

Sündenerkenntnis
Beichte
und Vergebung

Dr. Hans Häselbarth

Sr. Adelheid Wenzelmann

© 1992 Christusbruderschaft Selbitz, Buch- & Kunstverlag
Wildenberg 23, D 95152 Selbitz
Postfach 1260, D 95147 Selbitz

Telefon: 09280 / 68-134

Telefax: 09280 / 68-68

E-Mail: info@verlag-christusbruderschaft.de

Internet: www.verlag-christusbruderschaft.de

Weiterverwendung im Internet (außer Verlinkung auf diese Seite)
oder in Print bedarf der vorherigen Genehmigung.
Die unveränderte Weitergabe des ausgedruckten Textes
im privaten Bereich ist gestattet.



Communität Christusbruderschaft Selbitz

I. SÜNDENERKENNTNIS

1. Die Gemeinschaft als Ort der Versöhnung

Zwei Worte aus der Heiligen Schrift, die am Anfang unseres Weges als Christusbruderschaft standen, sind: „Gott ruft dem, was nicht ist, dass es sei“ (Römer 4,17) und „Was schwach ist vor der Welt, das hat Gott erwählt“ (1. Korinther 1,27). Es gibt aber etwas in uns, das diesen Zustand des Schwachseins hinter sich lassen möchte. Immer wieder sind wir in der Gefahr, doch eine ideale Gemeinschaft anzustreben, die wirklich gut Gott dient, fürs Reich Gottes etwas bedeutet. Die Gemeinschaft wird leicht ein Teil unserer Selbst, unser Stolz. Da ist es notwendig, dass wir immer wieder in die Abhängigkeit von Gott zurückgeholt werden. Eine Krise kann viele Ideale zerbrechen lassen und uns neu und tiefer lehren: Unsere Gemeinschaft ist in erster Linie ein Ort der Versöhnung.

Den ersten Christen war die grundlegende Bedeutung der Vergebung sehr bewusst. So wird in Kolosser 3,12-15 gesagt: „So zieht nun an als die Auserwählten Gottes, als die Heiligen und Geliebten herzliches Erbarmen, Freundlichkeit, Demut, Sanftmut, Geduld und vertrage einer den anderen und vergebte euch untereinander, wenn jemand Klage wider den andern hat; gleichwie der Herr euch vergeben hat, so auch ihr“. Das Herz jeder christlichen Gemeinschaft ist die Vergebung. Um sie zu empfangen, ist es nötig, dass wir unsere Vergebungs-Bedürftigkeit erkennen. Es ist aber alles andere als selbstverständlich, Sünde zu erkennen. Sündenerkenntnis ist eine Gnade und wohl auch ein lebenslanger Prozess.

2. Was ist Sünde?

Ein Wort für Sünde im Hebräischen, das aus der Praxis des Bogenschießens kommt, heißt „chattat“, Zielverfehlung. Ziel unseres Lebens ist ja die liebende Beziehung zu unserem Schöpfer. Sünde ist also Verfehlung dieser Beziehung. Nach dem Ur-Abbruch in 1. Mose 3 fängt Gott an, den Menschen zu suchen: „Adam, wo bist du?“ Diese Suche nach uns Menschen zieht sich durch die ganze Heilige Schrift. Sie hat sich in Christus verleibt bis hin zum Kreuz.

Sünde ist Vertrauens-Abbruch. Eine Grundhaltung des unerlösten Menschen ist Misstrauen und Angst – die Angst zu kurz zu kommen, also

sorgen wir lieber für uns selber; die Angst vor dem Urteil anderer, also sorgen wir für unser Ansehen; die Angst vor der Begrenzung unseres Lebens durch den Tod, also verdrängen wir ihn und suchen auf verschiedenste Weise uns zu „verewigen“... Alle Angst, alles Misstrauen führt zu Versuchen, das Leben selber in die Hand zu nehmen. So finden wir – wenn wir dafür wach werden – viele versteckte Selbsterlösungstendenzen in unserem Leben, mit denen wir die Erkenntnis der Sünde vermeiden und so auch die Chance der Vergebung verpassen.

