

Heribert Wahl

Schuld und Schuldgefühle

|| *Psycho-theologische Aspekte*

Rigide Über-ich-Forderungen führen oft in zerstörerische Schuldgefühle.

Die Zusammenschau von Tiefenpsychologie und Evangelium erkennt als Alternative dazu die jesuanische Einladung, aus Ich-Stärke heraus der eigenen Schuld zu begegnen.

»Wer nie sein Brot mit Tränen aß,
wer nie die kummervollen Nächte
auf seinem Bette weinend saß,
der kennt euch nicht,
ihr himmlischen Mächte.
Ihr führt ins Leben uns hinein,
ihr lasst den Armen schuldig werden,
dann überlasst ihr ihn der Pein,
denn alle Schuld rächt sich auf Erden.«

Johann W. Goethe, Wilhelm Meister

● Passt die Weise, wie in diesem fatalistisch klingenden Lied des Harfners aus Goethes »Wilhelm Meister« Schuld beklagt wird, zu unserer Erfahrung als Christen und Christinnen? Ein grausames Spiel inszenieren diese Mächte mit dem armen Menschlein, schuldig durch seine bloße Existenz.

Unausweichliche, tragische Existenzschuld?

● Dieser Erfahrung scheint keiner zu entgegen, am wenigsten das noch ganz kleine Kind, zerrissen zwischen seinen Phantasien, allmächtig zu sein, und der realen Abhängigkeit von der übermächtigen Umwelt. Indem es alles auf einmal will, stößt es auf Widerstand – für das Kind grausame Versagung, tödlicher Angriff. Jede wütende Gegenattacke aber bringt es erst recht in Konflikt mit der frustrierenden Übermacht, es muss fürchten, die lebenswichtige Mutterfigur zu zerstören, allein und hilflos dazustehen. In archaischer Weise fühlt sich das Baby für seine Aggression schuldig. Im Bild des traurigen Essens taucht die ganze Psychologie der Säuglingszeit (»orale Phase«) auf: in potenziell symbolischen wie in diabolischen Gestalten, in Kunst, Religion, Mythos, so auch in der »Sündenfall«-Geschichte (Gen 3). Entscheidend ist allerdings, wie die Beziehung gestaltet wird in Paradies, Sündenfall, Vertreibung: Es gilt zu erklären, wie Sünde und Schuld in Gottes gute Schöpfung kommen.

Vordergründig liegt die Schuld hier darin, dass Gottes klares Verbot übertreten wird, vom »Baum der Erkenntnis von gut und böse« zu essen. Ist Schuld also Übertretung der von Gott ge-

setzten Norm? Eine »Definition« mit wünschenswerter Klarheit. Der alte Mythos hat freilich mehr Tiefgang; zugleich verrätselt und verzerrt er jedoch die wahren Zusammenhänge in der Seele und in der Kultur. Wenn wir das mythische Gewand mit Hilfe der Tiefenpsychologie interpretieren und auf unsere individuelle Entwicklung beziehen, tut sich eine frappante Parallele auf: Der »Fall«, das Schuldigwerden, erscheint unausweichlich, als Preis für die Erkenntnis von gut und böse. Und die Straffolge, die Vertreibung aus dem Paradies uranfänglicher Seligkeit, vollkommener Versorgung und Geborgenheit im Schoß der Mutter imponiert auf den ersten Blick als Bild dafür, dass jeder Mensch, soll er zur Person werden, sich aus der Symbiose, diesem »Jenseits von gut und böse«, unter Schmerzen losreißen und »individuieren« muss.

Tatsächlich steckt in uns allen die tiefe Sehnsucht, der regressive Sog »zurück« in ein phantasiertes Paradies, das es freilich so nie gab. Die Glückssuche aller Zeiten bezieht ihre Dynamik daraus: Erfahrung mystischer Verschmelzung wie romantische Verliebtheit; Selbstauflösung im Drogenrausch. Eine reife Gestalt: die nüchterne Hoffnung der Glaubenden auf Erlösung, Heimkehr zu Gott; Verheißung des neuen Himmels und der neuen Erde.

»Schuld« durch Trennung?

