

# Vergeben – versöhnen – befreien

Seelsorge – Bußsakrament – Beratung<sup>1</sup>

Bettina Gummel – Ludwig Schuhmann – Angelika Segl

## 1. Wer ist schuldig? (Beispiele aus der Pastoral)

- Bei der Steuererklärung nimmt jemand es nicht so genau mit der Auflistung der Einnahmen und ‚spart‘ damit Steuern.
- Vor 30 Jahren ließ sie als junge Frau eine Abtreibung machen. Längst ist dies in Vergessenheit geraten, bis die erwachsene Frau plötzlich an schweren Depressionen erkrankt und erkennt, dass diese mit der früheren Abtreibung zusammenhängen.
- Bis zu seinem 40. Lebensjahr hat der Sohn bei seiner verwitweten Mutter gewohnt. Nun will er heiraten und ausziehen. Als die Mutter das erfährt, wird sie krank und bittet den Sohn inständig, sie nicht zu verlassen. Trotzdem tut er es, wird aber von schweren Schuldgefühlen geplagt.
- Auf der Fahrt in den Urlaub sitzt die 27-jährige am Steuer. Ihr Mann, ihr dreijähriger Sohn und ihre halbjährige Tochter sind mit im Auto. Sie ist Diabetikerin. Durch eine plötzliche Unterzuckerung verliert sie die Kontrolle über den Wagen. Bei dem Unfall kommen ihr Mann und die halbjährige Tochter ums Leben. Sie selbst überlebt schwer verletzt.
- In einem Betrieb wird jemand für eine leitende Position vorgeschlagen. Ein Kollege dieses Mannes hält ihn für unfähig für diese Aufgabe. Der Betrieb, so fürchtet er, geht vor die Hunde, wenn dieser Mann die Stelle bekommt. Er versucht nun die Stellenbesetzung zu verhindern, indem er gezielte Falschinformationen weitergibt.

Die Auflistung der Beispiele zeigt, in welcher Vielfalt uns die Assoziation von schuldig werden kommt. Schuld im eigentlichen Sinn wird verstanden als:

- ein begangenes Unrecht (lat. culpa – die Schuld)
- das Verfehlen einer in Pflicht nehmenden Verantwortung (lat. debitum – das, was ich schulde bzw. schuldig geblieben bin)

<sup>1</sup> Dieser Artikel ist das Ergebnis von sog. Intervisionsgesprächen von zwei evangelischen Pfarrerinnen und einem katholischen Seelsorger, die sich nach ihrer Ausbildung in Transaktionsanalyse zu Grenzfragen zwischen Psychologie, Seelsorge und Beratung immer wieder treffen. Wir beschränken uns hier auf die Fragestellung: Wie kann mir vergeben werden? Wie kann ich mich versöhnen? Der Aspekt: Wie schaffe ich es, anderen zu vergeben? kann hier nicht besprochen werden. Vgl. dazu B. M. Weingardt, „...wie auch wir vergeben unseren Schuldigern“. Stuttgart 2000.

- das Zurückbleiben hinter einer Wertordnung, von der ich überzeugt bin, einem mir gesetzten Ideal oder das Verkümmernlassen in mir angelegter Lebenspotentiale.

Um diesen Kern der Schuld herum gibt es einen ausgedehnten ‚Hof‘ von Faktoren und Prozessen, der mit Verstrickung in Schuldhaftes bezeichnet werden kann. Aus der Vielschichtigkeit von solchen Verstrickungen befreit zu werden, lässt in der Seele etwas wieder gut werden. Und damit sind wir im Bereich der Seelsorge (mit einem ignatianischen Begriff: *iuvare animas*).

### *Beobachtungen aus dem gesellschaftlichen Trend*

Schuld ist ein moralisch – ethischer Begriff, zu dem theologische, philosophische, juristische und psychologische Implikationen gehören. Die Auffassungen von ethischen Werten mit dem Korrelat von Verfehlungen und Schuld ihnen gegenüber weisen in verschiedenen Gesellschaften und zu verschiedenen Zeiten große Unterschiede auf, wenn nicht gar Gegensätze. Heute kommt noch in starkem Maß dazu, dass das, was konkret als Schuld bzw. Nicht-Schuld betrachtet wird, weitgehend von subjektiven Wertungen abhängt. Prominente gestehen in großer Öffentlichkeit ‚Fehler‘ ein, drücken sich jedoch um eine schuldhafte Verantwortung dafür, so als wenn ihre Verletzung der Norm ein Versehen wäre. Übertretungen der Normen verlagern sich immer mehr auf eine Gewinner-Verlierer-Ebene nach dem Motto: Hauptsache, nicht erwischt werden! Aus unserer westlichen Gesellschaft scheint die Annahme von Schuld deutlich auszuwandern. Es haftet ihr etwas Muffiges, Gestriges an.

Schuldig sein wird also auf verschiedenen Ebenen abgewertet, sowohl was seine Existenz und seine grundsätzliche Bedeutsamkeit als auch die persönliche Akzeptanz betrifft.