3. Hindernisse der Sündenerkenntnis

Gefühlsbeschlüsse: In der seelsorgerlichen Begleitung merken wir immer wieder, dass es tief versteckt in vielen von uns Gefühlsbeschlüsse gibt, die uns beziehungsunfähig machen – zu Gott und zu unseren Mitmenschen hin. Da sind wir einmal oder öfter tief verletzt worden und haben – meist unbewusst – den Beschluss gefasst: „Ich öffne mich nie mehr, das tut zu weh. Ich komme alleine zurecht, ich brauche niemand mehr.“ Das ist zunächst eine Schutzreaktion, sie macht uns aber unverwundbar, verschlossen. Sie blockiert die tiefere Liebes- und Hingabefähigkeit und damit auch die Fähigkeit, Schuld zu erkennen, Vergebung und Liebe anzunehmen.

Das Festhalten an einem Ideal: Es hat sich aus vielen Erfahrungen mit Autorität gebildet. Ich tue alles, um mit diesem Ideal-Ich in Frieden zu leben und bin darum versklavt und unfrei. Fatal ist es, wenn sich das Ideal-Ich mit dem – oft unbewussten – Vollkommenheitsideal einer Gemeinschaft verbindet. Wenn von anderen ideales Verhalten erwartet wird, muss sich der einzelne hinter einer Maske verbergen, um recht zu sein. Er kann etwa Eifersucht und Hass, die ganz natürlich zum Leben gehören, nicht zulassen. Er wird so am geistlichen Wachstum gehindert, das ja gerade dann geschenkt wird, wenn er sich seiner menschlichen Tiefe stellt. So ist es heilsam, dass wir immer wieder Enttäuschung über andere zulassen, weil das zum Wachsen herausfordert.

Falsche Schuldgefühle: Sie sind eine Form von Selbsthass oder Selbstbestrafung und Zeichen verletzter Selbstliebe. Echte Reue macht frei und schenkt die Erfahrung des Geliebtseins. Bei falschen Schuldgefühlen bleiben wir auf uns selbst bezogen. Sie bilden eine Art Mauer zwischen mir und Gott und anderen. Sie sind eine Abwehr aus Angst, mich in mei-

ner tiefsten Schwachheit Gott zu öffnen. Das Leben in Gemeinschaft kann falsche Schuldgefühle verstärken, wenn gegenseitige Annahme fehlt und ständig der Eindruck vermittelt wird, dass man nicht so ist, wie man sein sollte.

Falsche Demut: Die Fußwaschung, die dienende Hingabe Jesu, ist für jedes Gemeinschaftsleben ein wichtiges Vorbild. Diese Haltung kann sich aber manchmal mit einem Bedürfnis verbinden, sich aus Minderwertigkeit hintanzustellen. Das ist wie ein Zwang zu Selbsterniedrigung. Jesus sagte nach der Fußwaschung: „Ihr nennt mich Meister und Herr“. Er handelte aus dem Bewusstsein der Würde und einer Liebe, die sich verschenken kann. Echte Hingabe kommt aus dem Geliebtsein, nicht als Aufopferung aus Minderwertigkeit, die ja auch eine Form der Selbsterlösung ist.

Grund-Traurigkeit: Es gibt eine Traurigkeit, die keine Reue ist. Alles, was nicht gut ist, wird ständig registriert an einem selber und an anderen. Man bedauert sich und andere. Das ist die Traurigkeit der Resignation, des Selbstmitleids, ein Steckenbleiben in der Ichbezogenheit. („Die Traurigkeit der Welt bewirkt den Tod.“ 2. Kor. 7,10). Sie hindert die echte Traurigkeit, die zur Umkehr, zur Freiheit und Freude führt.

Das Suchen von Sündenböcken: Fehler, die ich bei anderen kritisiere, sind oft meine eigenen Fehler, die ich nicht sehen möchte. Ich sehe zwar die Splitter im Auge meiner Mitmenschen, doch nicht meinen eigenen Balken (Math. 7,3 ff). Wer andere und die Gemeinschaft ständig kritisiert, flieht oft vor der Erkenntnis der eigenen Fehler, der eigenen Unzufriedenheit und Verletztheit.

Psychologisieren: Es kann hilfreich sein, psychologische Zusammenhänge zu erkennen. Ich kann psychologisches Wissen aber auch missbrauchen, um alles und jedes zu erklären, ohne bereit zu sein, meine Schuld darin zu erkennen und abzugeben. Psychologisches Wissen kann als Abwehrmechanismus dienen. So entsteht ein „Schuldverschiebespiel“.

