

## Lüder Laskowski

### Wort zum Sonntag (22. Sonntag nach Trinitatis),

MDR Sachsen, 5.11.2022

Zögerlich schiebt sich die Familienkutsche am Ende der Straße in die Kurve. Als das Auto ganz um die Ecke biegt, hebt sie einmal kurz die Hand und winkt. Als ob die Insassen noch etwas von dem zurückhaltenden Gruß sehen könnten. Nachdenklich bleibt sie stehen. Sie streicht sich mit dem Handrücken eine Strähne aus dem Gesicht und fühlt sich plötzlich sehr leer. Erst jetzt wird ihr klar, wieviel Energie sie die letzten Stunden gekostet haben.

Nach Tagen der Vorfreude hatte ihre Tochter gestern Nachmittag endlich mit den Enkeln in der Einfahrt gehalten. Die hinteren Türen sprangen auf. Lotta und Peter hopsten heraus und rannten auf sie zu. „Oma!“ Sie vergaß die Rückenschmerzen sofort und hockte sich hin, um die Kinder mit offenen Armen zu empfangen. Dann sah sie aus den Augenwinkeln, wie langsam auch die Fahrertür aufklappte. Der Wind fuhr der jungen Frau, die da ausstieg, ins Haar. Einen Moment ließ ihre Tochter die Hand auf der Fahrertür liegen und schaute ernst auf die drei glücklichen Menschen, die am Hauseingang erste Neuigkeiten austauschten. Schon da hatte sie als Oma wieder das Gefühl irgendwie ertappt zu sein. Dieser schmale Mund. Aufeinander gepresste Lippen der Tochter formten ein Lächeln. In ihr stiegen erst Angst und gleich hinterher Ärger auf. Was ja sehr nahe beieinander liegt. Eifrig rief sie alle herein. Drinnen stand schon Pflaumenkuchen mit Schlagsahne auf dem Tisch. Wie die kleine Lotta jetzt auf das Sofa springt, sich einen Löffel schnappt und erwartungsvoll zu ihr blickt, weckt Erinnerungen. In einer Sekunde lösen sich die letzten dreißig Jahre auf und sie sieht vor sich ihre kleine Tochter mit dem gleichen erwartungsvollen Blick.

Dieses Gefühl, in einer Zeitschleife fest zu stecken, kam ihr am Abend noch öfter. Manche Sätze, die sie sagte, hatte sie lange nicht ausgesprochen und sie ärgerte sich über jeden einzelnen. Aber sie brachen sich einfach Bahn. In der Küche beim Abendbrot. Als die Kinder im Bett waren beim Wein. Noch vor der Badtür, als sie beide gleichzeitig Zähne putzen gehen wollten.

Es war wie verhext. Wenn sie meinte, offen Interesse für ihre Tochter zu zeigen, signalisierte ihr diese, dass sie endlich aufhören solle, sie zu bevormunden. Dann fühlte sie sich schuldig. Und ebenso dumpf breitete sich in ihr ein schlechtes Gewissen aus, wenn sie nicht danach fragte, wie es ihr ginge. Denn dann kam es ihr erst recht so vor, als ob sie eine schlechte Mutter wäre. Irgendwie kam das bei ihrer Tochter auch an. Aber ganz anders als erwartet. Einmal hatte sie gesagt: „Mutter, ich lasse mir von dir keine Schuldgefühle einreden.“ Wie war es nur möglich, dass am Ende dieser Eindruck übrigblieb? Was sie am meisten ärgerte, war die daraus entstandene Unsicherheit. Selbst die einfachsten Sätze missrieten ihr zu komischen Bandwürmern oder wirrem Gestammel. Nicht zu genügen, alles falsch zu machen; das drückte ihr die Luft ab. Es war wie Treibsand. Je mehr sie zappelte, desto tiefer versank sie. Aber genug jetzt. Sie stand ja immer noch vor dem Haus, obwohl das Auto schon lange weg war. Festen Schrittes ging sie durch die Tür und schloss sie hinter sich.

#### Musik

Schuldgefühle entstehen, wenn man eine Verschiebung zwischen dem eigenen Verhalten und den Erwartungen spürt. Den eigenen Erwartungen an sich selbst, wie denen anderer an mich. Ich tue etwas, das meine soziale Anerkennung und Sicherheit gefährdet oder meinen eigenen Ansprüchen nicht genügt. Andere wenden sich ab, sie meiden mich, sie leisten Widerstand. Oder ich selbst lehne mich ab. Die Folge können Angst, Scham und Gewissensbisse aber auch Ärger sein. Ein Gespür dafür zu haben, ist ganz wichtig, auch wenn es unangenehm ist. Es sind wichtige Signale. Wer einen Kompass für die Bedürfnisse und Grenzen seiner Mitmenschen hat, kann mit ihnen gut zusammenleben. Und die gemeinsame Orientierung darüber, was anständig ist und was sich nicht gehört, ist der Kitt, der unsere Gesellschaft zusammenhält. Manchem täte es sehr gut, wenn er ein wenig sensibler für seine Schuld wäre.

Doch Vorsicht! Das Gefühl kann trügen. Manche tragen ihr Leben lang unberechtigte Schuldgefühle mit sich herum. Sie können entstehen, wenn man als Kind oder Jugendlicher spürt, dass man den Erwartungen nicht genügt oder der Freiraum zur persönlichen Entfaltung beschnitten wird. Oder wenn man immer zu hören bekommt, man sei unerwünscht. Wer das verinnerlicht, kann daran sein ganzes Leben tragen. Darum sind falsche Schuldgefühle und berechtigtes Schuldbewusstsein voneinander zu trennen.