- Wo aber liegt die Schuld? Weil auch die besten Eltern nie so vollkommen sein können, wie es dem absoluten Verlangen des Kindes entspräche, bereiten sie ihm unausweichlich auch Leiden. Da das Kind seine Wut über die Versagung nicht aushält, sondern wieder loswerden muss, projiziert es sie auf die Mutter, die dadurch »böse«, gefährlich wird. Ganz abgetrennt von der guten, gewährenden Mutter der Liebe gibt es

nun die versagende, »aggressive« Mutter, vor der man tödliche Angst hat; ihre Einschränkungen werden als drohende Vernichtung erlebt. Primitive Rache- und zugleich Strafängste bilden frühe Kerne unseres späteren »Über-Ich«.

Auf dieser Stufe herrscht eine archaisch-totalitäre, tödlich-mitleidlose Strenge; hier gilt nicht einmal das Talionsgesetz (wie du mir, so ich dir). Es gibt noch kein inneres Schuldbewusstsein, keine Reue, kein Gewissen. Ängste vor Liebesverlust und Bestrafung

»Ängste vor Liebesverlust und Bestrafung«

beherrschen das Feld: Die »Schuld« der Trennung und Verselbstständigung wird einfach verleugnet. Oft sind es freilich die Eltern, die nicht loslassen, dem Kind keine Trennung ermöglichen können!

Die Geschichten von Adam/Eva und Abel/Kain legen exemplarisch zwei wesentliche Motive und Quellen offen, aus denen Ur-Schuld entspringt: Die Schlange (für Juden ein heidnisches Phallus-Idol!) verführt Eva mit der Verheißung: »Ihr werdet sein wie Gott«: ebenso vollkommen, weise, allmächtig, unsterblich – unser aller anfänglicher, bis zum Lebensende nie mehr ganz aufgegebener Wunsch nach grandioser Entgrenztheit. Die Illusion »narzisstischer«¹ Vollkommenheit und Allmacht kann das Relative unserer Möglichkeiten und Ziele nicht anerkennen, sondern will es überspringen. Doch gerade das wird seelisch festgezurr, fixiert, was gar nie auf Anerkennung stieß; es kann nicht angenommen und in gekonntere Formen verwandelt werden.

Entgegen dem naiv gelesenen Mythos vom »Fall« wäre wirkliche Schuld dort, wo ich den unverwandten Wunsch nach grenzenlosem Sein und Haben in Gedanken, Worte oder Wer-

ke umsetze; wo ich im anmaßenden Versuch, das Ende der Geschichte vorwegzunehmen, das nur Relative verabsolutiere, das Endliche überspringe und mir das Unbedingte rücksichtslos herausnehme – weil ich nicht Mensch bleiben oder werden, sondern sein will wie Gott.

Zurückstreben nach Allmacht?

● Im Blick auf unsere Lebenswelt scheint das freilich nur auf schwerste Tatbestände zu passen, wenn wir etwa das Leben anderer durch Mord zerstören (Hitlers Mord an Millionen Juden). Wo bleibt die alltägliche Schuld? Unsere christliche Schuldgeschichte hat einerseits manchmal übersehen lassen, dass Unvollkommenheit, Zurückbleiben hinter guten Absichten nicht Schuld in diesem strengen Sinn ist; sonst kommt es zu jener moralistischen Überforderung, die auch im Raum der Kirchen gepflegt worden ist, sich aber nicht auf Jesus berufen kann. Auf der anderen Seite darf wirkliche Schuld nicht projektiv nur bei anderen gesucht werden – Sündenbocksuche kann sich genauso wenig auf Jesus berufen.

Die andere Quelle für den Mythos, an der Schuld entspringt, ist die bittere Erfahrung zurückgewiesener Liebe und ohnmächtiger Wut. *Ist* Kain nicht schon böse, weil er eifersüchtig ist, der Brudermord also nur sündige Folge seiner

»die bittere Erfahrung zurückgewiesener Liebe und ohnmächtiger Wut«

Bosheit? Die Erzählung ist auch hier tiefsinniger als flacher Moralismus. Kain *wird* erst böse und bringt seinen Rivalen um Gottes Zuwendung um, nachdem alle Mühe vergeblich war: »Man wird schlecht durch Leiden.«² Kain steht auf der Stufe der »primären, passiven«, nur fordernden

Liebe: eine anfängliche, primitive Form, die sofortige Befriedigung verlangt, ohne Rücksicht auf Bedürfnisse anderer: »Mich soll man lieben, immer, überall, auf jede Weise, meinen ganzen Körper, mein ganzes Ich ohne jegliche Kritik.«³ Diese Liebesforderung ist für das kleine Kind ebenso legitim wie seine Allmachtswünsche, sie muss jedoch genauso entwickelt werden: hin zu einer Liebe, die auch Interessen des Partners berücksichtigt und zur Hingabe fähig ist oder es zumindest versucht.