Lebenslügen: Jeder „Typ“ hat so seine zunächst unbewusste „Lebenslüge“. Liegen vielleicht unsere größten Sünden da, wo wir meinen, unsere Tugenden zu haben, wo wir gerade durch unsere Tugenden die erlösungsbedürftigen Stellen zudecken? Wer nach dem inneren Grundsatz lebt: „Ich muss vollkommen sein“, darf es lernen, Fehler zu machen, sich

durch Vergebung anzunehmen und zu glauben, dass ihn Gott gerade so braucht, wie er ist – mit Fehlern und Schwächen. Andere haben einen inneren Leitzatz: „Ich bin etwas wert, wenn ich gebraucht werde und helfen kann.“ Sie opfern sich auf, sind sehr dienstbereit, haben aber oft einen großen Stolz. Sie können sich nicht helfen lassen und tun sich schwer, Gnade anzunehmen. Wieder andere sind sehr ausgeglichen und haben eine große Sehnsucht nach Harmonie. Sie dürfen lernen, ihre Friedfertigkeit als Rückzug zu sehen und wagen, sich in Konflikten zu riskieren. Andere halten sich für gut, wenn sie die Erwartungen der Gemeinschaft erfüllen und genau mit der Meinung der Verantwortlichen übereinstimmen. Sie sind pflichtbewusst und merken oft nicht, dass die Anpassung ihre Sünde ist. Wir dürfen uns trauen, schuldig zu werden! Hier gilt Luthers: „Pecca fortiter“, „sündige tapfer“. Wenn wir so leben, dass wir Schuld vermeiden, vermeiden wir auch unsere Vergebungsbedürftigkeit und unsere Menschlichkeit. So entstehen sterile Verhältnisse, in denen keine Originale wachsen können.

Es ist das Wesen der Sünde, dass sie sich verstecken will; sie will verhindern, dass wir zur Erfahrung der Gnade kommen. Echte Sündenerkenntnis wird zum Tor einer tieferen Erfahrung der Liebe Gottes. So singen wir in der Osternacht: „O felix culpa – o wahrhaft heilbringende Sünde des Adam, du wurdest uns zum Segen. O glückliche Schuld, welch großen Erlöser hast du gefunden.“

4. Hilfen auf dem Weg der Sündenerkenntnis

Isaak der Syrer sagte: „Derjenige, der seine Sünde kennt, ist größer als der, der durch sein Gebet einen Toten erweckt. ... Derjenige, der seine eigene Schwäche kennt, ist größer als der, der die Engel sieht.“ Die größte Hilfe zur Sündenerkenntnis ist die Erfahrung der Liebe. In den Armen des Vaters war dem verlorenen Sohn die Tragweite seiner Schuld sicher am tiefsten bewusst.

Seelsorgerliche Begleitung: Die annehmende Liebe Gottes kann in der geistlichen Begleitung, in der ich mich ohne Angst öffnen lerne, erfahren werden. Da, wo ich mich angenommen weiß, kann ich auch meine Abgründe zulassen. Dann können falsche Schuldgefühle und Ängste wegfallen und das, was wirklich Schuld ist, nach oben kommen. Oft stellt sich dann das,

was als Sünde empfunden wurde, als harmlos heraus, was nicht als Sünde empfunden wurde, wird nun als solche deutlich: versteckter Hochmut, Mangel an Vertrauen, Ichbezogenheit... Die liebevolle Begleitung kann eine Atmosphäre schaffen, in der die Gnade wirken kann und die Barmherzigkeit Gottes aufleuchtet.

Selbstannahme: Die Liebe führt mich zur Wahrheit, die Wahrheit macht mich frei. Das Wort für Wahrheit heißt im Hebräischen „ämät“, eigentlich Zuverlässigkeit, Treue. Es besagt, dass Gott zu mir steht, wie ich bin. Das befreit zur Selbstannahme. Solange ich nicht bereit bin, mich als ein Gemisch aus Gutem und Bösem anzunehmen, das ich nun einmal bin, aus Fehlern und Vorzügen, aus Liebe und Hass, aus Reife und Unreife, teile auch ich meine Umgebung ein in Böse und Gute, Feinde und Freunde und richte damit Schranken auf. Wenn ich begreife, dass „Gott mich liebt, wie ich bin, nicht wie ich sein sollte“ (P. van Breemen SJ), kann ich mich selbst erkennen und auch andere annehmen, wie sie sind. Dann entsteht in einer Gemeinschaft eine Atmosphäre der Freiheit.