### *Ausgangspunkt für die Beratung / Therapie*

Wenn ein Klient / eine Klientin ein Problem hat, bei dem es um das Thema ‚schuldig geworden sein‘ geht, fühlen sich viele Psychologen /-innen, egal mit welcher Ausbildung, nicht zuständig. (Die Frage bleibt ohnehin offen, wer beurteilt, was echte Schuld ist: Der Klient, der Berater / Therapeut?) Doch bei Schuldgefühlen werden sie hellhörig. Sind sie auf ein tatsächliches Fehlverhalten bezogen und damit echt? Denn es muss ihnen nicht unbedingt ein schuldhaftes Vergehen zu Grunde liegen. Schuldgefühle können kritisch angesehen werden als mögliche Ersatzgefühle. Trifft Letzteres zu, dann sind sie nicht angemessene Gefühle, die den Charakter des

Gewohnheitsmäßigen und Stereotypen aufweisen und ein angebrachtes Verhalten auf irgendeiner Ebene verhindern. Mit dem Ausleben eines Ersatzgefühles ist meist Manipulation der Umwelt verbunden. Es können emotionale Streicheleinheiten, Tröstungen und Zuwendungen ‚erpresst‘ werden.

Im beraterischen und therapeutischen Setting, wohin Ersatzgefühle gehören, denkt man an eine mögliche Verschiebung von Gefühlsqualitäten. Um sie zu lösen, ist zu fragen: Was liegt ‚unter‘ ihnen als primäres, nicht zugelassenes Gefühl? Geht es um Wut, Trauer, Anklage, vielleicht um Selbstbestrafung oder eine nicht geklärte Gefühlsbindung zu jemandem? Die Aufgabe angesichts von Ersatzgefühlen heißt: Explorieren. Wozu braucht der Klient es, sich so zu fühlen? Weiterhin wird die Erlaubnis zu authentischem Gefühl gegeben. Therapie / Beratung korrigieren und stellen Ursprüngliches wieder her.

### *Ausgangspunkt in der seelsorglichen Tätigkeit*

Theologie ist eine wirklichkeitskonstruktive Disziplin. Religiöse Wirklichkeitssicht und Sinndeutung geht davon aus, dass diese Welt geschaffen ist und getragen wird von Gott, dem Grund allen Seins, dem Heiligen. Alles Geschaffene hat Teil am göttlichen Leben und erhält dadurch Würde, Sinn und Heiligung. Dieser Wirklichkeitssicht korrespondiert die individuelle, spirituelle Erfahrung des Heilseins.

Schuld und Sünde sind dann das Herausfallen aus dem Bereich des Heiligen; das Alleinbleiben des Menschen mit sich selbst; Verminderung der Würde des Seienden. Dem korrespondiert die Erfahrung des individuellen Unheilseins, zu dem das Schuldigsein gehört. Seelsorge hat heilsame Funktion und kommt ohne eine vertiefte Kenntnis des Seelenlebens nicht aus. Wir möchten aufzeigen, dass Unheil und Schuldempfinden lösende Begegnungen in der Seelsorge eines weiteren Rahmens bedürfen als des derzeit kirchlich üblichen.

## 2. Ein kritischer Blick auf den kirchlichen Umgang mit Schuld

### *Eine persönliche Erinnerung*

„Nichts bestimmt das Christentum tiefer als das Verständnis von Sünde und Sündenvergebung, es ist bis in jeden Gottesdienst und fast jedes Gebet ein alles durchziehendes Grundmuster“.<sup>2</sup> Dies kann Menschen in Zwickmühlen

<sup>2</sup> F. Crüsemann, *Biblische Theologie und Gewalt gegen Frauen*, in: *Junge Kirche*, 61, 2000, H. 6, 318–329.

von Glaubensaussagen treiben und Verwirrung in ihrer Seele anrichten. So ist es mir (Bettina Gummel) jedenfalls als Jugendliche in der evangelischen Kirche ergangen.

Als Kind hatte ich eine tiefe und unbekümmerte Beziehung zu Gott, der für mich wie ein guter Freund war. Er sah, wie es mir erging und wo ich ungerecht behandelt wurde, und verstand mich. Das tat mir und meiner Seele gut. Als ich älter wurde, erfuhr ich, dass Gott auch umgekehrt Forderungen an uns Menschen hat und ich vor ihm schuldig werden konnte. Wenn ich in den Gottesdienst ging, dann gab es am Anfang ein Gebet, in dem die Schuld vor Gott bekannt wurde. Aus ganzer Seele betete ich mit, bekannte z. B., dass ich zu wenig gebetet hatte oder zu heftig mit meinen Schwestern gestritten hatte und nahm mir fest vor, es so bald wie möglich besser zu machen. Ziemlich stolz ging ich in der nächsten Woche in die Kirche, und wartete nun auf das verdiente Lob. Aber weit gefehlt. Schon wieder sollte ich meine Verfehlungen bekennen. Und eines wurde dazu noch deutlich gemacht: Die Menschen, die meinten, nichts bekennen zu müssen, die waren in Wahrheit die schlimmsten: selbstgerechte Pharisäer. Um Gott wirklich gefallen zu können, musste ich also etwas zu bekennen haben, und durfte nicht alles richtig machen. Gott freut sich mehr über einen Sünder als über hundert Gerechte, so bekam ich in der Kirche zu hören. Aber wenn Gott gar nicht wirklich wollte, dass man sich veränderte und tatsächlich tat, was Jesus gesagt hatte oder was der Pfarrer vorne empfahl, was wollte er dann? Viele Gottesdienste lang wartete ich gespannt darauf, dass endlich mal ein Lob und eine positive Würdigung statt des üblichen Schuldbekenntnisses kam. Aber da habe ich umsonst gewartet.