Kain rächt sich mit einer aggressiven Tat, die den Todeswunsch für den Liebes-Rivalen zerstörerisch umsetzt. Auch hier ist nicht alles so eindeutig, wie es aussieht: Kain macht sich schuldig, zugleich verstehen wir die Herkunft seiner destruktiven Tat aus seinem Leiden. Dadurch ist er nicht ent-schuldigt. Gott konfrontiert ihn, doch nicht nach dem Muster unseres grausam archaischen Über-Ich, das Menschen bis heute nach Todesstrafe, Sühne und Vergeltung rufen lässt. Gott lässt Kain mit seiner Schuld, die nun zu ihm gehört, leben und schützt ihn; er gibt ihm Zeit und Raum, schließt seine Geschichte nicht strafend endgültig ab.

Schuld aus enttäuschter Liebe

● Wieder illustriert jedoch der Mythos seine kulturell interessierte Perspektive auf unser aller individuelle Entwicklung. Er verdeckt eine wichtige Einsicht moderner Tiefenpsychologie, die wir im Umgang miteinander, vor allem mit unseren Kindern, nicht ernst genug nehmen können: So vieles, was beim Kind kämpferisch aktiv gemeint ist, wird als böse, destruktiv verkannt, obwohl es nur eine noch ungekonnte, unverwandelte Äußerung seiner primären Liebeswünsche, seiner Enttäuschung und ohnmächtigen Wut ist. Wir tun uns alle schwer mit dieser

Form von Aggressivität, die wir selbst nicht ungestraft leben durften und deshalb auch bei anderen nicht ertragen. Deshalb liegt ihre »mythische« Verurteilung als böse, als Schuld so nahe. Schnell fühlen wir selbst uns bei solch unverstandenen Attacken angegriffen, beleidigt und können nur noch ebenso destruktiv zurückschlagen.

Das sitzt tief und reicht weit hinein in Religion und Kirche⁴: Wenn Sünde theologisch als schwere »Beleidigung Gottes« gilt, setzt man sie undifferenziert mit Aggression gleich. Damit übertragen wir leidvolle Kindererfahrungen, dass Eltern beleidigt reagierten und verletzt zurückschlugen, »diabolisch« auf das Bild eines Gottes, dessen Liebe so zerbrechlich ist, dass er sich beleidigt zurückzieht bzw. den Sünder unnachsichtig für seine böse Aggression bestrafen muss. Angst vor Liebesverlust und Strafangst werden zum wichtigsten Mittel auch religiöser Erziehung; Selbstanklage gerät zum zentralen Drehpunkt, so dass man auf erschreckende Aussagen stößt: »Der Christ ist das Wesen, das sich anklagt« (Mounier).

Um solches Missverstehen unseres Glaubens nachzuvollziehen, müssen wir erneut in die Entwicklungsgeschichte des Gewissens schauen: Die Ängste der Frühzeit werden zunehmend verinnerlicht. Was sich zunächst zwischen dem Kind und seiner Umgebung real abspielte, geladen mit starken Gefühlen und Phantasien, verlagert sich auf die innere Bühne und wird dort in

»Die Stimme der Eltern wird zur inneren Stimme.«

Form seelischer Konflikte ausgetragen. Diese Internalisierung ist ein entscheidender Schritt in der Gewissensbildung: Die verbietende wie die lobende Stimme der Eltern wird zur inneren Stimme, zum »Über-Ich« und »Ich-Ideal«, von

dem nun Lob und Tadel, Kritik und Verbot ausgehen, aber eben auch Schuldgefühle, wenn wir der Stimme nicht gehorchen. Diese innere Instanz, aufgebaut aus frühesten Ängsten, Aggressionen und Größenideen, stellt noch kein entwickeltes Gewissen dar. Gerade deshalb ist es so gefährlich, das Über-Ich als »Stimme Gottes« auszugeben.

Schuld- und Strafangst ...

