

Das Gebet aus psychoanalytischer Sicht

Joachim Küchenhoff¹

Jahrestreffen der deutschschweizerischen Psychiatrieseelsorgenden.

14.6.2016, Liestal

Sehr gern bin ich der Einladung unserer Seelsorgerinnen R.Munz, E.Hischier und M.Klee gefolgt, mich mit einem Vortrag an Ihrer schönen Tagung zu beteiligen. Rasch aber sind mir Bedenken gekommen, ob ich Ihnen denn etwas zu Ihrem Thema zu sagen habe. Denn da ich kein Theologe bin, weiss ich nicht wirklich, was ein Gebet ist. Ich stehe mit Hochachtung und zugleich grossem Abstand vor einer theologischen Diskussion, die ich nicht überblicke, von der ich aber wahrnehme, dass sie hochdifferenziert und komplex geführt worden ist.

Da ich nicht weiss, was ein Gebet ist, habe ich mich an eine Adresse gewandt, die es wissen muss. In diesem Fall an die Homepage der Evangelischen Kirche Deutschlands. Sie steht mir aus einem bestimmten Grund nahe: 2009 bin ich zu einer Tagung des EKR nach Hannover eingeladen worden, als es darum ging, die aus den 70er Jahren stammende Schrift zur Sexualethik zu überarbeiten. Die intensive Diskussion zwei Tage lang war für mich sehr anregend, und ich habe – so glaube ich – einiges beitragen können. Als es aber dann um die Einrichtung einer Task Force der EKD ging, um eine neue Schrift zur Sexualethik auszuarbeiten, wurde ich, der ich der evangelischen Kirche nicht angehöre, ausgeschlossen, mit einigem Bedauern, aber immerhin. Das kam mir so bekannt vor, das kam mir auch als Psychoanalytiker bekannt vor: ob jemand etwas zu sagen hat, wird an der ordentlichen Mitgliedschaft sei es einer psychoanalytischen Vereinigung, sei es der Kirche, gemessen.

Was also erklärt mir die EKD? Auch wenn ich sehr religiös erzogen worden bin, traue ich mir heute nicht oder nicht mehr zu recht zu wissen, was das Gebet ausmacht. Auf der Homepage der EKD wird unter der Überschrift „Warum beten?“² erläutert, was das Gebet bewirkt.² Diese

¹ Prof. Dr. Joachim Küchenhoff, Direktor Erwachsenenpsychiatrie, Psychiatrie Baselland

² <https://www.ekd.de/glauben/gebete/warumbeten.html>

Ausführungen sollen mir als Leitlinie gelten, um mich mit ihrer Hilfe dem Gebet aus einer psychoanalytischen Sicht zu nähern. Ich werde mir zu diesem Zweck alle Sätze des Textes nacheinander zitieren und einige von ihnen kommentieren. Dabei geht es mir darum, aus der Sicht des Psychotherapeuten und Psychiaters zu erschliessen, was das Gebet ausmacht oder was in ihm enthalten ist. Abschliessend werde ich einige kritische Bemerkungen machen, die auch als Fragen an Sie gedacht sind.

„Ein Mensch öffnet sich Gott, wenn er betet.“

Dieser erste scheint mir in der Tat ein zentraler Satz zu sein: das Gebet hilft dabei, sich zu öffnen. Das Gebet ist in diesem Sinn vorbehaltlos. Wer sich öffnet, muss Vertrauen haben – ohne Vertrauen gelingt es nicht, sich zu öffnen, sonst ist es zu riskant. Denn andernfalls, wenn man sich öffnete, ohne begründetes Vertrauen zu haben, würde man wehrlos und sich ausliefern. Vertrauen ist eine Grundkategorie für das Zusammenleben, allerdings eine fragile; immer neu herzustellende. Vertrauen kann nicht einfach vorausgesetzt werden. Im November werden wir, weil uns das prekäre Gut des Vertrauens so wichtig ist, hier in der PBL eine Tagung durchführen, die sich dem Thema „Vertrauen in Beziehungen“ widmen wird.