Die Folgerung im Sinn eines irrigen, psychologischen (!) Glaubenssatzes kann sein: Nur wer klein und wenigstens ein bisschen schuldig bleibt, gefällt Gott und wird von ihm gerecht gesprochen. Wer sich dagegen tatsächlich verändert, groß wird und nichts bekennt, ist selbstgerecht und versündigt sich gegen Gott.

### *Die Dramatisierung von Schuld*

Viele Menschen beklagen sich (mit Recht, wie wir meinen), dass in der Kirche ihnen ständig ein schlechtes Gewissen gemacht wird, ihnen quasi Schuld und Schuldgefühle induziert werden. Schuld und Vergebung sind zwar wichtige Themen biblischer Lehre, sind aber in der christlichen Tradition zu sehr in den Mittelpunkt kirchlicher Praxis gerückt. In den meisten Gottesdiensten gibt es einen ritualisierten Bußakt, der besteht aus einem allgemeinen Bekenntnis (genannt: Offene Schuld), der Bitte um Vergebung (in welche die Anwesenden einstimmen) und der Zusage von Gottes Vergebung.

Dabei ist kennzeichnend, dass es sich hier um eine unspezifische Schuld handelt. Es geht also nicht um einen konkreten Sachverhalt, sondern mehr um ein Grundverständnis des Menschen seiner selbst, das besagt, dass er Gott nicht genügen kann, in Gottes Augen also nicht o. k. (gerechtfertigt) ist. Aus dieser ‚Nicht-o.k.-Haltung‘ kann ihn nur die freie Gnade und Güte Gottes erlösen, die ihm unverdientermaßen zukommt. Dies ist eine theologische Wesensbestimmung des Menschen im Sinn einer Definition. Theologisch korrespondiert damit die Lehre von der Sünde nicht als konkrete Tatsünde (z.B. als Gewalt gegen andere), sondern als „grundsätzlicher Bruch mit Gott, ein Erbe aller Menschen, das als unentrinnbare Macht uns alle in seiner Gewalt hat. In dieser Sicht sind alle Menschen Sünder, grundsätzlich und immer“.<sup>3</sup>

Wenn diese theologische Aussage bei Menschen zu permanenten Defizitgefühlen und eigener Abwertung führt, dann läuft in ihrer Vermittlung etwas nicht richtig. Für das, was der Mensch wesensmäßig ist, braucht er nicht dauernd ein schlechtes Gewissen haben. Hier liegt das Problem, dass durch die kirchliche Praxis und Sprache der Bußgebete ein ständiges, schlechtes Gewissen entstehen kann. Weil der Mensch sich der Gnade Gottes immer wieder als unwürdig erweist, indem er wieder neu den Normen und Ansprüchen Gottes nicht genügen kann, entsteht ein ständiger Kreislauf von schlechtem Gewissen und unguten Gefühlen.

Die gottesdienstliche Praxis und ihre Sprache überhöht einen Aspekt biblischen Denkens und wertet andere Aspekte so ab, dass die befreiende und lebensbejahende Botschaft der Bibel verzerrt aufgenommen wird.

Darüber hinaus wird der Blick auf spezifische Schuld verstellt, auf konkretes begangenes Unrecht („culpa“) und das, was ich einem anderen Menschen schuldig geblieben bin („debitum“). Wo aber Unrecht nicht benannt wird, da wird auch der angerichtete Schaden abgewertet, und mögliche Opfer und ihre Schädigung geraten aus dem Blick. Die Überbetonung und Generalisierung von Schuld bewirkt die Bagatellisierung des angerichteten Schadens und verhindert die Würdigung der Opfer. (Aus der aktuellen kirchlichen Situation: Insbesondere Opfer von Missbrauch klagen die Kirchen deshalb an. Wie lange stellten sich katholische Kirchenleitungen stillschweigend an die Seite von missbrauchenden Priestern und nicht an die Seite der Opfer!)

---

<sup>3</sup> F. Crüsemann, aaO.

*Die Bagatellisierung von Schuld*

„Wir sind alle kleine Sünderlein, es war immer so, es war immer so. Der Herr im Himmel wird es uns bestimmt verzeihn, es war immer, immer so“. Damit besingt das Kölner Original Willy Millowitsch in einem Karnevalslied die Verharmlosung von Schuld. Diese Bagatellisierung ist eine wirksame Gegenposition gegen ihre Dramatisierung. Eine der Sache gebührende Haltung zur Schuld wird heruntergespielt.

