

Katharina Schridde

*Du hast mich
heimgesucht*

Erfahrungen mit
Trauma und Spiritualität

Patmos Verlag

VERLAGSGRUPPE PATMOS

PATMOS
ESCHBACH
GRÜNEWALD
THORBECKE
SCHWABEN
VER SACRUM

Die Verlagsgruppe
mit Sinn für das Leben



Für die Verlagsgruppe Patmos ist Nachhaltigkeit ein wichtiger Maßstab ihres Handelns. Wir achten daher auf den Einsatz umweltschonender Ressourcen und Materialien.

Alle Rechte vorbehalten

© 2020 Patmos Verlag

Verlagsgruppe Patmos in der Schwabenverlag AG, Ostfildern

www.patmos.de

Umschlaggestaltung: Finken & Bumiller, Stuttgart

Umschlagabbildung: © [evie.s/unsplash.com](https://www.evies.com)

Autorinfoto: © Reinhard Geselle

Gestaltung, Satz und Repro: Schwabenverlag AG, Ostfildern

Druck: GGP Media GmbH, Pößneck

Hergestellt in Deutschland

ISBN 978-3-8436-1228-9

Inhalt

Ein Vorwort, das nicht überflüssig ist,
sondern wirklich dazugehört 7

1

Bad Grönenbach, A. D. 2000 17

Chorus I 25

2

Wir sind viele 33

3

Der Schrecken Isaaks 47

4

Der Schrecken Israels 61

5

Sprechversuche 79

6

Gottesurteil 93

Chorus II 109

7

Kaddisch mit Lilia 115

Chorus III 131

8

Es gibt nichts Ganzeres als ein gebrochenes Herz
(Rabbi Nachman von Bratislav) 117

9

Frei zum Leben 147

Quellenangaben 155

Zur Autorin 157

Ein Vorwort, das nicht überflüssig ist, sondern wirklich dazugehört

Wir sitzen in einem alten Gutshaus in der Uckermark. Die Wände des Zimmers sind mit Lehm bestrichen. Sie atmen. Der Holzboden atmet ebenso wie der alte, große Tisch in der Mitte des Raumes. Vor dem Fenster grasen die vier Schafe, Damen allesamt, groß, behäbig, dunkle Wolle.

Teresa sitzt in einem Korbstuhl, der ebenfalls mit einem Schaffell belegt ist, mit einem weißen aber, zum Glück. Keine Verwechslung mit den hier heimischen Damen möglich.

Ich sitze auf dem kleinen alten Sofa, meinen Laptop auf den Knien.

Das Wichtigste am Arbeiten ist, dass es sich nicht wie Arbeit anfühlt.

Wenn sich Arbeit wie Arbeit anfühlt, habe ich schnell keine Lust mehr, jedenfalls, wenn ich etwas freiwillig tue.

Dies hier tue ich freiwillig. Habe mich fast aufge-drängt, es tun zu dürfen.

Etwas zu schreiben über das Thema »Trauma und Spiritualität«.

Als ich anfang, mich ernsthaft damit zu beschäftigen, wusste ich nicht, dass es dazu bereits jede Menge Literatur gab. Vielleicht gab es die auch noch nicht, als meine Gedanken anfangen, um dieses Begriffspaar zu kreisen. Sie kreisen da immerhin schon seit Jahrzehnten, immer wieder, immer weiter.

Immer beschäftigt mich die Frage, wie die Gegenwart Gottes und traumatische Erfahrungen zusammenpassen. Vielleicht sogar zusammengehören. Oder für immer auseinandergerissen werden.

Dass ich anfang, mich mit der Frage so intensiv auseinanderzusetzen, liegt an meiner eigenen Biografie.

Mein eigener geistlicher Weg hat nicht mit irgendeiner Erleuchtung begonnen, sondern im Gegenteil mit gänzlicher Verfinsterung.

Aus dieser Verfinsterung herauszufinden, bin ich sehr weite Wege und viele Kurven gegangen, durch verschiedene geistliche Traditionen, durch Taufe und Klosterleben, durch Theologiestudium und Ordination, durch Pfarramt und Kontemplationsschule, durch Exerzitien und Ernüchterung.

Auf diesem Weg habe ich überaus lichte Momente und dunkle Zeiten erlebt, Zeiten großen Glücks und Zeiten überaus menschlicher Niederlagen erfahren.

Und ja, sicher gab es Ereignisse, die den Begriff »Traumatisierung« verdienen, so wie er in der Psychotherapie verwendet wird.

Aber nichts von alledem hat mich so sehr geprägt wie diese katastrophale Finsternis am Anfang meines geistlichen Weges.

Und nie habe ich eine wirklich befriedigende Antwort auf die Frage gefunden: Wieso begann mein eigener geistlicher Weg in der Gedenkstätte Auschwitz?

