



Der Dienst an Frieden und Versöhnung gehört zum „Lebensvollzug der Kirche“. Besonders gut zu erkennen ist dieser Dienst in der Beichte. Man muss das Angebot nur wahrnehmen wollen.

Foto: dpa

Vom Umgang mit eigener Schuld

Dass Priester, Philosophen und Psychiater einander etwas zu sagen haben, beweisen die Fachtagungen des Instituts für „Religiosität in Psychiatrie und Psychotherapie“ (RPP) – jetzt wieder in Stift Heiligenkreuz zum schwergewichtigen Thema „Schuld und Vergebung“ **VON STEPHAN BAIER**

Seit mehr als einem Jahrzehnt stellt der Wiener Psychiater, Psychotherapeut, Neurowissenschaftler und Bestsellerautor Raphael Bonelli Sigmund Freud vom Kopf auf die Füße, indem er Religion als Resilienzfaktor präsentiert, Seelsorger und Psychotherapeuten ins Gespräch bringt, der Psycho-Welt die Religion vorstellt und umgekehrt. Dass das nicht zuletzt beim lebensgeschichtlich unaußersichlichen Thema „Schuld und Vergebung“ gelingen kann, bewies er mit seinem RPP-Institut am vergangenen Samstag mit einer interdisziplinären Fachtagung im Zisterzienserkloster Heiligenkreuz. „Sigmund Freud kennt keine Schuld, sondern nur Schuldgefühle“, so Bonelli. Und diese seien für den Vater der Psychoanalyse „einfach nur wegzumachen, zu exkulpieren“.

Tatsächlich finden sich in mehr als tausendseitigen Register von Freuds 19-bändiger Gesamtausgabe drei Seiten zu „Schuldgefühl“ und „Schuldbewusstsein“, aber nur eine Fundstelle zur „Schuld“ (bezogen auf Vatermord). Während die Psychotherapie über weite Strecken Schuldgefühle mit Pathologie gleichsetzt, bezeichnet Bonelli das Exkulpieren von Schuldgefühlen als „Kunstfehler“. Zwar gebe es – etwa bei Wahnstörungen – durchaus pathologische Schuldgefühle, so wie den Phantomschmerz des Beinamputierten, doch meist seien Schuldgefühle ein Zeichen für Schuld.

Dabei will der Katholik Bonelli seine Moral- und Weltanschauung keinesfalls dem Patienten aufdrängen. Im Gegenteil: Die psychotherapeutische Praxis sei „moral-freie Zone“, in der es nur eine Weltanschauung geben dürfe, nämlich „die des Patienten“. Der Therapeut dürfe darum nicht moralisieren, sich empören oder bewerten. Er dürfe auch nicht exkulpieren, also die Schuld verharmlösen, oder Schuld zuweisen. Genau das geschehe jedoch vielfach, insbesondere an die „Trias der Stündenböcke: an Eltern, Schule und Kirche“, so Bonelli. Das stehe einer Aufarbeitung im Weg, weil „Täter gerne in die Opferrolle schlüpfen“. Raphael Bonelli meinte, es sei „nor-

mal, Unrecht zu erleiden und Unrecht zu tun“. Es gehöre einfach zum Leben des Menschen, sowohl Opfer als auch Täter zu sein. Obgleich Schuld die Regel ist, sei das Bewusstsein eigener Schuld eher die Ausnahme. „Die wenigsten Patienten kommen mit Schuldgefühlen, aber viele mit Beschuldigungen.“

Es gebe allerdings so etwas wie „das moralische Gesetz in mir“, zitierte Bonelli Immanuel Kant. Als Psychiater könne er bestätigen, dass in den allermeisten Menschen eine Prinzipienordnung herrsche, die „mehr oder weniger den Zehn Geboten entspreche“. So habe jeder ein Gefühl für Gerechtigkeit – „spätestens wenn ihm selbst Unrecht angetan wird“. Der Arzt oder Psychotherapeut müsse also gar nicht mit seinem Wertekatalog kommen, denn alles sei im Patienten, wenngleich mitunter verschüttet. Da trete Ich-Haftigkeit zutage, die Neigung zur kurzfristigen Bedürfnisbefriedigung, innere Widersprüche und falsche Ich-Ideale, die den Umgang mit eigener Schuld erschweren.