Die evangelische, allgemeine Form der Beichte vor dem Empfang des Abendmahles oder auch die liturgische Vergebung in anderen Gottesdiensten lässt Vergebung zu einem Ritual ohne Veränderungsanstoß werden. Für manche Menschen bewirkt es die Verfestigung ihrer unspezifischen Schuldgefühle, für andere bewirkt es im Gegenteil eine Entlastung des Gewissens, möglicherweise eine unangebrachte.

*Ein kritischer Blick auf die katholische Einzelbeichte*

In der katholischen Kirche gibt es neben der allgemeinen gottesdienstlichen Vergebungsbitte auch die Schuldvergebung im Ritus der Einzelbeichte. Fragt man Gläubige, warum sie zur Beichte gehen, dann geben sie ganz oft als Grund an: Befreiung vom schlechten Gewissen bzgl. der Sünden. Diese lassen sich weitgehend auf folgenden Nenner bringen: „Ich tue .....; aber eigentlich sollte ich ....“ Man klagt sich an, seine „Pflichten“ nicht gut erfüllt zu haben: Zu wenig hilfsbereit, treu, freundlich, ehrlich, fromm u.a.m. gewesen zu sein. Dies beschäftigt Gläubige und tut ihnen leid. Sie gehen zur Beichte. Nach einem ermahnenden Zuspruch und der Lossprechung des Priesters geht man gewöhnlich erleichtert aus dem Beichtstuhl und verrichtet ein Gebet zur Buße.

Eine solche Beichte lässt sich beliebig oft wiederholen. Ihre Praxis und Dynamik ist weniger ausgerichtet auf ernsthaftes Freiwerden von bestimmtem Versagen (ähnlich wie in den allgemeinen Vergebungsbitten). Sie bewirkt vielmehr eine autoritativ ausgesprochene Zugehörigkeit zur Kirchengemeinschaft. Trotz Gebotsübertretungen (Verfehlungen) wird dem Bekennden gesagt: ‚Du gehörst wieder bzw. trotzdem dazu.‘ Die durch die Verletzung der Normen empfundene Distanz zur Kirche ist durch die Lossprechung des Priesters wieder repariert worden und das löst ein entsprechendes Erleichterungsgefühl aus. Damit soll nicht ausgeschlossen sein, dass auch Anteile von echten Schuldempfindungen über manche Verfehlung gespürt werden. Doch in der Verflachung des Rituals kommen diese oft nicht zur entsprechenden Geltung.

Beichte in dieser Form dient mehr der Selbststabilisierung und Verbundenheit im ‚System‘ Kirche, als dass sie für die Veränderung von Lebens-

vollzügen bedeutsam ist. Sie hat eine sühnende und damit reparative Funktion für das Wohlbefinden. Hintergrund dafür ist: Religiosität / Kirchlichkeit haben die Form einer Eltern-Kind- bzw. Autorität-Untergebenen Beziehung. Das zeigt, dass zwischen Beichtenden und Kirche ein wesentlich ‚symbiotisches‘, d.h. psychologisches Bindungsmuster vorherrscht.

Was in den meisten Beichten zur Sprache kommt, passt in das, was in einem psychologischen Konzept beschrieben wird, genannt Engpass ersten Grades. Das meint, die landläufige Praxis der Einzelbeichte dient weitgehend einem Ausgleich zwischen den verinnerlichten, kirchlichen bzw. gläubigen Normen und den eher eigenen, lustbetonten Bestrebungen unserer Psyche. Zwischen beiden kommt es zu einer Spannung. Wir können sie bezeichnen: Dilemma zwischen Sollen und Wollen. Dieses zu beichten wurde weitgehend zu einem entlastenden Kommunikationsritual zwischen Autorität (Kirche – priesterliche Elternfigur – Sollen) und Gläubigen (Wollen), wobei die Bedeutsamkeit des gläubigen Erwachsenseins unterentwickelt ist.

Aber auch andere Dinge kommen in der Beichte zur Sprache, z.B. unangemessene Gottesfurcht, die freies Handeln sehr beeinträchtigt. Oder die Lossprechung der Beichte wird zwanghaft gesucht, um innere Ruhe zu finden. Hier ist die Beichte eine Ersatzlösung für einen tiefer liegenden Konflikt. Es wird zwar eine momentane Befreiung bewirkt, letztlich jedoch Skripthaftes (tiefer liegende Gefühlsstörungen) verfestigt.

Viele Einzelbeichten haben aus psychologischer Sicht etwas ‚Spielträchtiges‘ an sich. D.h. sie sind eine Kommunikationsweise, in der scheinbar eine Veränderung angezielt wird. Sie stellen einen seelischen ‚Kehraus‘ dar bezüglich der Dinge, die ein schlechtes Gewissen verursachen. Die Autorität spricht danach Vergebung zu und löst dadurch etwas für den Beichtenden, ohne dass dabei eine tiefer gehende Veränderung in den genannten Dingen bewirkt wird.

Derartige Beichtpraxis lässt sich einordnen in eine unbefriedigende Form dessen, wie Katholiken ihr Glaubenserleben durch ein Ritual wieder ‚in Ordnung‘ rücken.