Wem aber öffnet derjenige, der betet, sich? Das ist für mich viel schwerer zu benennen. Natürlich klingt es einfach, wenn Gott eingesetzt wird, als Adressat, als Bezugspunkt. Aber was heisst das? Weil Gott nun einmal nicht in einem einfachen Sinn greifbar und als lebendiges Gegenüber verfügbar ist, übersetze ich in meine therapeutischen, zugegeben profanen Kategorien: angesprochen ist eine symbolische Ordnung, ein Gegenüber, das nicht aufgeht im Ich oder Du, das eine Beziehung stiftet, die nicht personal eingeschränkt ist, sondern über die Personen hinausgeht, insofern also die Bedingungen der Möglichkeit von Beziehungen überhaupt herstellt. Wer betet, wendet sich an eine höhere Ordnung – nein, er setzt voraus, dass es eine Ordnung gibt, die nicht von ihm und seinen Nächsten abhängt. Die ihm aber auch nicht als anonyme Gegenmacht gegenüber steht, sondern an die er sich wenden kann. Eine solche symbolische Ordnung ist aus psychoanalytischer Sicht für die seelische Entwicklung entscheidend. Die symbolische Ordnung bildet ein Gegengewicht einerseits zur subjektiven Bilderwelt der Phantasien und Wünsche, dem also, was Jacques Lacan das Imaginäre genannt hat, aber auch zu einer nicht sprachlich-symbolisch zu erfassenden, begrifflos und damit unverarbeitet bleibenden Realität, dem Realen³. Das Sich-Öffnen im Gebet hat demnach aus meiner Sicht eine implizite selbstreflexive Bedeutung: sie führt den,

³ Vgl. etwa Wörler F (2015) Das Symbolische, das Imaginäre und das Reale. Lacans drei Ordnungen als erkenntnistheoretisches Modell. Transcript Bielefeld

der betet, auf eine symbolische Ordnung zurück, die zu ihm gehört, indem sie ihn als Individuum ebenso übersteigt wie ausmacht.

„Ein Mensch öffnet sich dem anderen Menschen, wenn er mit ihm redet. Ein Mensch öffnet sich Gott, wenn er betet. Das Gebet ist ein Reden des Herzens mit Gott. Wer betet, ehrt Gott, denn Gott will, dass wir zu ihm reden.“

Im Gebet spricht das Herz. Das soll heissen: das Gebet berührt das emotionale Erleben eines Menschen. Die Emotionen wird in den nachfolgenden Textabschnitten differenziert: Dank, Lob, Freude, Vergebung, Leid werden benannt. Ich zitiere:

„Was können wir ihm sagen? Vor allem unsern Dank, unser Lob und unsere Freude, die darin ihren Grund haben, dass Gott da ist, für uns und für alle Welt. Die ersten Sätze des Vaterunsers führen uns zu Anbetung, Lob und Dank: Wir dürfen Gott unsern Vater nennen, unser Leben durch sein Wort bestimmen lassen, das Kommen seines Reiches mit Freuden erwarten und uns seinem Willen anvertrauen. Das ist der Grundton des Gebets der Kirche.

Aber wir dürfen Gott auch bitten: um das tägliche Brot, um Bewahrung und Hilfe, um Vergebung, für uns und für andere Menschen. Wir dürfen ihm unser Leid klagen, vor ihm aus sprechen, was uns bewegt. Wer betet, öffnet sich Gott: da darf auch das Persönlichste gesagt werden. Auch andächtiges Schweigen und Nachdenken vor Gott können Weisen des Betens sein oder zu ihm führen.“

Sich öffnen ist also, das will ich herausgreifen, nicht ein bloss kognitives Geschehen, sondern ein affektiver Prozess. Nur wenn das Herz dabei ist, bewirkt eine Rede, ein Gespräch etwas. Das leuchtet mir aus meiner klinischen Perspektive heraus sehr ein; es war eine der Grundannahmen Freuds für die psychoanalytische Kur: soll das therapeutische Gespräch wirksam werden, soll es ein Veränderungspotential haben, dann muss es packen, dann muss es emotional berühren. Soll ein Problem überwunden werden, muss es gefühlsmässig ergriffen und begriffen werden: „...schließlich kann niemand in absentia oder in effigie erschlagen werden.“ (Freud 1912).⁴ Veränderung – mit anderen Worten – braucht unmittelbar erlebbare Gefühle, setzt Gefühle voraus. Wir können uns natürlich fragen, ob das nur für das Gebet als Gespräch und für das therapeutische Gespräch gilt, oder ob es für jedes Gespräch, das diesen Namen verdient, gültig ist.