Stille, Gebet, Betrachtung des Evangeliums: Im Gespräch mit Gott können wir uns nicht entfliehen. Er selbst leuchtet liebevoll hinter die Fassaden meines Tuns und lässt mich die wahren Motive meines Handelns erkennen. Im Gebet für andere Menschen wird meine Beziehung zu ihnen durchleuchtet. Ich höre dann auf, eigene Fehler auf die zu projizieren. Die Meditation des Evangeliums, in der ich Christus anschau, führt mich zur wahren Selbsterkenntnis. Schließlich kann ich auch den Heiligen Geist unmittelbar um Sündenerkenntnis bitten.

Beziehungen und Gemeinschaft: Wenn ich wach in meinen Beziehungen lebe, werden sie mir ein Spiegel. Es schmerzt und hindert mich ja alles, was eine Entsprechung in mir findet. So ärgere ich mich z.B., wenn jemand dauernd redet und Raum einnimmt, weil ich selbst gerne Raum einnehmen möchte. Mich ärgert der Machtanspruch eines anderen, wenn ich meinen eigenen unterdrücke. Was mich ärgert, gibt mir eine Beschreibung meiner selbst und nimmt mir die Maske. So werde ich mit meiner tieferen Wahrheit vertraut.

Psychologische Erkenntnisse können die Funktion des Gesetzes haben. Die lutherische Theologie nennt das den „überführenden Gebrauch“ des Gesetzes. Am Gesetz wird mir meine Sünde offenbar. So können psycholo-

gische Erkenntnisse Schuldzusammenhänge erkennen lassen. Sie sind nicht die Erlösung, aber sie können Wegweiser zur Freiheit werden.

5. Vergebung empfangen und gewähren

In der Beichte dürfen wir im Bekenntnis der Schuld vor Gott seine Barmherzigkeit feiern. Hier dürfen wir die Freude Gottes erfahren, der gerne vergibt. Mit jeder erfahrenen Vergebung wächst die Beziehung zum himmlischen Vater und wird intimer. Ein Rabbi gebrauchte folgenden Vergleich: Jeder Mensch ist mit einem Seil mit Gott verbunden. In der Sünde zerreißt das Seil. In der Vergebung nimmt Gott beide Enden und knüpft sie wieder zusammen. Das Seil ist kürzer geworden.

Gespräche und Gebete um Heilung seelischer Verletzungen: Oft sind neben der Beichte noch Gespräche nötig, damit Verletzungen aus der Lebensgeschichte ausheilen können. Wir alle haben Kränkungen mitgebracht, etwa durch vorenthaltene Liebe. Es geht darum, die verdrängten Gefühle noch einmal zu fühlen, dass sie an Christus abgegeben und geheilt werden, sonst schleppe ich meine unverarbeitete Lebensgeschichte in meine neuen Beziehungen mit. Es geht um Versöhnung mit der Lebensgeschichte. Hier kann auch ein Gebet mit Segen viel zur Heilung beitragen. „Das Merkmal dafür, wie tief wir die Vergebung Gottes erfahren haben, ist einfach wie sehr wir unseren Nächsten vergeben können. Wir lieben Gott in dem Maß, wie wir den Menschen lieben, den wir am wenigsten mögen.“ (M. und D. Linn SJ)

Vergebung und Heilung durch die Sakramente wird uns mehr und mehr wichtig. So kann das Vollziehen des Taufgedächtnisses, etwa in der Osternacht, das grundlegende Ja Gottes gegen alle Lebens-Neins deutlich machen. In der Eucharistie wird uns die Erlösung zugeeignet. Manchmal raten wir, ganz bewusst ein Leiden zum Altar mitzubringen. In bestimmten Nöten, bei Familienschuld, bei Abtreibungen, bei in Unfrieden Gestorbenen feiern wir das Heilige Mahl und bringen auch die Namen der Verstorbenen mit den Gaben zum Altar.

Das *Singen der Psalmen* hat eine reinigende und versöhnende Wirkung. In ihnen kommen ja auch Ärger, Hass und Klage zum Ausdruck. Die Gefühle dürfen heraus zu Gott, und es kommt etwas zur Ruhe. Unrat und

Müll werden aus der Seele herausgeschwemmt, und die Fixierung auf die negativen Gefühle löst sich auf.