### 3. Rituelle Vollzüge für Vergebung / Versöhnung / Befreiung

#### *Seelsorgerliche Begegnungsweisen bei Schuldhaftem*

Die Menschen erlebten in früheren Zeiten die Kirche und die Pfarrer vorrangig als negativ-kritisches Eltern-Ich, als Seelenpolizei, die ein Interesse daran hat, die Menschen der Sünde zu überführen und den Beweis anzutreten, wie ‚schlecht‘ sie sind. Dies hat sich heute geändert. Pfarrer/-innen stehen wohl weniger in der Gefahr, den Leuten Schuldgefühle zu machen, als

eher, das Schuldthema klein zu halten, weil man den eigenen Ritualen des Umgangs mit Schuld nicht mehr viel Relevanz zubilligt.

Die Seelsorger /-innen sind verunsichert durch genauere Differenzierungen zwischen Schuld und Schuldgefühlen. Sie machen die Erfahrung häufiger Wirkungslosigkeit bei den Schuld vergebenden Ritualen und die Beobachtung, dass viele Gläubige eine Immunisierung gegen Schuld weckende pastorale Praxis und gegen entsprechende Vergebung entwickelt haben.

In Seelsorgsgesprächen zeigt sich oft die Sehnsucht der Gläubigen nach nährender, elterlicher Zuwendung. Manchmal wird diese erhofft in vertrauten, religiösen Riten, und die oben genannten, unspezifischen Bußriten wie auch die Einzelbeichte spielen dabei eventuell eine fragwürdige Rolle. Menschen fühlen sich schuldig, weil sie z.B. lange Zeit religiös ‚abstinenter‘ gelebt haben. Nun geht es ihnen aus irgend einem Grund schlecht und sie kommen auf Gedanken von einem strafenden Gott. Enttäuschung und Erweiterung des Bezugsrahmens bzgl. dessen, wer Gott ist und wovon sie sich entfernt hatten, bedeutet in diesem Fall eine Hilfe. Ein Bußgebet oder eine Beichte ist erst die mögliche Folge einer solchen spirituellen Klärung.

Durch beratende / therapeutische Weiterbildung lässt sich in dem komplexen Feld von echten Schuldgefühlen, Ersatzgefühlen und nicht gestillten Bedürfnissen eine verlässlichere Sicherheit finden, wenn wir zu ihrer Lösung beitragen wollen. Denn zu dem weiten Hof der Verstrickung in Schuldgefühlen gehören auch Empfindungsqualitäten wie: Kaum positive Zuwendung finden; Mangel an Gefühl, dazu zu gehören; sein zu dürfen, wer man ist; Angst, sich auszusprechen in Zweifeln und Fragen ....

### *Vergeben – Versöhnen*

Sowohl für Vergebung wie Versöhnung gilt: Es bleibt falsch und Schuld, was getan wurde, ich kann's nicht ungeschehen, vielleicht nicht wieder gut machen. Eine hilfreiche Unterscheidung zwischen diesen beiden Begriffen macht die Transaktionsanalytikerin Angelika Glöckner. Mich mit einer Sache *versöhnen* heißt, nicht mehr damit hadern, nicht mehr dagegen kämpfen, sondern etwas lassen können, wie es ist. Um zur Versöhnung zu führen, lässt sie die Klienten einen rituellen Versöhnungssatz sprechen:

*„Ich nehme es so, wie es war und will nicht kämpfen, dass es hätte anders sein sollen. Ich stimme dem Preis zu, den ich zu zahlen habe. Aus allem mache ich gern das Beste.“*

Dieser Satz, indikativisch formuliert, hat einen hohen Grad an zustimmender Affirmation, verbunden mit einer kraftvollen Tiefenwirkung, die das quälende ‚Warum‘ des Geschehenen beenden kann. Er hat Entscheidungskraft in sich, wenn er ritualisiert ausgesprochen wird. In diesem Sinne



ist es möglich, sich mit schlimmen Traumata zu versöhnen, sie ins Leben zu integrieren. Dies ist keine Unterwürfigkeit, sondern Demut. Sie ist eine seelischen Haltung, welche die Tatsache würdigt, dass ich manche Ereignisse nicht endgültig verstehen werde und sie deshalb auf sich beruhen lassen kann. Um sich versöhnen zu können, ist nicht zwingend ein Gegenüber nötig. Aber Berater, Therapeuten, Seelsorger sind dazu als verstärkende Kommunikationspartner hilfreich.

*Vergebung* kann wirkungsvoll nur bei einem persönlichen Gegenüber stattfinden. In Mt 5, 23f werden wir aufgefordert: „Wenn du zum Altar gehst, um Gott deine Gabe zu bringen, und dort fällt dir ein, dass dein Bruder oder deine Schwester etwas gegen dich hat, dann lass deine Gabe vor dem Altar liegen, geh zuerst hin und söhne dich aus. Danach komm und bring Gott dein Opfer.“ Vergebung wird gewährt in der Kommunikation zwischen Zweien. D.h. jemand wird aus der Schuld entlassen. In seiner Minimalform geschieht dies durch eine Vergebungsbitte und ein Vergebungswort.

Dass mir verziehen werden kann, von Gott und den Menschen, dazu gehört, dass ich Verantwortung für mein Tun übernehme, es bereue, und meine Konsequenzen aus dem Geschehen ziehe. In diesen Punkten drückt sich eine eigenständige Erwachsenenhaltung aus, welche glaubhaft die begangene Schuld eingesteht.