⁴ Freud S (1912b) Zur Dynamik der Übertragung. GW VIII, S. 364-374

Das Gebet ist eine Rede. Das heisst, das Gebet bringt etwas zur Sprache. Eine wunderbare deutsche Formulierung: ein Gefühl wird zur Sprache gebracht. Es lässt sich ausdrücken. Wer keine (eigenen) Worte findet, kann sie – jedenfalls prinzipiell - entlehnen: den ritualisierten Gebeten, die dazu dienen, Formulierungen vorzugeben, denen sich die Menschen, die beten, anschliessen können. Wobei natürlich fraglich ist, ob die allzu bekannten Gebete noch mit einer persönlichen Bedeutung hinterlegt werden.

Den Satz „denn Gott will, dass wir zu ihm reden“ verstehe ich so: Er beschreibt das Gebet von einem „Prinzip Antwort“ her: die Person, die spricht, wird schon immer angesprochen; sie steht nicht allein, sondern lebt in persönlichen Bezügen, so dass jedes Sprechen schon immer auch Antworten ist. Dieses Angesprochen-Sein in den eigenen Gedanken unterscheidet das Grübeln vom Nachdenken; das Grübeln dreht sich – auch hier wieder ist die deutsche Sprache anschaulich – um sich selbst. Das Nachdenken hingegen ist von den Fragestellungen, von den Ansprüchen und Aufforderungen der anderen, der persönlichen, aber auch der unpersönlichen Umwelt, angeregt. In diesem Sinn steht Gott für eine Responsivität, ich gebrauche den Begriff im Sinne des grossen Phänomenologen und Philosophen Bernhard Waldenfels, den wir vor einigen Wochen erst bei uns haben begrüssen dürfen: eine Responsivität, die ich in mir erzeugen kann, weil ich eine lebendige Dialogfähigkeit mir erworben oder bewahrt habe, die in der Psychoanalyse mit den sog. inneren Objekten, den gespeicherten und verwendbaren Vorstellungen von wichtigen Personen und Beziehungen, verbunden werden⁵.

„Viele Menschen erfahren es als großes Geschenk, dass sie beten können. Andern fällt es schwer zu beten, weil sie vom Gebet wenig erwarten.“

Der letzte Satz nun scheint mir einem grossen Missverständnis Vorschub zu leisten, das mir für das, was ich Ihnen sagen möchte, wesentlich ist: dass die Schwierigkeit zu beten bloss einhergeht mit zu geringen Erwartungen. Mir scheint das Risiko eines Scheiterns des Gebets aus psychologischen Gründen ungleich grösser, weil die Anforderungen oder Voraussetzungen, die mit dem Gebet verbunden sind, nicht für alle gegeben sein mögen. Wir haben den Begriff der inneren Objekte gerade eingeführt: Der, der betet, muss über genügend gute innere Objekte verfügen. Beten setzt von der zwischenmenschlichen Entwicklung her gesehen voraus, dass es menschliche Erfahrungen gegeben hat, an denen sich ein basales Vertrauen, ein Urvertrauen, wie immer wir es nennen wollen, und sichere Bindung entwickeln konnten. Wo das nicht der Fall ist, hat es – so vermute ich - das Gebet schwer. Denn dann

⁵ Waldenfels B (1994) Antwortregister. Suhrkamp Frankfurt

folgen die Gedanken unter Umständen sehr destruktiven Wegen, wenn sie – wie das im Gebet ja doch erst einmal ist – freigelassen werden. Dann können die Monster kommen, die übelwollenden inneren Objekte, die in der Erfahrungswelt sich breit machende Verzweiflung. Aber es können auch die Verwirrungen bewusst werden, die z.B. aus einer depressiven Unfähigkeit sich zu konzentrieren erwachsen. Die grosse Gefährdung gedanklicher Kohärenz, wie sie dem psychotischen Erleben eigentümlich ist und die in den unfreundlichen Begriffen deskriptiver Psychopathologie als Zerfahrenheit bezeichnet wird, kann das Gebet zu einem Anspruch machen, der unerfüllbar und dadurch quälend sein kann. Das ist meine Frage an Sie: ob diese Anforderungen, die das Gebet an die Person stellt, die Voraussetzungen und Ansprüche, die mit dem Beten gegeben sind, im seelsorgerischen Diskurs genügend reflektiert werden.