- Bei psychisch Kranken muss ein strenges, zwanghaft-skrupulöses Über-Ich-Gewissen so wüten und strafen – bis hin zum Suizid des tief Depressiven –, weil all die unverdaute Wut des Kindes, die es nicht loswerden durfte, verinnerlicht wird und sich nun mit voller Wucht und völlig unbewusst gegen das Selbst des Kindes wendet! Wo die Beziehung zu den Eltern keine freundlich liebevollen, sondern nur ängstigende, strafend-aggressive Erlebnisse umfasst, dominiert am Ende ein innerliches Schuld- und Strafbefürnis, vor dessen Auswirkungen wir oft fassungslos stehen. Es kann so übermächtig werden, dass Menschen nur deshalb straffällig werden, um ihr unerträgliches, unbewusstes Schuldgefühl durch die zu erwartende Strafe zu befriedigen (Freuds »Verbrecher aus Schuldgefühl«). Ein grausames Über-Ich kann auch eine Therapie oder eine seelsorgliche Begleitung aus dieser Selbstbestrafung heraus scheitern lassen, sobald sich auch nur kleinste Erfolge anbahnen; oder dazu führen, dass jemand im Leben nichts erreichen darf, sondern immer wieder alles kaputtmachen muss.

Diesseits solch extremer Über-Ich-Störungen, die wir bei seelisch Kranken gern als bedauerliche neurotische Schuldgefühle abtun, zeigt auch die »Normalausstattung« unserer religiös vermittelten Schuldgefühle, wie fatal es ist,

in dieses Gefüge den Gott Jesu einzusetzen, der die Einhaltung seiner Gebote mit Liebesentzug durchzusetzen sucht – wie früher die Eltern. Dem entspricht jener Moralismus und Legalismus, der trotz Jesus und Paulus als Übermacht des »Gesetzes« die Gewissensbildung immer wieder mit Hilfe eines »Über-Ich-Gottes« und primitiver Schuldgefühle dominiert. Was alles im Lauf der Zeit zu Gottes Gebot erklärt wurde und bei Versagen schwerste Schuldgefühle auslöste, haben die Älteren unter uns noch an sich selber erlebt, am deutlichsten auf dem Gebiet der Sexualität.

... oder bewusste Schuld- erfahrung

● Wie kann aus dem archaischen Über-Ich-Mechanismus fremdbestimmter Gesetzmäßigkeit bewusste Gewissensentscheidung und Schuld-fähigkeit werden? Wie gelingt es, statt Über-Ich-Sklaven zu bleiben, zum freien Ich-Gehorsam der »Kinder Gottes« zu führen, der dann auch zu einer verantworteten Schuldenerfahrung und personalen Reue fähig wäre? Nicht erst durch Freud und andere nach ihm, sondern bereits im Handeln und in der Botschaft Jesu ist uns ein anderes Modell vorgestellt und vorgelebt worden: Jesus hat nicht die Thora abschaffen wollen, er hat vielmehr die damals geübte Gesetzespraxis und Moral als tödliche »Über-Ich-Krankheit« durchschaut und aus der Vertrauensbeziehung zu seinem gütigen »Vater« heraus das Gesetz höchst paradox re-lativiert: Einerseits spitzt er Gottes Wille radikal zu (Bergpredigt). Zugleich zieht er ein äußerliches Befolgen ins Innere eines echten Herzensgehorsams aus Freiheit. Als Gottes lebensdienliches Gesetz ist »der Sabbat um des Menschen willen da, nicht der Mensch um des Sabbats willen.«

Damit fällt Gesetzeserfüllung nicht mehr mit Schuldlosigkeit zusammen; deswegen musste Jesus die selbstgerechten Frommen seiner Zeit kritisieren. Umgekehrt ist Sünde aber auch nicht mehr identisch mit Normverletzung. Jesu Verinnerlichung zielt auf »Personalisierung« der Schuldenerfahrung, in der wir unser Verhältnis zum Gesetz immer neu kritisch auf unser Leben vor Gott und mit den Menschen rückbeziehen müssen.