Frucht eines jeden Vergebungs- und Aussöhnungsgeschehens ist dann: Du kannst in Bezug auf Erleben und Tun anders weitermachen, du kannst neu anfangen. Vergebung ist die von einem anderen erhaltene, befreiende Erlaubnis zur Neuentscheidung.

Für Glaubende ist Vergebung erhalten ein Geschehen in einem spirituellen ‚Raum‘, in der Dimension des Heiligen und damit Gottes. Diesen Begegnungsraum können wir nicht einfach ‚machen‘ und ihn damit gegenwärtig haben. Damit die Dimension des Heiligen gegenwärtig wird, braucht es Zeichen, die für eine andere Wirklichkeit stehen, sie symbolisieren.

### *Eine modifizierte Praxis von Beichte als vergebendes Ritual*

Auch in einem niederschweligen Beratungsangebot, einer sogenannten, ‚Offenen Tür‘, bitten Menschen wegen ihrer Schuldempfindungen um ein Beichtgespräch. Gewöhnlich ist bei ihnen eine intensivere Belastung zu spüren.

Bei solchen Anfragen steuere ich (Ludwig Schuhmann) nicht gleich auf den formellen Ritus der Beichte zu. Ich lade erst einmal ein, das Geschehene zu schildern; frage nach den Folgen der Ereignisse und worin die Eigenverantwortung gesehen wird. Das Eruiere und Verstehen-Wollen des Ge-

schehenen in seinem Kontext kann sich auf mehr als ein Gespräch ausdehnen. Oft erhellen sich darin weitere Aspekte oder Zusammenhänge, wodurch sich die faktische Belastung noch einmal anders darstellen kann. (Erweiterung des Bezugsrahmens, in dem die Belastung steht).

Nach solchem Explorieren des Geschehenen und der individuellen Disposition stellt sich erneut die Frage nach einer Beichte als vergebendem Ritual. Es kommt nämlich vor, dass das vertiefte Reden – eine Art ‚Durcharbeiten‘ – für jemanden plötzlich genügt. Dann hat sich im Gespräch eine Erleichterung ergeben, vielleicht ein Stück Versöhnung mit dem, was geschehen war. Selbsteröffnung und Bekenntnis bzgl. belastender Ereignisse helfen manchmal zur Aussöhnung mit sich.

Wünscht jemand den weiteren Verlauf der Beichte, verändere ich dafür meine Rolle. Ich wechsle vom fragenden und verstehen wollenden Gesprächspartner zum Vollzieher eines Rituals. Letzteres hat teil an einer geheimnisvollen (gnadenhaften) Dimension und ist nicht eine Verlängerung des vorangegangenen Dialoges. Darauf weise ich hin und mache es in sichtbaren Zeichen kund: Ich lege ein priesterliches Kleidungsstück an, die Stola, entzünde eine Kerze und mache das Kreuzzeichen.

Was beim Explorieren geschah, kann gesehen werden als die zwei Eingangselemente zur Beichte: *Besinnung* auf das Geschehene (= Gewissensforschung) und *Bekenntnis* der Tat. Das Explorationsgespräch ist eine ‚dialogische‘ Form für beide, die sonst ‚monologisch‘ gemacht werden.

Das faktische ‚Schuldig-geworden-Sein‘ ist nun klarer und der Schmerz über das Geschehene (= *Reue*) hat seinen Platz. Dies ist der Moment mit einem biblischen Vers, dem Vater unser... oder mit einem trostvollen Gedanken hinzuleiten zur ‚*Lossprechung*‘.

Je nach Atmosphäre des vorangegangenen Gespräches scheint es mir bedeutsam, während der *Lossprechung* in einer Art Segensgeste die Hände auf den Kopf der beichtenden Person zu legen oder über dem Kopf zu halten. Ob dies angebracht ist, muss mit viel Sensibilität in der Situation erspürt und angeboten werden.

Der letzte Schritt des Beichtablaufes ist die Überlegung zur *Wiedergutmachung* (Buße) der Verfehlung. Dafür ist etwas zu empfehlen, was in Bezug auf die Verfehlung reale oder symbolische Züge von Wiedergutmachung an sich hat.

### *Folgerungen für die gottesdienstliche Praxis*

Für die liturgische Praxis in den Gottesdiensten steht unseres Erachtens an, die menschliche Situation des Unheilseins (Sündigkeit s.o.!) zu unterscheiden von konkreter Schuld. Wir können uns in gottesdienstlicher Form im-

mer wieder mit der Tatsache versöhnen, dass wir Gott nie genügen. Für diese existentielle Situation darf Gottes Erbarmen ganz generell erbeten werden. Eine unspezifische, allgemeine Schuldvergebung dient nicht der Klarheit in unseren inneren Regungen. Der Kern dessen, was Schuld ist, erfährt eine Aufwertung und wird dadurch deutlicher unterschieden von den Verstrickungen. Schuld und auch Schuldanteile bedürfen der Vergebung, bei Verstrickungen ist oft Aussöhnung an Platz. Bußgottesdienste und der Bußteil anderer Gottesdienste sollten stärker Versöhnungscharakter haben!