Sollte das so sein?

Gibt es eine Gottesoffenbarung in der Finsternis?

Könnte es sein, dass ein Trauma nicht nur durch Spiritualität geheilt werden kann, sondern selbst ein spirituelles Ereignis ist, das in einen neuen, geistlichen Raum, in eine neue Beziehung zu *Dem* führt, *Die* ich Gott zu nennen gelernt habe?

Auf meinem Weg habe ich Menschen getroffen, die in ähnlicher Weise zu denken schienen, aber ich selbst habe es lange Jahre nicht gewagt, meine Gedanken, meine Fragen wirklich auszusprechen.

Denn die Grenze zu einem unerträglichen Zynismus ist schmal, hauchdünn.

Es könnte passieren, dass jemand mich missversteht.

Als würde ich sagen wollen, dass so ein Trauma doch ein ganz erstrebenswertes Ereignis sei, weil man damit vielleicht ein spiritueller Mensch werden könnte.

Es wäre unerträglich, würde ich oder jemand anderer so etwas behaupten.

Ich meine lediglich:

Vielleicht gibt es einen anderen Weg als die Verzweigung, wenn traumatisierte Menschen ihre Zerrissenheit, ihre Fragmentierung, das Abgeschnittensein vom Leben spüren wie eine unheilbare, schleichend tödliche Verletzung.

Vielleicht ist der Zugang zu Gott, dem Lebendigen Leben, nicht nur trotz und neben und nach der Verarbeitung eines Traumas möglich – wenn der Mensch also wieder irgendwie »normal« ist –, sondern im Gegenteil: Vielleicht kann ein Trauma selbst der Weg zu Gott sein, in eine neue, andere, weite Beziehung zum Leben.

Gleichsam durch den Tod hindurch, nicht vor, nach, oder neben ihm. Sondern in ihm.

Kann sein, dass ein Mensch nicht unverändert aus dieser Begegnung hervorgeht.

Ich wusste nicht, was geschehen würde, wenn ich dieses Buch schreibe. Ich wusste nur, dass ich es schreiben *wollte*, weil mir das Schreiben eine Art Instrument des Kampfes ist. Auch des Kampfes mit Gott oder Dem, Den ich dafür hielt.

Ganz sicher stand mir ein Kampf mit mir selbst bevor. Mit meinen Ausweichmanövern, meiner Bequemlichkeit, meiner Angst. Angst durchaus davor, dass meine Vermu-

tung stimmen könnte: Dass inmitten und in und hinter dem Trauma etwas anderes ist. Das mich, wenn ich mich ihm wirklich stelle, verändern könnte. Mich und meine Beziehung zu IHM.

Und genauso ist es geschehen.

Und es ist gut so.

Aber nun bin ich ja noch am Anfang. Sitze auf dem Sofa in unserem Zimmer in der Uckermark, lasse mich ablenken, will nicht anfangen, obwohl ich doch anfangen will.

Schau den Schafen beim Gras zu.

Schaf sein wäre irgendwie einfacher.

Richte alles so ein, dass es wirklich nicht wie Arbeit aussieht. Mehr so wie: Ich spiele ein bisschen auf meinem Laptop herum.

Das Spiel heißt: Ich schaue auf die leere Seite eines neuen Dokuments und warte, dass mir was einfällt.

Aber irgendwie funktioniert das Spiel nicht so recht. Kaffee, Tee, Schokolade, Käsebrot, alles schon probiert. Das Spiel stockt.

Schließlich sage ich laut vor mich hin, halb in der Hoffnung, dass mich niemand hört, denn es ist ja nur ein Spiel:

»Ich finde keinen Anfang.«

Aber ich wurde gehört. Die Antwort kommt aus dem Korbstuhl und schwebt jetzt neben meiner Frage wie zufällig im Raum:

»Meistens ist der am Ende. Bei einem Wollknäuel ist er oft ganz innen, damit sich das Knäuel nicht auflöst.«

»Vielleicht sollte ich dann von hinten anfangen?«

»Ja«.

Aha.

Was wäre denn das Ende?

Von wo aus ließe sich denn das Knäuel aufwickeln ...?

Falls ich das wollen sollte.

Denn: ich weiß ja nicht genau, wohin der Faden mich führt. Wer weiß, was da alles miteingewickelt ist ... Der Minotaurus wäre eine Möglichkeit. Vielleicht nicht die Schlechteste.

Was wäre also das Ende?

Was wären denn die letzten Worte des Buches?

Vielleicht: Hab keine Angst.

Soll es denn um Angst gehen? Auch.

Und um Schmerz und um das Leiden und vielleicht den Tod.

Und um Gott. Um Gott in alldem.

Es geht um eine Frage.