„Was kann denn das Gebet bewirken: Eine Antwort auf diese Frage erfährt, wer sich zum Gebet anleiten lässt und sich darin übt. Im Gebet bringen wir unser Leben vor Gott. Dabei erfahren wir, dass der Druck des Alltags und die Last der Sorge von uns abfallen. Unsere Seele schöpft tief Atem.“

Die Seele schöpft tief Atem - das ist schön formuliert! Der, der betet, steckt einen Rahmen ab, der sich vom Alltag unterscheidet – wenn das Gebet das Leben vor Gott bringt, dann entfernt es das Leben zugleich vom Alltag. Das Gebet, so übersetze ich den Satz in die mir zur Verfügung stehende und therapeutisch anschauliche Begrifflichkeit, schafft einen Übergangsraum, einen Zwischenraum der Erfahrung – und der ist aus der psychoanalytischen Sicht freilich zentral. Solche seelischen Zwischenräume liegen entfernt von, bleiben aber doch bezogen auf Alltagserfahrungen, sie spannen ein Feld auf, in dem freilich ungesichert ist, was daraus entsteht. Es bedeutet immer ein Wagnis, sich hinein zu begeben. In diesem Sinn kann ein Gebet auch kreativ sein. Die Frage freilich stellt sich mir gleichwohl, wie kreativ ein Gebet werden kann und darf. Denn Kreativität ist, so meine ich, verbunden mit einer konstitutiven Negativität, mit einer Ungesicherheit, mit einem Wagnis, einem Experiment, und sie hat zur Grundlage, vorgeprägte Erfahrungen loslassen zu können, sich neuen Erfahrungen im Zwischenraum anzuvertrauen zu können. Kreativ sein bedeutet, Bindungen zu lockern, wenn auch in einem Rahmen, der dieses Loslassen absichert, bedeutet, sich – wenn vielleicht auch nur punktuell und momentan – einem „unintegrierten Zustand“ zu überlassen: „It is only here, in this unintegrated state of the personality, that that which we describe as creative can appear“ (Winnicott 1962, S.64)⁶. Kreativität schafft Möglichkeiten,

⁶ Winnicott D (1962) Playing and reality. Penguin London

birgt aber besondere Risiken. Der philosophischste unter den grossen Dichtern des frühen 19. Jahrhunderts, Friedrich Hölderlin, fasst die Gefährdung und Chancen der Kreativität sehr prägnant und zugespitzt zusammen: „Im Zustande zwischen Sein und Nichtsein wird aber überall das Mögliche real.“ (Hölderlin 1961, S.295)⁷ Soweit wird aber das Gebet nicht gehen: Es spannt den Raum der Kreativität auf, durchaus - aber es beschränkt ihn auch. Der Satz „Im Gebet bringen wir unser Leben vor Gott“ legt dem unintegrierten Zustand, von dem Winnicott spricht, gleichsam Zügel an. Denn das Gebet zentriert sich auf die Glaubenserfahrung. Es unterscheidet sich von meditativen Praktiken, aber auch von der in einer psychoanalytischen Psychotherapie gegebenen Möglichkeit, frei den eigenen Gedanken zu folgen, also von dem Grundprinzip der freien Assoziation, das wichtig ist, weil es erlaubt, vieles zur Sprache zu bringen, das sonst der Kontrolle, der Scham, der Rationalität geopfert würde.

„Im Gebet dürfen wir uns auf Jesus berufen und uns an ihn wenden. Er war dessen gewiss, dass Gott ihn hört. Wenn wir beten, nehmen wir teil am Gottvertrauen Jesu Christi. Mag unser eigener Glaube schwach, unser Gebet verkümmert sein, Gott hört uns dennoch um Christi willen. »Gott erfüllt nicht alle unsere Wünsche, aber alle seine Verheißungen« (Dietrich Bonhoeffer).“