Ein *Tagesrückblick*: Wir gehen am Abend des Tages noch einmal alle Ereignisse des Tages durch: Was hat mich gefreut, was hat mich geärgert? Wo möchte ich danken, wo um Vergebung bitten?

Nicht zuletzt sind die vielen *kleinen Entscheidungen, einander zu verzeihen*, wichtig – oft ohne Worte.

Das Herz jeder Gemeinschaft ist die Vergebung. Sie ist *die* grundlegende Erfahrung. Das geistliche Leben und Wachsen einer Gemeinschaft hängt von ihr ab. Die Liebe Gottes, die sich in der Vergebung äußert, schenkt uns den Freiraum, geliebter Sünder, geliebte Sünderin zu sein. Wo Sünder und Sünderinnen nicht erwünscht sind, hat die Gnade keinen Raum. Wo aber Vergebung gelebt wird, entsteht eine Atmosphäre der Freude und Freiheit, in der jeder er selbst sein kann und es nicht mehr nötig hat, Rollen zu spielen, um angenommen zu sein.

Schwester Adelheid Wenzelmann

II. BEICHTE UND VERGEBUNG

1. Zwei zentrale Tu-Worte aus Markus 1,15

Jesus hat seine öffentliche Wirksamkeit mit diesem Wort begonnen: „Die Zeit ist erfüllt und das Reich Gottes ist herbeigekommen. Tut Buße und glaubt an das Evangelium!“ Tut Buße und glaubt – darum geht es bei diesem Thema. Da geht es nicht allein um die menschliche Sinnesänderung, sondern um eine Umkehr zu Gott als eine ganzheitliche Wende. Es ist eine Bewegung nach vorne – auf Gott zu, die nicht zum Ausgangspunkt, zur Sünde zurückführt, sondern Höhe und Weite gewinnen lässt. Und „glaubt“, das ist ein Sich-dem-Herrn-Angeloben und damit in die Freude gelangen, zu der die Gute Nachricht einlädt. Es ist Freude über eine Beziehung: Mein Erlöser ist mir gut, ich bin angenommen und wir leben zusammen. Da ist weiter Raum zum Leben eröffnet. Der Sünder ist in eine neue geheilte Beziehung zu Gott eingetreten. Dann muss man nicht auf immer neue Schuldsymptome starren, sondern kann sich am Ja Gottes zum Menschen festhalten und es immer neu glauben: dir sind deine Sünden vergeben! Vergebung heißt weg-geben. Vergebung der Sünden meint also: du brauchst dich nicht klein machen, denn Christus lässt dich gelten; du brauchst dich nicht vom Ansehen der Menschen abhängig machen, weil Gott dich ansieht; du darfst beichten, denn du bist bejaht. (1)

2. Die Beichte als Wohltat

Solche Umkehr ist nichts Abstraktes, sondern sie will den Vollzug und die Gestaltwerdung. Seit Jahrhunderten ist dafür die Beichte das Angebot für den konkreten Schritt der Umkehr. Wie geht es uns persönlich mit dieser Form der Umkehr-Liturgie? Welche Erfahrungen, welche Urteile und Vorurteile bringen wir mit? Ich möchte zunächst einmal aufzählen, was uns im Wege stehen kann:

- a) negative Vorerfahrungen durch Menschen, z.B. Druck, die Beichte als Machtmittel;
- b) Mangelndes Sündenbewusstsein. Was ist Sünde? So vieles ist heute reparabel...;

c) Damit verbunden sind Entschuldigungsmechanismen. So vieles ist erklärbar, ableitbar. Außerdem ist Schuld oft mit angetanem Leid vermischt. Oft ist nicht sofort erkennbar: was ist mein Anteil?

d) Festhalten an einem Ideal-Ich. Ich bin doch Christ. Da darf eine Übertretung der Gebote doch nicht mehr vorkommen?

e) Falsche Schuldgefühle als eine Art Selbsthass, mit dem wir auf uns bezogen bleiben. Da ist eine Abwehr aus Angst, mich in meiner Schwachheit vor Gott zu öffnen. Das geht oft mit falscher Demut einher, mit Aufopferung, mit Unzufriedenheit und Dauer-Traurigkeit. Im Letzten ist es Negativität gegen mich selbst.

f) Ein falsches Gottesbild kann mir im Wege sein: der Aufpasser-Gott, der oft mit dem Bild der Eltern vermischt ist.

