, wie wir über dieses Thema reden.

Bezüglich Religion und Spiritualität: Diese Skepsis beobachtet Monika Graf übrigens auch von Seiten der Einheimischen im Dorf. Eine Skepsis, die allerdings oft sogar bei den Einheimischen selbst in positive Resonanz wechselt.

Immer wieder sagen uns Leute vom Dorf, es falle ihnen auf, dass die Leute zuerst einmal mit gesenktem Blick, mit traurigem Blick durch die Landschaft laufen – und auf einmal wieder strahlend.

Glückliche Gesichter – und so bleibt für die Castrischer die Kirche im Dorf, was man auch über die Casa Immanuel sagen kann. Auch wenn sie ein wenig ausserhalb des Dorfes liegt.

Übersetzung: Andrea Weiss und Elisabeth Zobrist
Lektorat: Esther Reist