#### 4. Beispiele aus der seelsorgerlichen Beratungs- und Versöhnungsarbeit<sup>4</sup>

##### *Beispiel 1: Schuldgefühle an Stelle von Trauer*

Nach unerwarteten oder schicksalhaften Todesfällen quälen sich oft Menschen mit Schuldgefühlen und entsprechendem Jammern: „Hätte ich doch nur das und das gemacht.... dann würde mein(e) ..... jetzt noch leben!“ Meist dienen diese Schuldzuweisungen dazu, den Verstorbenen nicht loszulassen, den Tod nicht akzeptieren zu müssen.

Hier geht es gewöhnlich nicht um reale Schuld, weil willentlich etwas Lebensrettendes versäumt wurde. Deshalb macht Vergebung keinen Sinn, selbst wenn man sich als schuldig anklagt. Trauer und Schmerz als authentische Gefühle nach einem Verlust werden nicht tief genug zugelassen. Stattdessen hat man quälende Schuldgefühle. Manches, was Menschen erleben, ist so, dass sie nicht damit zurechtkommen, kein neues Ja zum eigenen Leben mehr finden, weil sie sich die rechte Gefühlsqualität nicht erlauben.

##### *Beispiel 2: Überlebensschuld*

Eine Frau, Anfang dreißig, war in einer Kurklinik mit sich dahinschleppenden Beschwerden, die nicht abklingen wollten. Seit zwei Jahren konnte sie schon nicht mehr berufstätig sein. Auch das heißersehnte Wunschkind kam nicht. Durch einen Gottesdienst wurde in ihr wieder etwas Vergangenes aufgerührt, nämlich der Tod des jüngeren Bruders. Er hatte Krebs. Sie hatte alles getan, was sie tun konnte: Hatte die Schwägerin getröstet, die Beerdigung ausgerichtet und war die einzig Starke in der schlimmen Zeit. Besonders die Mutter haderte mit Gott, der ihr den Sohn im Alter von 27 Jahren genommen hatte. Kurz nach dem Tod stellten sich die Beschwerden der Frau ein. Eine Operation folgte, und ein langer Krankenhausaufenthalt. Aber sie kam nicht richtig auf die Beine. Sie begann eine Psychotherapie und war nun auf dem Weg

---

<sup>4</sup> Die Beispiele 2–4 sind Arbeiten von Angelika Segl.

der Besserung. Aber sie spürte, etwas fehlt noch. In unserem Gespräch ging es zunächst ziemlich hartnäckig um die Frage: Warum musste das passieren, wie konnte Gott das zulassen?

Ich fragte sie, was anders wäre, wenn sie eine Antwort auf diese Frage bekommen würde. Sie dachte lange nach, sagte dann: „Nichts wäre anders, es wäre noch viel schlimmer, denn daraus würden sich 1000 neue Fragen ergeben.“

Im Laufe der Gespräche wurde ihr schließlich deutlich, dass sie die Vorstellung hatte: Wenn schon einer gehen muss, warum dann nicht ich? Ich bin die Ältere, es hätte mich treffen sollen! (sog. Überlebensschuld) Und weil etwas in ihr meinte, der Tod hätte den Falschen geholt, es hätte sie treffen sollen, deshalb entschied sie unbewusst, sich mit dem Schicksal des Bruders zu solidarisieren. Wenn er nicht leben darf, dann ich auch nicht. Wenn er seine beruflichen Träume nicht verwirklichen kann, dann ich auch nicht. Wenn er keine Familie gründen kann, dann ich auch nicht. Es war eine innerliche Loyalität und Selbstbestrafungsdynamik im Gange, mit der sie ihre Liebe und Verbundenheit zu ihrem Bruder unbewusst ausdrückte.

Die Arbeit mit dem rituellen Satzvollzug von Angelika Glöckner war mir hier sehr hilfreich. An den Bruder gerichtet ließ ich die Frau sagen:

*„Weil du gehen musstest, deshalb werde auch ich mein Leben reduzieren und werde nicht voll leben. Das tue ich dir zur Treue.“*

Als ihr das bewusst wurde, wehrte sie sich dagegen und fand es verrückt, spürte aber, dass genau das der Grund für die Beschwerden war. Wenn er tot ist, dann kann ich doch nicht leben!

Ich schlug ihr vor, ein Abschiedsritual an seinem Grab zu vollziehen und bot ihr folgende Sätze an: *„Es tut mir leid, dass du gehen musstest; ich hätte es gerne für dich getan. Aber nun stimme ich dem zu, wie es gekommen ist und lasse dich deinen Weg gehen. Ich lebe noch eine Weile, dann sterbe ich auch. Ich verneige mich vor deinem Schicksal, und mit meinem Leben will ich dich ehren. Du sollst immer einen Platz in meinem Herzen haben.“*

Es hat sich bei der Frau innerlich etwas gelöst und wurde wieder gut.