Ich darf mir nun trotz all dem bewusst machen, dass Gott Liebe ist, dass ich als geliebter Sünder vor ihm sein und mich in meiner Schwachheit von ihm lieben lassen darf. Die Beichte kann zu einer Begegnung mit Gott werden, ich darf sie als Ort der Heilung, der Befreiung und der Versöhnung annehmen. Bin ich bereit, mich von ihm in der Tiefe meines Herzens mit seinem Heil beschenken zu lassen, oder bleibe ich an der Oberfläche und mache nur eine moralische Abrechnung mit mir selbst? Aus dem bisher Gesagten wird deutlich, dass es bei der Beichte nicht um ein Gesetz, sondern um eine Wohltat geht. Unvergebenes macht vieles kaputt und wirkt sich vergiftend und krankmachend in unserem Leben aus. Das gilt für das Zwischenmenschliche und erst recht für die Beziehung mit Gott. Wir brauchen einfach Orte, wo wir schwach sein dürfen, wo wir keine Maske mehr zeigen und keine Rolle mehr spielen müssen. Wir brauchen Reinigung und Kultivierung der Seele. Früher war es eine besondere Gnade, wenn einem Vergebung gewährt wurde und man nicht länger geächtet und vogelfrei war. Auch wir müssen wissen, wohin wir im Fall konkreter Schuld gehen können.

3. Die Praxis der Konfessionen: ein Vergleich

Unsere römisch-katholische Schwesterkirche hat das Bußsakrament immer ernst genommen und damit eine wichtige Tradition durchgehalten. Es gibt da viel gute Bemühung zur praktischen Einübung, damit die Beichte etwas Vertrautes wird. Natürlich gab es – wie bei uns an anderen Stellen – manchmal die Gefahr der Gesetzlichkeit, des Formalismus, etwa bei der Gewissenserforschung, des Machtmissbrauchs. Zunächst sollten

wir einfach dankbar sein für die Treue. Heute gibt es auch in dieser Kirche viel Beichtvergessenheit, ja eine Bußkrise. Nur noch wenige gehen in unserem Land regelmäßig zur Beichte. Das hat auch in unserer Schwesterkirche zu einem neuen Nachdenken über die Sache und die Form geführt: Einbindung in Seelsorge-Gespräche, Bußandachten, verstärkte Angebote an Wallfahrtsorten, usw.

Und wie sieht es bei uns aus? Martin Luther hatte bekanntlich die persönliche Beichte zeit seines Lebens geübt und verteidigt. Er sagte, wir sollten sie uns als eine starke Waffe gegen den Widersacher nicht nehmen lassen. Für ihn war sie eigentlich ein Sakrament. Warum kann die Beichte nicht auch bei uns „Sakrament der Versöhnung“ heißen und eine klare Form bekommen?

Im Augsburgischen Bekenntnis (Artikel 11 und 12) hat sich die Reformation deutlich zur Sache bekannt. Erst der wachsende Individualismus und die Kritik an kirchlicher Institution in der Zeit der Aufklärung und des Pietismus haben die Beichte als regelmäßiges Angebot abgewertet und in das stille Kämmerlein verbannt. Noch heute sind wir in der Weise davon geprägt, wie wir mit Umkehr und Vergebung umgehen.

Viele üben die Einzelbeichte überhaupt nicht. Ihnen genügt das Sündenbekenntnis in einer allgemeinen Form, etwa im Eingangsteil des Gottesdienstes. Andere beichten ab und zu in freier Form, etwa im Zusammenhang mit einem Seelsorge-Gespräch. Die Einzelbeichte als eine regelmäßige Praxis hat es bei uns schwer, wieder Eingang zu finden und es braucht dazu Geduld über Jahre. Voraussetzung ist nicht unbedingt ein hochkirchliches Verständnis des geistlichen Amtes. Das Priestertum aller Glaubenden soll gelten. Trotzdem ist eine gute Form für die Einzelbeichte eine große Hilfe. Es muss klar bekannt sein: wann, wo, bei wem. Das „Amt der Schlüssel“ mit Jesu Verheißung für das Binden und Lösen darf regelmäßig erbeten werden. Vieles in unseren Gemeinden und Gemeinschaften, wie in einzelnen Lebensgeschichten, würde gut werden, wenn wir die Praxis der Beichte selbstverständlich in Anspruch nähmen.