Diesen Abschnitt habe ich nicht leicht verständlich, aber auch besonders spannend gefunden. Ich betone zwei für mich entscheidende Satzteile: „Wenn wir beten, nehmen wir teil am Gottvertrauen Jesu Christi“ und „Gott hört uns dennoch um Christi willen.“ Der erste Satz nennt nun explizit den Begriff des Vertrauens. Mir ist bewusst, dass das Vertrauen in Gott theologisch nicht mit dem mitmenschlichen Vertrauen gleichgesetzt werden kann (cf. Dalferth 2013).⁸ Dennoch erlaube ich mir, die Formulierung so zu verstehen, dass an dieser Stelle Jesus als ein solidarischer Weggefährte gesehen wird. Er dient – wenn die Betenden an seinem Gottvertrauen teilnehmen – als Identifikationsangebot. Als alter ego: So wie Jesus kann auch ich Vertrauen, Gottvertrauen, entwickeln. Wir kennen Umschreibungen des Alter ego – Anderen aus Redewendungen wie „ein Herz und eine Seele sein“. Wir finden sie überall wieder: Die große Unterhaltsamkeit von Sherlock Holmes – Geschichten rührt daher, dass es dem Detektiv gelingt, sich in alle Gedankenverästelungen seines Mitarbeiters Dr. Watson einzudenken, so dass er seine Gedanken lesen kann. Er denkt sich in die Assoziationsketten des Anderen ein, so dass er nach langen Schweigepausen den für den stummen Gedankengang Watsons genau treffenden Kommentar macht. Das Alter ego geht

⁷ Hölderlin, F. 1961[1800]: Das Werden im Vergehen. Sämtliche Werke ed. Beissner Bd IV, 1961 Stuttgart, 294-299.

⁸ Dalferth I (2013) Selbstlose Leidenschaften. Mohr Siebeck Tübingen

aber weiter, es denkt nicht nur mit, sondern geht mit dem Selbst „durch dick und dünn“, ist ohne Wenn und Aber präsent. Ein vergleichbar wirksamer, ein gedanklicher, in der eigenen Phantasie präsenter, innerer Begleiter wird für mich in den für das Gebet beschriebenen Formen der Teilnahme evoziert.

Psychoanalytisch besonders interessant ist es aber, dass diesem Alter ego nicht alles zugemutet wird, es ist nicht das eine und einzige, umfassende und allein wirkmächtige Gegenüber, das gleichsam den Horizont der Aufmerksamkeit ganz ausfüllt. Nein, vielmehr verweist es auf ein Drittes: „Wir nehmen teil am Gottvertrauen von Jesus“. In umgekehrter Blickrichtung: „Gott hört uns um Christi willen“. Im Gebet und durch das Gebet wird eine trianguläre Beziehung aufgebaut, in der das Verhältnis einer Vermittlung beschrieben wird. Jesus wird im oder durch das Gebet als Vermittler zwischen dem Menschen und Gott erlebbar. Aus der alter ego - Beziehung zu Jesus wird eine Dreierbeziehung, die zwischen mir, Jesus und Gott durch das Gebet aufgespannt wird.

Ein Dreieck schafft die Möglichkeit, aber auch die Notwendigkeit der Vermittlung, und es stiftet Verweisungszusammenhänge. In einem Dreieck ist nicht einer von den drei Bestimmungsgrößen unabhängig vom anderen. Sie verändern sich alle gemeinsam. Auch und gerade für das Beziehungsgeschehen im therapeutischen Gespräch ist die Triangulierung wesentlich. Es ist nicht der Therapeut allein als alter ego wirksam, als Person, die durch eigene Stärke und Macht dem Patienten hilft und der immer präsent und solidarisch als Helfer zur Verfügung steht. Diese Sicht entspringt einer Idealisierung des Anderen, der so zum Retter, zum Heilsbringer, zum Ziel aller Wünsche wird. So wichtig es ist, dass der Therapeut sich dem Patienten als Identifikationsfigur anbietet, so wichtig ist es auch, dass er vermittelt, dass er im gemeinsamen Gespräch helfen kann zu erkennen, dass diese und andere Erwartungen, die auf ihn übertragen werden, nicht von ihm zu erfüllen sind, sondern dass sie der oft leidvollen Erfahrungsgeschichte des Patienten entstammen. Er vermittelt so zwischen den Phantasien des Patienten und den realen und umsetzbaren Möglichkeiten, zwischen der erinnerten Vergangenheit und der Gegenwart. Indem er mit dem Patienten ein Verständnis des eigenen Werdegangs und des gegenwärtigen Leidens aufbaut, erlaubt er dem Patienten eine andere Sicht seiner selbst. Sie mag zunächst die Sicht „mit den Augen des Therapeuten“ sein, also identifikatorisch entstehen, aber schliesslich hat sie die Chance, zu einer eigenen zu werden.