Da werde auch kräftig verdrängt: die innere Wahrheit ebenso wie die Tatsachen. Verdrängtes sei aber nicht einfach verschwunden: „Jeder hat Leichen im Keller, und die bewegen sich – gruselig!“

Wenn man – da ist sich Bonelli mit Freud wieder einig – in der Therapie an Verdrängtes rührt, stößt man auf Widerstand und Aggression. Schuldverdrängung verbittert, darum müsse der Therapeut die Schuld ins Bewusstsein zurückholen. „Schuldgefühle und schlechtes Gewissen sind Zeichen psychischer Gesundheit. Wenn das völlig fehlt, ist jemand psychisch krank oder zumindest gefährdet“, meinte Bonelli. „Nur mit erkannter Schuld kann Reue erweckt werden, kann sich jemand ändern – und wird frei.“ Reue sei eine geradezu „sensationelle Erkenntnis, weil sie Distanz schafft zwischen mir und meiner Handlung“.

Damit war die Brücke zur Theologie gebaut, über die der Liturgiewissenschaftler und Zisterzienserpater Johannes Paul Chavanne dann festen Schrittes ging. Um Got-

tes Vergebung dürfe der Mensch nur bitten, wenn er auch bereit ist, den Mitmenschen zu vergeben, sagte er mit Bezug auf die fünfte Vaterunser-Bitte und auf Jesu Gleichnis vom unbarmherzigen Gläubiger (Mt 18, 23-35). Wenn sich der Mensch von Gott beschenkt weiß, müsse das auch Konsequenzen in seinem Leben haben. Das Wort des Apostels Paulus „Bleibt niemand etwas schuldig; nur die Liebe schuldet ihr einander immer“ (Röm 13,8) deutete Pater Johannes Paul Chavanne so, dass es auch ein „Liebeskonto“ gebe, das im Minus oder Plus stehen könne.

Jesus selbst suchte die Nähe von Sündern und wusste sich ganz besonders zu ihnen gesandt. In der ersten Begegnung des Auferstandenen mit seinen Jüngern richtete Jesus keinerlei Vorwurf an die verängstigte Schar, sondern das Wort „Friede sei mit euch“. Der Dienst an Frieden und Versöhnung sei darum „Lebensvollzug der Kirche“. Dieser Friede werde in der Beichte vermittelt, wo sich – wie in der ersten Begegnung des Auferstandenen mit seinen Jüngern – Angst in Freude verwandle.

Über die Beichte gebe es heute „viele schräge Vorstellungen“, meinte Pater Johannes Paul. Sie sei aber das Sakrament der Heilung, der Versöhnung, der Vergebung und der Befreiung. Die Erkenntnis, schuldig geworden zu sein und Schaden angerichtet zu haben, könne schmerzhaft sein. „Reue hat mit Ehrlichkeit sich selbst gegenüber zu tun – und mit Verantwortungsbewusstsein.“ Durch das Aussprechen und Aufdecken des bislang Verborgenen komme etwas ans Licht, werde also der Finsternis entzogen. Die Beichte solle die sakramentale Erfahrung der Umarmung Gottes sein, darum müsse der Priester das barmherzige Antlitz Gottes erfahrbar machen. „Gott verzeiht die Welt mit sich, und in dieses Geschehen wird der Einzelne durch die Beichte miteinbezogen.“

Die früher in Dresden und nun in Heiligenkreuz lehrende Philosophin und Religionswissenschaftlerin Hanna-Barbara Gerl-Falkovitz unterschied die ontologische