### *Beispiel 3: Aussöhnung mit dem Schicksal*

Eine Frau, Mitte 40, ist mit Depressionen in der psychosomatischen Klinik, und sucht das Gespräch mit der Seelsorgerin. Das, was sie belastet, liegt schon längere Zeit zurück. Ihr ältester Sohn war im Alter von 17 Jahren plötzlich umgefallen und bald darauf tot. Der Grund war eine nicht bekannte Hirnerkrankung.

Die Ärzte drängten die Eltern, den Körper des Jungen zur Organspende freizugeben. In völlig aufgelöstem Zustand, kaum Herr ihrer selbst, gaben

die Eltern die Einwilligung. Es gab keine Gelegenheit mehr, sich von dem Kind gebührend zu verabschieden.

Hinterher realisierte die Mutter, dass es zum Hirntod unterschiedliche Meinungen gibt, und sie entwickelte die Idee, ihren Sohn umgebracht zu haben. Diese Idee wirkte umso vergiftender, als ihr dann auch wieder einfiel, dass sie bald nach der ersten Schwangerschaft mit diesem Sohn wieder schwanger geworden war, sich aber völlig überfordert fühlte und körperlich am Ende. Dieses zweite Kind war eine Fehlgeburt. Aber auch hier hatte sie die Idee, dieses Kind umgebracht zu haben, weil sie es nicht gewollt hatte. Sie drohte in Schuldgefühlen zu ersticken.

Wie wurde hier etwas wieder gut? In einer meditativen Trance-Arbeit ließ ich sie den Tod des Sohnes und die Zeit danach noch einmal erleben. Hierbei gestaltete sie in ihrer Phantasie den Abschied so, wie sie es gebraucht hätte. Es war eine bewegende Arbeit.

Bezüglich der Fehlgeburt half der Verweis auf Gott, der Leben und Tod in Händen hält, zur Reduzierung ihrer grandiosen Idee. Wir können nie völlig verstehen und müssen es auch nicht, warum ein Kind leben kann, ein anderes nicht.

Der Kampf war zu Ende, der Kampf, bei dem sie sich immer vor ein unsichtbares Tribunal gestellt hatte, ohne dass es einen Freispruch gegeben hätte. Friede zog ein in ihr Herz.

#### *Beispiel 4: Schuldeingeständnis*

Ein verheirateter Mann, Mitte 40, drei Kinder, geriet in eine berufliche Krise. Auch Mobbing machte ihn fertig. Er schaffte es kaum mehr, zur Arbeit zu gehen. Mit seiner Ehe schien alles in Ordnung zu sein. Aber dann lernte er völlig unbeabsichtigt eine andere, ebenfalls verheiratete Frau kennen. Während eines einzigen Wochenendes hatten die beiden eine Affäre miteinander.

Hinterher war nichts mehr so wie vorher. Die Frau, erschrocken über das, was sie getan hat, beendet sofort die Affäre mit dem Mann. Er meint, er könne das kaum überleben. Und plötzlich erkennt er, dass er es mit seiner Ehefrau nicht mehr aushält. Er erzählt ihr alles, trennt sich von ihr und zieht allein in eine Wohnung. Er leidet sehr unter der Einsamkeit und dass er seine Kinder nicht mehr sehen kann. Die verlassene Ehefrau bietet ihm mehrmals an, wieder zurückzukommen. Es kommt jedoch nicht zu einem Gespräch oder einem Klärungsprozess. Aber er reicht auch nicht die Scheidung ein; denn er ist sich völlig im Unklaren über seine Gefühle.

Nach einem Jahr lernt er eine andere Frau kennen und tut sich mit ihr zusammen. Sie will ihn heiraten und drängt auf eine Entscheidung. Er weiß

aber immer noch nicht, ob er nicht doch wieder zu seiner Frau zurück will. Er fühlt sich in jeder Hinsicht blockiert, kann nicht vor und nicht zurück. Jetzt wird er endgültig krank, denn auch die berufliche Situation hat sich nicht verbessert. So lerne ich ihn kennen und wir führen einige Gespräche. Im Laufe der Gespräche wird deutlich, dass er gerne bei der neuen Frau bleiben und sie auch heiraten möchte, aber vorher muss noch etwas passieren. Was? Er weiß es nicht. Ich denke mir, und sage es ihm auch, dass er ein Gespräch führen muss mit seiner Ehefrau. Es führt kein Weg daran vorbei, ihr zu sagen: *Ich bin schuld. Ich habe unsere Ehe zerstört und ich war nicht fähig, mit Dir darüber zu sprechen, geschweige denn mit Dir zu klären, was los ist. Ich stehe dazu, und es tut mir leid, dass es so gekommen ist. Ich konnte nicht anders, auch wenn ich es nicht verstehe. Es tut mir leid, dass ich es nicht geschafft habe, zu dem zu stehen, was ich versprochen hatte.*

Er hat dann, als er wieder daheim war, dieses Gespräch geführt. Er konnte nicht davon ausgehen, dass sie ihm verzeihen würde, dass sie ihn verstehen würde. Er hat auch damit gekämpft, ob Gott ihm vergeben würde. Aber offensichtlich hat er es geschafft, zu dem zu stehen und die Verantwortung zu übernehmen für das, was er getan hatte. Und nun ist er innerlich frei.