An dieser Stelle komme ich noch einmal auf die Voraussetzungen zurück, die aus meiner Sicht mit dem Gebet verbunden sind. Muss der, der betet, sich bereits abgrenzen können,

beziehungsweise den Gebetsraum von anderen Räumen alltäglicher Arbeit abgrenzen können? Muss er triangulieren können: also ein Drittes, das wir vorhin als symbolische Ordnung beschrieben haben, anerkennen können? Wieder stellt sich mir die Frage, unter welchen Umständen ein Gebet möglich ist.

„Feste Zeiten im Tagesablauf ermöglichen es, zur Ruhe zu kommen und mit dem Beten vertrauter zu werden. Dafür bieten sich Morgen und Abend, aber auch die Mahlzeiten an. Zeiten der Stille, verbunden mit Lesen der Bibel und dem Gebet, helfen zur Ordnung, die unser Leben prägt und trägt.“

Diesen Abschnitt möchte ich auf eine andere Art und Weise aufgreifen und nur indirekt in Bezug zur Therapie setzen. Ich zitiere zu diesem Zweck kurz ein Gedicht. Es stammt nicht von einem offensichtlich frommen Menschen, es ist auch kein Gebet, aber es bewahrt einen Gehalt, der mit dem Gebet verbunden ist. Es heisst:

„Morgens und abends zu lesen“.

Der, den ich liebe

Hat mir gesagt,

Dass er mich braucht

Darum

Gebe ich auf mich Acht

Sehe auf meinen Weg und

Fürchte von jedem Regentropfen

Dass er mich erschlagen könnte.

Das Gedicht heißt „Morgens und abends zu lesen“, es verbindet die Liebe und Sehnsucht, die ein anderer Mensch für uns empfindet, ganz selbstverständlich mit der Sorge um das eigene Selbst. Selbstfürsorge ist bei Bert Brecht, dem Dichter, kein Appell ans eigene Selbst, keine Aufforderung, den Nebenmenschen zu ignorieren, sondern ganz im Gegenteil, Selbstfürsorge hat als Ausgangspunkt die Liebe des Anderen. Genauer Lektüre erschliesst sich, dass der Zusammenhang, in den ich das Gedicht stelle, nicht völlig aus der Luft gegriffen ist. Der Titel nämlich verweist darauf, dass sich das Gedicht nicht nur in die christliche Tradition des Morgen- und Abendgebetes, sondern auch in die noch frühere pythagoräische und später die

stoische Tradition einschreibt. Schließlich hat die Tradition des Morgen – oder Abendgebetes ihre Vorläufer in der Stoá, ausformuliert in der Selbstbesinnung eines Seneca oder Mark Aurel: „Man kann, abends oder morgens, einige Augenblicke der Besinnung reservieren, der Prüfung dessen, was man getan hat, der Erinnerung an gewisse nützliche Grundsätze... das morgendliche und abendliche Prüfen der Pythagoräer findet sich ... bei den Stoikern wieder“ (Foucault 1984, S. 66f)⁹. Brecht also knüpft formal an diese Selbstbesinnungstradition an („morgens und abends zu lesen“), aber verkehrt den Inhalt in sein Gegenteil: Selbstbesinnung ist bei ihm keine Selbstabgrenzung, vielmehr betont das Gedicht die Fundierung der Selbstfürsorge in der Zuneigung des Anderen. Nehmen wir diese Beschreibung als Formel: „Fundierung der Selbstfürsorge in der Zuneigung des Anderen“, dann ist diese anwendbar für die Therapie, aber eben auch für das Gebet. Wenn es morgens und abends gelesen werden soll, dann gilt als stillschweigende Annahme: Liebe und Selbstfürsorge können nicht vorausgesetzt werden. Sie sind nicht einfach gegeben. Sie müssen immer neu bekräftigt werden.