Schuld von der moralischen Sünde: „Leben heißt Leben verzehren.“ Erbschuld sei „die Art und Weise, wie wir da sind. Wir können nicht anders.“ Schon vor aller willentlichen Schuld stehe der Mensch auf schrägem Boden, weil Leben anderes Leben (ver-)braucht – „meist danklos“. Die Sünde – als bewusste Sonderung – lasse sich meist auf Beziehungsbruch zurückführen. Mit der Reue allein sei der Täter „noch nicht aus dem Getanen heraus“. Wirkliche Vergebung übersteige die Logik von Geben und Nehmen, des Tauschhandels. „Vergbung gibt das, was nicht rezipiert gedacht werden kann. Wir geben mehr als der andere uns abfordert.“

Als unabdingbar bezeichnete Gerl-Falkovitz die Reue als „Rückkehr an den Punkt Null: Ich hätte es nicht tun dürfen“. Solche Reue sei zeitfrei: „Ich kann jederzeit sagen: Ich will es nicht gewesen sein. Ich will ein anderer sein.“ Damit sei aber Schuld noch nicht verschwunden. Sie werde vielmehr

„Die wenigsten Patienten kommen mit Schuldgefühlen, aber viele mit Beschuldigungen.“

übernommen: „Ein anderer trägt an meiner Stelle die Schuld weg.“ Die Philosophin zitierte Romano Guardini: „Christus tritt vor mich hin und sagt: Deine Sünde ist meine Sünde.“ Petrus, der den Herrn verleugnet, bereue in dem Moment, in dem ihm vergeben worden ist: Der Blick Jesu, der ihn traf, habe ihm jede Verteidigung abgenommen, weil er nicht ein Blick der Anklage, sondern der Vergebung gewesen sei (Lk 22,61f). Hier geschehe die Aufgabe von Selbstverteidigung und Selbst-Habe: „Reue ist nur möglich, wo ich nicht mehr angeklagt werde.“

Der Schweizer Psychiater und Psychotherapeut Daniel Hell meinte, der Rat-schlag, zu verzeihen, könne wie Salz in offe-

nen Wunden wirken. „Oft heilt Zeit nicht alle Wunden.“ Es gebe sich aufdrängende Erinnerungen und anhaltende Konflikte. Bei vielen Verletzungen sei auch „kein Täter im Sinne des Gesetzes vorhanden“, etwa bei Trennungen, Entwertungen, Verlusten oder Kündigungen. Während Kränkungen mit Wut assoziiert würden und auf Rache zielten, sei Scham – als Ausdruck verletzter Würde – der Versöhnung nicht hinderlich.

Die Geschichte von Kain und Abel erzählte der Berliner Neurologe und Psychiater Michael Linden als Geschichte einer tiefen Kränkung und Verbitterung. Jeder Mensch habe Grundannahmen (basic beliefs), die zu einem kohärenten Leben helfen. „Wenn die Grundannahmen eines Menschen verletzt werden, gibt es Krieg“, meinte Linden. Angeboren sei fast allen Menschen die Grundannahme der Gerechtigkeit, darum werde erlittene Ungerechtigkeit als Aggression erlebt. Diese löse Verbitterung aus. Linden definierte Verbitterung als Aggression unter Inkaufnahme der Selbsterstörung. Als solche mache sie in Extremsituationen stark und habe – ähnlich wie Panik – eine enorme Mobilisierungskraft.

Der Verbitterte bestrafe sich selbst, wenn er nicht lerne, loszulassen. Nicht auf die Entschuldigung des Übeltäters zu warten, sich nicht länger vom Täter und seiner Tat abhängig zu machen, sondern selbst willentlich loszulassen, sei die Voraussetzung für Selbstheilung. Linden unterschied zwischen Vergebung (den eigenen Groll beenden), Verzeihung (dem anderen mitteilen, dass ihm vergeben wurde), Versöhnung und Vergessen. „Glücklich ist, wer vergisst“, sagte Linden und versicherte dem Auditorium, dass Vergessen nicht mit Verdrängen gleichzusetzen sei.

Er empfahl zugleich, die eigenen Ideen von Gerechtigkeit zu realisieren, ohne sie von anderen zu erwarten: „Niemand von uns hat ein Anrecht auf Gerechtigkeit. Es kann sein, dass wir ungerecht behandelt werden.“ Auf Erden, so darf man hinzufügen, ist das wohl mitunter unvermeidlich.