Um die Frage, ob es sein kann, dass auch traumatische Erfahrungen Wege der Offenbarung Gottes sein können.

Ein gewagter Gedanke, von zwei Seiten anfechtbar.

Kehre ich damit nicht zurück zu einer mittelalterlichen Leidensmystik?

Etwa so: »O ja, freu dich, dass du leidest, dann bist du unserem Herrn Jesus ganz nah.«

Wie viel entsetzlicher Missbrauch ist mit so einer Haltung betrieben und gefördert worden.

Oder von der anderen Seite:

»Was ist das für ein Gott, der das Leiden braucht, um sich zu offenbaren?«

Die Kritik ist berechtigt. Finsterste Gottesbilder sind Generationen von Christinnen und Christen eingepflanzt worden mit der Vermutung, dass erlittener Schmerz eine besonders wirksame Pädagogik unseres Gottes sei.

Diese Gottesbilder werden heute von sehr vielen Menschen in die tiefsten Winkel ihrer Seele verbannt und dort mit einer Mauer aus Angst und Aggression umstellt.

Gottesbilder im Keller – und Gott gleich dazu.

Und dann der letzte Versuch, aus diesem Angstwesen einen lieben, berechenbaren, »handhabbaren« Gott zu machen, ein Göttchen im Rosenquarz.

Aber: Menschen machen Höllenerfahrungen, da hilft dann kein lieber Gott mehr.

Mein Gott, warum hast du mich verlassen?

Das ist der Schrei des Menschen in seiner Verlorenheit.

Nein – weder Leidensmystik noch der Moloch-Gott. Weder Kuscheltier noch therapeutische Anwendbarkeit.

Der Weg liegt dazwischen und ist schmal.

Ihn zu begehen, bedeutet zu erzählen.

Gelesene, gehörte, gesehene, erlebte Geschichten zu erzählen.

Geschichten also von Menschen, die erlebt haben, dass traumatische Erfahrungen zu einer Abspaltung der Seele vom Körper führen können und dass sie gerade in einer solchen Dissoziation ein bis dahin unbekanntes Gefühl von Frieden und Geborgenheit erlebt haben. Als würden sie gerade in ihrer seelischen Fragmentierung durchlässig werden für etwas sehr viel Größeres, das sie so vorher nicht wahrnehmen konnten. Für Gott.

Geschichten, die vermuten lassen, dass Trauma und Spiritualität, Abgrund und Transformation als Übergang näher zusammenhängen, als es zunächst scheint.

Oder, um es biblisch zu sagen: *Finsternis ist ja nicht finster bei dir und hell ist deinen Augen jede Dunkelheit – die Nacht leuchtet wie der Tag* (Psalm 139,11–12).

Und warum ist wichtig, darüber nachzudenken? Das Knäuel zu entwickeln, den Faden aufzunehmen?

Für wen?

Menschen, die traumatische Erfahrungen erleben mussten, ziehen sich häufig zurück – von anderen, von sich selbst, erst recht von Gott.

»Wie kann ER das zulassen? Warum?« – das ist oft die letzte Frage, bevor die Suche beendet und die Sehnsucht begraben wird.

Ich möchte, dass diese Frage der Anfang eines Weges wird, der noch unbekannt ist und sich im Gehen offenbart.

Ein Weg, der durch die Fragmente unseres Lebens hindurch in eine neue Ganzheit führt.

Ein Weg, in dem wir Geführte und Führende zugleich sind und dem Einen Gott neu begegnen – und ER uns.

Ein Weg, der in eine neue Beziehung, womöglich in einen ganz neuen Bund mit Gott führt.

Hab keine Angst.

I

Bad Grönenbach, A. D. 2000

Die junge Frau schrie gellend und hoch.

Ihre Augen waren starr auf eine für uns unsichtbare Gefahr gerichtet, ihr Gesicht wie das eines sehr kleinen Mädchens, das nicht verstehen kann, was mit ihr geschieht. Das nur dieses Entsetzen spürt, die Angst und den Schmerz. Mit ihren Händen klammerte sie sich an C. fest, die sie an den Schultern umfing und sanft ihren Kopf hielt. Die junge Frau schrie.

Wir anderen saßen im Kreis um die beiden Frauen herum, ebenfalls erstarrt. Wir wussten nicht, was mit unserer Freundin gerade geschah, aber wir spürten etwas. Das ging über das hinaus, was wir ertragen konnten. Glaubten ertragen zu können, aber das hatte die, die schrie, wohl auch gedacht. Bevor sie es dann doch ertragen musste.

Ich wollte aufstehen, zu ihr laufen, sie retten. Sie aus C.s Armen reißen, sie aus dem Raum führen, in ihr Zimmer, bei ihr bleiben, sie halten. Bis sie wieder zu uns und in diese Welt zurückkehrte, wo sie sicher war.