„Unser Beten wird reicher, wenn wir auf das gelesene oder gehörte Gotteswort antworten, oder unser Leben unter einem Bibelwort neu überdenken. Wenn dies zusammen mit anderen geschieht, kann eine solche Gebetsgemeinschaft unser Beten ermutigen und vertiefen. Die größte Gebetsgemeinschaft sind die Gottesdienste der weltweiten Kirche. Das Gebet des einzelnen wird umschlossen vom Gebet der ganzen Kirche, das, getragen vom Geist Gottes, durch alle Zeiten und rund um den Erdball geht. Es ist Gottes Geist, der alle Beter verbindet und auch eintritt für die, die nicht beten können.“

In diesem Abschnitt wird die Gemeinschaft der Gläubigen beschworen, die durch das Gebet aufgebaut wird. „Gemeinschaft“, „weltweit“, „umschlossen werden“, „getragen werden“, „alle Zeiten rund um den Erdball verbindend“ – Im Gebet ist der Betende nicht allein. Er weiss sich in eine Verbindung mit den anderen, die beten, gestellt. Das Gebet schafft eine Gebetsgemeinschaft. Das Gebet verspricht also Solidarität, indem es Menschen verbindet. Die anderen Betenden aber sind nicht im Sinne des Gesprächs ein Gegenüber. Sie sind Gleichgesinnte, mit ihnen wird das Gebet geteilt. Der Anspruch, der hier formuliert wird, ist m.E. ebenso verlockend wie gross; versprochen wird etwas, das sich wohl alle Menschen wünschen: aufgehoben sein in einer Gemeinschaft, die immer und überall einen Halt gewährt, durch den es gegen Einsamkeit und Vereinzelung schützt. Diesen Zusammenhang kann eine

⁹ Foucault M (1984) Die Sorge um sich – Sexualität und Wahrheit. Suhrkamp frankfurt

Einzeltherapie nicht bieten, wenn wir erneut vergleichen; aber eine Gruppenpsychotherapie oder eine gemeinsame Behandlung in einer Klinik wie der unseren schon.

„Wir dürfen mit eigenen Worten beten. Wenn uns aber die Worte fehlen, so kommen uns Gebete zu Hilfe, die schon andere gesprochen haben. Dazu gehören die Psalmen, die auch Jesus gebetet hat. Viele Gesangbuchlieder sind Gebete, in die wir einstimmen können. Eine Hilfe beim Beten ist es, die Hände zu falten, in manchen Fällen auch zu knien. Sich bei den Worten: Im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes mit dem Kreuz zu bezeichnen, ist ein Brauch, den auch evangelische Christen nicht scheuen müssen. Ein stiller Raum, wo man ungestört ist, hilft zur inneren Sammlung.“

Dieser Abschnitt bringt uns nun nichts mehr Neues; wir hatten schon darauf hingewiesen, dass das vorformulierte Wort dort, wo es an eigenen Worten mangelt, sehr hilfreich sein kann. Aber es kann auch zu einer Leerformel verkommen, an die sich nichts mehr knüpft.

Soweit meine Gedanken zu den Bestimmungsstücken, die ich auf der Homepage der EKD für das Gebet gefunden habe. Ich kann viele dieser Kriterien gut in mein psychotherapeutisches Verständnis überführen. In der Konzeption des Gebets sind viele Werte enthalten, die ich wichtig finde, für mich persönlich und für meine Arbeit; ich liste sie nochmals auf:

- Der Bezug des eigenen und subjektiven Erlebens auf eine symbolische Ordnung
- Die Möglichkeit, emotional erreichbar zu sein, emotional mich artikulieren zu können und Worte zu finden für die eigenen Gefühle
- Das Prinzip Antwort
- Das Aufspannen eines Übergangsraumes
- Die Ausbildung von Vertrauen
- Die Erfahrung triangulierter Beziehungen
- Die Arbeit an der Solidarität.

Aber auch wenn ich, ausgehend von meinem psychoanalytischen Verständnis, was ein therapeutisches Gespräch ausmacht, diese Werte für das Gebet unterstelle, so bleiben doch Fragen, die sich an die Seelsorge aus einer psychotherapeutischen Sicht richten, und die will ich abschliessend stellen:

1. Die Fähigkeit zu beten

Diese Frage habe ich bereits mehrfach gestellt, ich wiederhole sie hier nur noch: wenn ich das Gebet richtig rekonstruiert habe, so ist es eine sehr anspruchsvolle Angelegenheit; die Fähigkeit zu beten kann deshalb nicht vorausgesetzt werden. Sie appelliert an wichtige seelische Funktionen, die sich sehr einschränken können. So kann der Anspruch zu beten auch eine grosse Provokation bedeuten, wenn nämlich der Appell nicht erwidert werden kann, der betroffene Mensch wird dann aufmerksam auf etwas, das ihm fehlt.