4. Die Vorbereitung der Beichte

Hilfreich für den einzelnen ist das Leben in der Stille, im Gebet und in der Betrachtung. Das Wort prüft und lehrt uns, und der Heilige Geist wird uns innerlich behutsam aufdecken helfen, was nicht recht ist. Auch

das Leben in Familie, Gemeinde und Gruppe führt uns meist schnell an Punkte, wo wir schuldig werden, etwa in dem, was uns am andern ärgert. Weiter hilft uns die Seelsorge durch einen Begleiter oder eine Begleiterin, besonders da, wo es um Heilung seelischer Verletzungen geht und wir lernen, uns selber besser zu erkennen. Wir lernen zu unterscheiden: was war angetanes Leid und wo sind die eigenen Schuldanteile?

Schließlich gibt es schriftliche Hilfen (z.B. „Beichtspiegel“ im Gesangbuch oder Gotteslob), wie wir uns selbst prüfen und unser Gewissen aufmerksamer und hellhöriger werden kann.

Als Zeiten empfehlen sich bestimmte Wochen im Kirchenjahr – Ende des Kirchenjahres, Advent, Passion –, auch Seelsorgefreizeiten, Einkehrtage, Retraiten. Zweimal im Jahr ist eine gute Ordnung.

Beichte hören kann, wir sie selbst in Anspruch nimmt und sich dadurch in die Gemeinschaft der Sünder stellen kann. Gut ist, wenn er oder sie von der Kirche oder der Gemeinschaft in irgendeiner Weise dafür bestätigt ist und absolut verschwiegen sein kann. Wie schon gesagt, gibt es bei uns in der reformatorischen Tradition eine Offenheit zwischen dem geistlichen Amt und dem Priestertum aller Glaubenden.

Es ist gut, bei einem Beichtiger zu bleiben und nicht einem dies, dem andern das zu sagen. Empfehlenswert ist es, beim Benennen der Sünden keine langen Erklärungen zu machen und keine weiteren Bitten und Gedanken anzufügen. Und vor allem: nicht im Allgemeinen bleiben, sondern so konkret wie möglich aussprechen, wo Gottes Gebote verletzt worden sind. Weiter ist es gut, als Beichtender um Rat und „Ermahnung“ zu bitten und die Frage der Wiedergutmachung, bzw. der Besserung zu prüfen, damit es keine billige Gnade wird. Am Ende soll man sich Zeit nehmen, die Freude über den neuen Anfang nachklingen zu lassen und sich auch selber zu vergeben. Auch wird empfohlen, die Beichte selbst von einem Gespräch abzuheben, selbst wenn sie sich aus einem Gespräch ergeben hat und dafür eine gute liturgische Form wählen. Viele von uns verwenden die folgende (2):

Eine Ordnung der Einzelbeichte

Beichtiger

Im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes. Amen.

Beichtiger und Beichtender

Herr, du erforschest mich und kennest mich. Ich sitze oder stehe auf, so weißt du es; du verstehst meine Gedanken von ferne. Ich gehe oder liege, so bist du um mich und siehst alle meine Wege. Denn siehe, es ist kein Wort auf meiner Zunge, das du, Herr, nicht schon wüsstest. Erforsche mich, Gott, und erkenne mein Herz; prüfe mich und erkenne, wie ich's meine. Und sieh, ob ich auf bösem Wege bin, und leite mich auf ewigem Wege.

Beichtiger

Wenn wir sagen, wir haben keine Sünde, so verführen wir uns selbst, und die Wahrheit ist nicht in uns. Wenn wir aber unsere Sünden bekennen, so ist er treu und gerecht, dass er uns die Sünde vergibt, und reinigt uns von aller Untugend.

Der Herr sei in deinem Herzen und mit deinem Munde, dass du aufrichtig deine Sünden bekennt.

Beichtender

Ich bekenne vor dem allmächtigen Gott und vor dir, meinem Bruder, dass ich gesündigt habe in Gedanken, Worten und Werken; insbesondere bekenne ich ...

Diese meine Sünden sind mir von Herzen leid, und ich begehre Gottes Vergebung um Jesu Christi willen.

Beichtiger und Beichtender

Erschaffe in mir, Gott, ein reines Herz, und gib mir einen neuen, beständigen Geist. Verwirf mich nicht von deinem Angesicht, und nimm deinen Heiligen Geist nicht von mir. Mach mich wieder froh mit deinem Heil, und mit einem willigen Geist rüste mich aus.