Unser Schuldigwerden und Jesu Frohbotschaft

● Als Beispiel ein schwieriges Jesuswort aus der Bergpredigt (Mt 5,25ff): »Ihr habt gehört, dass zu den Alten gesagt worden ist: Du sollst die Ehe nicht brechen. Ich aber sage euch: Jeder, der eine Frau anschaut, um sie zu begehren, der hat schon die Ehe mit ihr gebrochen in seinem Herzen.« Darauf folgen radikale Ratschläge, Auge oder Hand, die zur Sünde verleiten, lieber auszureißen oder abzuhaue als leiblich unversehrt zur Hölle zu fahren. Erscheint Jesus hier nicht überstreng? Sind wir mit dieser ungeheueren Verschärfung nicht gerade dort angelangt, wovon wir weg wollten: bei einem grausam straffenden Über-Ich, das für Gedanken und Absichten genauso zur Rechenschaft zieht wie für Taten, weil es Denken und Tun gleichsetzt (Freud)?

Dann müssten wir uns ehrlicher Weise in dauernden Schuldgefühlen baden. Der Text sagt freilich »Wenn einer eine Frau anschaut, um sie zu begehren ...« Jesus verurteilt nicht den bloßen Gedanken als Sünde, sondern setzt sich ab von einer unaufrichtigen Trennung zwischen objektivem Tatbestand und innerer Gesinnung: Von unserem Ich-Gewissen her gilt es, alles zu prüfen und Stellung zu nehmen zu den triebhaften Impulsen, Phantasien und Wünschen, die in uns

aufsteigen. Darin zeigt sich erst freie Entscheidung – je nachdem, wie meine Stellungnahme ausfällt, was lange dauern und Kämpfe kosten kann. Ein inneres Zustimmung kann dann zur »Schuld in Gedanken« werden; es geht nicht um

»Schuld zu empfinden,
setzt Ich-Stärke voraus.«

jede aufkommende Regung, sondern um ihre bewusste, willentliche Bejahung, die vielleicht nur aus Angst, Feigheit oder äußeren Gründen nicht in die Tat umgesetzt wird, z.B. eine tödlich hassende Einstellung.

Schuld auf personaler Ebene zu empfinden, setzt eine beträchtliche Ich-Stärke voraus: An die Stelle archaisch-früher, unbewusster Schuld und Vernichtungsängste auf der Stufe des Kleinkindes tritt die *Schuldfähigkeit* einer Person, die so-

viel an Unabhängigkeit, an bezogener Autonomie und Selbst-Identität gewonnen hat, dass ihr gefestigtes Ich die schmerzliche Spannung zum Spruch ihres selbstkritischen Ich-Gewissens wahrnehmen und aushalten kann. Denn das spannungsvolle Auseinanderklaffen von Ich und Über-Ich, von Selbstwahrnehmung und kritischer Instanz in uns erleben wir als lebensdienliches Schuldgefühl, das wie ein Signal warnt und mahnt - natürlich ein Ideal, eine Utopie gar, wenn man bedenkt, nach welch irrationalen Mustern und auf welch unterschiedlichen Ebenen Schuld erlebt wird. Diese Stufen tragen wir von unserer familiären und religiösen Entwicklung her in uns und mit uns herum (»Erbsünde«), und sie bestimmen uns – leider – oft genug weitaus stärker als die »reife«, gekonnte Form, zu der wir vom Evangelium eingeladen und eschatologisch miteinander immer auf dem Weg sind.

¹ Die mythische Narkissos-Figur ist gerade kein »Narzisst«, sondern Opfer seiner gestörten Selbst-Entwicklung; vgl. Heribert Wahl: Abschied vom

Narzissmus? In: Existenzanalyse 19 (2002) H. 2+3, 49–58.

² Michael Balint, Die Urformen der Liebe und die Technik der Psychoanalyse,

Frankfurt/Main 1969, 58f.

³ Ebd., 60.

⁴ Vgl. Heribert Wahl, Christliche Ethik und Psychoanalyse. Eine kritische Anfrage an das latente

Menschenbild, München 1980, 154–174; Michael Schlagheck (Hg.), Theologie und Psychologie im Dialog über die Schuld, Paderborn 1996.

Ich möchte gern so sein,
wie Gott mich haben will,
weil er mich so behandelt,
als wäre ich schon so

Hannelore Frank

Frage

Manchen bin ich einiges,
einigen bin ich vieles schuldig geblieben.
Und die Zeit läuft davon.

Wessen Liebe kann das noch gutmachen?
Die meine nicht.
Nein, die meine nicht.

Kurt Marti