2. Die Gestalt des Anderen

Wer ist der Ansprechpartner im Gebet? Wer ist der Andere in der Psychotherapie? Ich kann ihn für die Psychotherapie insofern benennen, als es den Therapeuten oder die Therapeutin als ein persönliches Gegenüber gibt. Wer aber ist der Andere im Gebet? Auch wenn ich von dem Prinzip Antwort gesprochen habe, so gibt es doch die persönliche Antwort im Gebet nicht – sie wird immer aus der eigenen Person heraus gegeben. Der Dialogpartner des Gebets ist nicht personal greifbar. Daher bleibt das Gebet ein Monolog – ein wichtiger, aber einer, der doch zurückverweist auf die Lebendigkeit der eigenen Psyche.

Natürlich: In einem tiefergehenden Verständnis weiss ich auch in der Therapie nicht, wer der Andere wirklich ist – ich mache es mir in der psychoanalytischen Therapie zur Aufgabe, mit dem Patienten/der Patientin gemeinsam zu klären, wo die Andersheit des Anderen verfehlt, zurechtgebogen, den eigenen Wünschen unterworfen wird. Von diesem Punkt aus kann ich gleichwohl eine Brücke bauen, und ich habe sie schon früher einmal konstruiert. Ich habe einmal im Rahmen des interdisziplinären Gesprächs mit Theologen eine Arbeit geschrieben mit dem Titel „Gott und Unbewusstes“¹⁰, und darin habe ich meinen Ansatz der negativen Hermeneutik in der Psychoanalyse mit der negativen Theologie abgeglichen. Wenn Gott immer anders ist, immer der, der sich entzieht, dann steht er für den, an dem, ähnlich wie in der Übertragungsbeziehung während einer Psychoanalyse, die eigenen Vorerwartungen zerschellen. Dann ist gerade die Abwesenheit des Anderen eine Qualität des betenden Nachdenkens – aber eben auch eine besondere Herausforderung.

Damit komme ich zum dritten und letzten Punkt:

3. Umgang mit der Negativität

¹⁰ Küchenhoff J Gott und Unbewusstes – Versuch über die gemeinsamen Anliegen und Gefährdungen von Psychoanalyse und Religion. In: Gerlach A, Schlösser A, Springer A (hg.) Psychoanalyse des Glaubens. Psychosozial Giessen, S.25-42

Der Text der EKD, den ich als Ausgangspunkt gewählt habe, hat einen sehr freundlichen, manchmal auch weihevollen Ton. Wenn vorhin von Werten, die das Gebet, aber auch die therapeutische Haltung auszeichnen, die Rede war, so finden sich, das haben wir gesehen, durchaus Vergleichspunkte und Konvergenzen. Aber diese Werte werden doch aus recht verschiedenen Perspektiven heraus entwickelt. Daher ist mir die Tonalität des von mir als Ausgangspunkt gewählten Textes der EKD wichtig. Er gibt vor, als erfüllten sich die genannten Werte auch tatsächlich im Gebet. Die Konzeption des Gebets geht dann von einer Positivität aus, die zumindest nicht meiner Vorstellung von Psychotherapie entspricht. Ich gehe im Gegenteil von einer Negativität der Erfahrung aus: in der Therapie rechne ich damit, dass die Worte für die eigenen Gefühle nicht gefunden werden können. Ich gehe auch davon aus, dass ich sie nicht für den Patienten habe¹¹. Aber ich habe den Anspruch, dass wir miteinander herausfinden, was ihn oder sie in seinen Gefühlen, seinem Vertrauen, seiner Fähigkeit zur Solidarität einschränkt. Ich gehe also nicht vom Gelingen, sondern vom Misslingen aus. Dabei aber sehe ich die Negativität nicht als Defizienz, sondern als Aussage: die Brüche, die Behinderungen, die Symptome haben in sich einen Sinn, und deshalb lohnt es, an ihnen zu arbeiten.

Nun bin ich meinerseits gespannt, ob Sie mit meinen Gedanken etwas anfangen können – denn ich spreche über ein Gebiet, das das Ihre ist, nicht das meine, und so rechne ich damit, dass ich ganz falsch liegen kann. Aber, und das wiederum entspricht einem Denken, das vom Negativen ausgeht, wir können uns darüber verständigen und so können wir gerade von dem lernen, wo wir einander verfehlen.

¹¹ Vgl. Küchenhoff J (2012) Der Sinn im Nein und die Gabe des Gesprächs. Velbrück Weilerswist.