Die Begegnung zwischen Mutter und Tochter hat gezeigt, wie schwer das oft ist. Wie sich Unterstellungen und Erwartungen, Vorwürfe und Kränkungen so vermischen können, dass sie nicht mehr zu trennen sind. So kann es nicht bleiben, so ist es nicht gut. Für eine vertrauensvolle und belastbare Beziehung ist es wichtig, sich den Gedanken und Gefühlen zu stellen, die mit Schuld verbunden sind.

## Musik

Unnötige Schuldgefühle und notwendiges Schuldbewusstsein – Wie kann es dazwischen zu einer guten Unterscheidung kommen? Wie können Menschen wieder Kraft gewinnen, um erneut zueinander zu kommen und beieinander zu bleiben? Dazu braucht es einen klaren Kopf und ein freies Herz. In einem Brief, der fast am Ende der Bibel überliefert ist, heißt es, dass wir alle Kinder sind. Egal, ob jung oder alt. Kinder eines Gottes, der Ursprung allen Lebens ist. Im 1. Johannesbrief werden die Worte überliefert:

<sup>12</sup>Das schreibe ich euch, ihr Kinder: Eure Schuld ist euch vergeben durch Jesus Christus, in dessen Namen ihr getauft seid. <sup>13</sup>Das schreibe ich euch, ihr Alten: Ihr habt den erkannt, der von Anfang an gegeben war. Das schreibe ich euch, ihr Jungen: Ihr habt den Bösen besiegt. <sup>14</sup>Ich habe es euch schon geschrieben, ihr Kinder: Ihr habt den Vater erkannt. Ich habe es euch schon geschrieben, ihr Alten: Ihr habt den erkannt, der von Anfang an gegeben war. Ich habe es euch schon geschrieben, ihr Jungen: Ihr seid stark. Das Wort Gottes wirkt in euch. Ihr habt den Bösen besiegt.

Umständliche aber fast beschwörende Worte, die eigentlich nur eins sagen wollen: Ihr seid geliebte Menschen; Kinder Gottes, die in der Lage sind, den Fallstricken des Bösen zu widerstehen und neu anzufangen, wenn ihr euch verheddert habt zwischen eigenen Ansprüchen und den Erwartungen anderer; wenn etwas zerbrochen ist, was zwischen euch gut sein könnte.

Wie befreiend ist es, immer wieder neu anfangen zu dürfen. In jedem Alter, wie hier steht. Es ist wunderbar, dass der Glaube an Jesus Christus die innere Freiheit schenkt, Gefühle und Gedanken zu entwirren, die uns so viel Kraft kosten. Wir müssen das nicht erst lernen. Es ist kein Geheimwissen dafür nötig. Nein, wir haben es ja schon, wenn wir Christus wirklich etwas zutrauen. Dann wächst der Mut beiseite zu legen, was unnötig belastet und einzustehen für das, wofür wir verantwortlich sind. Auffällig, was dafür als einzige Voraussetzung genannt wird: Dem geschenkten Glauben Vertrauen schenken. Das unerhörte Geschenk Jesu annehmen. Sich retten lassen.

„Meine Kinder, das schreibe ich euch, damit ihr keine Schuld auf euch ladet. Wenn aber dennoch jemand schuldig wird, dann haben wir einen Beistand beim Vater: Jesus Christus, der ganz und gar gerecht ist.<sup>2</sup> Er hat unsere Schuld auf sich genommen und uns so mit Gott versöhnt. Und das gilt nicht nur für unsere Schuld, sondern auch für die der ganzen Welt.“ Heißt es im 1. Johannesbrief weiter.

Der Clou ist, dass zur Schuld die Vergebung tritt. Wer an seinen Schuldgefühlen leidet, wer nicht weiß wohin mit seinem Schuldbewusstsein, bleibt nicht allein. Durch die Vergebung bekommt er eine Antwort, selbst wenn er meint, er sei ihrer nicht würdig. In der Vergebung wird der Schuldige angeblickt und angesprochen. So findet er wieder Boden unter den Füßen. Die verwirrten Gefühle können sich klären. Schuldgefühl und Schuldbewusstsein scheiden sich. Schuldgefühle können

beiseitegelegt werden, wenn sie keine reale Grundlage haben. Schuldbewusstsein führt in Schuldbekennnis, vielleicht sogar in Versöhnung.

Wie wäre es, wenn kleine Gesten die Kraft entwickeln, Wege zu Verständnis und Versöhnung zu bahnen?

Am Abend klingelt bei der Mutter das Telefon. Ihre Tochter ist am anderen Ende. Sie erzählt ihr, wie sie im Rückspiegel, ganz in der Ferne die Hand sah, die ihre Mutter zum Abschied hob. In einem Moment, in dem sie nicht mehr damit rechnen konnte, dass die Tochter sie sehen würde. Das war ehrlich und klar und nicht verworren. Ein Gruß, ein Ruf. Die Tochter konnte ihn hören. Darum ruft sie jetzt zurück. Dann sprechen sie lange miteinander über die vergangenen Tage. Sie teilen ihre Gedanken, reden über Gefühle, sind ehrlich, sprechen von sich. Sie lassen Antwort zu. Sie beruhigen, wo alles halb so wild war, und vergeben, wo es nötig ist. Sie spüren, wie Leben zurückkehrt in ihr Miteinander.