Beichtiger

Unser Herr Jesus Christus spricht zu seinen Jüngern: Nehmet hin den Heiligen Geist! Welchen ihr die Sünden erlasst, denen sind sie erlassen; und welchen ihr sie behaltet, denen sind sie behalten.

Glaubst du auch, dass meine Vergebung Gottes Vergebung ist? – so antworte: Ja, ich glaube.

Beichtender

Ja, ich glaube.

Beichtiger

Auf Befehl unseres Herrn Jesus Christus und als berufender Diener der christlichen Kirche spreche ich dich frei, ledig und los von allen deinen Sünden im Namen des Vaters und des Sohnes und des Heiligen Geistes.

Amen.

Beichtiger

Wir beten:

(freies Dankgebet oder Dankpsalm, schließt mit: Amen)

Gehe hin in Frieden.

Beichtender

Amen.

5. Durchbruch zu Wahrheit und Heilung

Im letzten Teil soll noch einmal bedacht werden, worum es grundsätzlich geht. Wir erkannten, dass es um eine Begegnung mit Gott und um eine Erfahrung der Freude gehen soll. Dazu ist neben den allgemeineren Formen des Sündenbekenntnisses – die, von Gott her gesehen, alle Geltung haben –, die Einzelbeichte besonders hilfreich. Sie dient der Gewissheit, weil sie uns zwingt, verbindlich, persönlich und konkret zu sein. Sie bewahrt uns davor, uns zu schnell selbst zu vergeben. Vielmehr höre ich den Zuspruch der Vergebung „objektiver“, d. h. von außen aus dem Mund des Beichtigers. Es wird mir Mut gemacht, meine Fallen und Le-

benslügen zu erkennen, mich zu getrauen, ein Sünder zu sein. Es geht um meine Wahrheit, die mich frei machen soll. Zur eigenen Wahrheit zu finden und meine Realität anzunehmen, ist ja auch eines der Hauptziele einer guten Seelsorge. Dazu braucht es, biblisch gesprochen, ein Sterben des alten Menschen. Oft getrauen wir uns in einer Gemeinde gar nicht mehr, Sünder zu sein. Wir bekennen das zwar jeden Sonntag, doch die allgemeine Wohlanständigkeit ist so, dass es heißt: „Was, ein Sünder unter uns?“, wenn einmal etwas in die Öffentlichkeit kommt. Von daher sollte es wieder leicht gemacht werden, seine Sünden abzugeben (3). Für Dietrich Bonhoeffer war Beichte ein Durchbruch zur Gemeinschaft aus der Vereinzelung und aus der Tendenz der Sünde, sich zu verbergen. Zugleich ist dieses Geschehen der Durchbruch zum Kreuz, zur Gewissheit und zum neuen Leben.

Und wie ist das mit der Heilung? Jakobus 5,16 wird uns geraten: „Bekennet einer dem anderen seine Sünden und betet füreinander, dass ihr gesund werdet“. Hier kann ein Weg zur Heilung freiwerden bis hinein ins Leibliche. Wir dürfen mit geistlichen Lösungen auch in den nicht immer durchschaubaren Zusammenhängen von Schuld und Krankheit rechnen. Die Beichte gehört zur geistlichen Waffenrüstung, in manchen Fälle auch in Verbindung mit einem Befreiungsgebet oder mit dem Ritus der Krankensalbung. Versöhnung muss echt erfahrbar und nicht nur allgemein geglaubt werden, sonst gehen die Menschen zu anderen Adressen, um ihre Probleme zu lösen. Der Gemeinde Jesu ist hier eine Wohltat für die Menschen anvertraut, die wir nicht verachten, sondern neu entdecken müssen.

Dr. Hans Häselbarth

(Pfarrer der Christusbruderschaft)

(1) vgl. Gerhard Ruhbach, *Theologie und Spiritualität*, im Kapitel „Vergabung der Sünden erhalten“, Göttingen 1987 S. 220 – 224.

(2) Diese Liturgie stammt aus dem Diakoniewerk Neuendettelsau. Sie ist abgedruckt in: Manfred Seitz/Friedrich Thiele, „Wir beten“. Gebete für Menschen von heute. Gladbeck 1978 (8. Auflage) S. 256 ff.

(3) Dietrich Bonhoeffer, *Gemeinsames Leben*, im Kapitel „Beichte und Abendmahl“