

„Aufstiegslieder“ - eine traumatologische Lesung der Wallfahrtspsalmen

Beate Schütz

Einleitung¹

„... auf dass es erscheine denen, die sitzen in Finsternis und Schatten des Todes, und richte unsere Füße auf den Weg des Friedens!“ Mit dieser Verheißung, dass das ‚Licht aus der Höhe‘ nun endlich aufgehen wird, endet das Benediktus (Lk 1,68–79), der neutestamentliche Psalm, der die lang ersehnte Erfüllung der Verheißungen von Rettung und Befreiung für das Volk Israel feiert. Der Erlöser wird erscheinen, er steigt hinab in die Gefängnisse der Finsternis und des Todes und er befreit die Gefangenen, um sie auf den Weg des Friedens zu weisen. Ich stelle mir vor, wie die Geretteten blinzelnd im ungewohnten Licht stehen. Unvermittelt finden sie sich in einer Welt wieder, deren Buntheit und Vielfalt sie erst einmal erschreckt und deren Bewohner ihnen fremd geworden sind. Wie funktioniert das Leben hier noch mal? Wie finde ich den Weg ins Leben zurück?

So oder ähnlich ergeht es vielen Menschen, die Ereignisse überlebt haben, in denen ihr Leben existentiell bedroht war: der Geflüchtete, der auf dem Mittelmeer zusehen musste, wie andere in den Fluten untergingen; die Nachbarin, die den Autounfall als Einzige überlebte; die junge Frau, die nach jahrelangem Missbrauch ihren Peinigern entkommt. Es gibt so viele Formen traumatischen Erlebens, wie es gewaltsame Eingriffe in die Integrität von Leib und Leben eines Menschen gibt. Ihnen allen ist gemeinsam, dass die Betroffenen sich nach dem Ende der Bedrohung in einer Welt wiederfinden, die ihnen fremd geworden ist. Sie sind Überlebende, fürs Leben gezeichnet von den Eindrücken, die sich buchstäblich in ihre Körper eingeschrieben haben. Wir wissen heute, dass die biochemischen und neurologischen Reaktionen in Situationen akuter Bedrohung Spuren hinterlassen, die das gesamte Weiterleben der Betroffenen von Grund auf erschüttern und ihre Reaktionsmuster auf Weisen prägen, die für Außenstehende unverständlich und für sie selbst verwirrend und schmerzhaft sind.² Sie waren aus der Welt gefallen und kehrten zurück und nun ist diese Welt fremd geworden und das Weiterleben oft mühsam und leidvoll. Viele finden über kurz oder lang zurück in ein weitgehend gelingendes Leben, manche gewinnen gerade aus der Erfahrung des Überlebens neuen Lebenssinn, doch je früher, länger und intensiver die Erfahrung war, willkürlicher Gewalt ausgeliefert zu sein, desto umfassender und unauslöschlicher sind die Prägungen und das Leiden an deren Auswirkungen.³ Eine vollständige „Überwindung“

¹ In den folgenden Ausführungen wechsele ich zwischen der maskulinen und der femininen Form, um das Bewusstsein für die Vielfalt menschlichen Erlebens offenzuhalten und dafür zu sensibilisieren, dass die Erfahrungen Anderer uns oft fremder sind, als wir uns zunächst eingestehen wollen.

² Ursula Gast, Elisabeth Christa Markert, Klaus Onasch, Thomas Schollas (Hrsg.), *Trauma und Trauer: Impulse aus christlicher Spiritualität und Neurobiologie*, Stuttgart 2009, S. 52-68; Bessel van der Kolk: *The Body keeps the score*, New York 2014.

³ In der klinischen Diagnostik werden die bekannten Traumafolgen heute als (komplexe) Posttraumatische Belastungsstörung ((k)PTBS) bezeichnet. Die Auswirkungen des Traumas beeinträchtigen das Leben, ausgehend von den neurologischen Veränderungen im Körper bis zur

des Traumas wird es nie geben. Auch bei weitgehend gelingender Aufarbeitung werden Spuren bleiben,⁴ so wie auch der Auferstandene noch immer die Zeichen der Kreuzigung an seinem Leib trägt.⁵

Auch in der Theologie ist das Thema „Trauma“ angekommen. Zahlreiche Studien nutzen Erkenntnisse der Traumalogie als hermeneutischen Rahmen, um einen neuen Zugang zu verschiedenen „schwierigen“ Texten des Alten und Neuen Testaments zu finden.⁶ Nun gehört die Gruppe der sog. Wallfahrtspsalmen (Ps 120-134) eher zu den zugänglichen und vielfältig erschlossenen Texten⁷ - umso überraschender war für mich die Entdeckung, dass gerade in dieser kleinen Psalmengruppe deutliche Resonanzen zu verschiedenen Aspekten der Bewältigung traumatischen Erlebens aufklangen. Wenn man die innere Dynamik des Weges vom Kriegsland ins Friedensland verfolgt, wie ich sie dort nachgezeichnet finde, ergeben sich zahlreiche Entsprechungen zu verschiedenen Phasen des Heilungswegs. Diese Korrespondenzen will ich, nach einem (sehr) knappen Abriss des gegenwärtigen Stands der Traumalogie, in einem kurzen Durchgang durch den Wallfahrtspsalter skizzieren. Im Anschluss an diese Beobachtungen werden einige zentrale Elemente der Heilungsdynamik aufgezeigt, aus denen sich Impulse für die praktische Theologie, für Verkündigung, Liturgie und Seelsorge im Umgang mit Menschen ergeben, die traumatische Ereignisse durch- und überlebt haben. Dabei darf der praktisch-theologische Zugang, die Wallfahrtspsalmen von den Eigenarten traumatischen Erlebens und seiner Bewältigung her zu lesen, gerne dazu inspirieren, aus alttestamentlicher Perspektive neue Aspekte, Modifikationen oder Weiterführungen zu entdecken und zu ergänzen.

Traumatisches Erleben, seine Folgen und Aspekte der Genesung

Trauma und seine Folgen

Es gibt eine Reihe von Aspekten, die traumatisches Erleben und seine Folgen kennzeichnen.⁸ Besonders auffällig sind die damit einhergehenden Amnesien. Das Erleben übermächtiger Gewalt beeinflusst das Sprachzentrum und die Speicherung der Erinnerung an den konkreten Hergang, so dass Teile des Geschehens oder, oftmals im Falle

sozialen Interaktion, auf allen Ebenen, so z. B. Judith Herman: *Die Narben der Gewalt*, Paderborn 2006², S. 169

⁴ Kristina Augst, *Auf dem Weg zu einer traumagerechten Theologie*, Stuttgart 2012, S. 166-169.

⁵ Joh 20,20;27

⁶ Zusätzlich zu den zitierten Werken s. z. B. Eve Marie-Becker, Jan Doehorn, Else Kragelung Holt (Hrsg.), *Trauma and Traumatization in Individual and Collective Dimensions: Insights from Biblical Studies and Beyond*, Göttingen 2014 und Elizabeth Boase, Christopher G. Frechette: *Bible through the Lens of Trauma*, Atlanta 2016, wo in einigen Aufsätzen auch Chancen und Grenzen eines traumalogischen Zugangs zu biblischen Texten reflektiert werden.

⁷ Sowohl von wissenschaftlicher Seite - s. Frank-Lothar Hossfeld, Erich Zenger, *Psalmen 101-150* (HThKAT), Freiburg i. Br. 2008, S. 391 - 658 mit ausführlichen Literaturangaben -, als auch in der Erschließung für eine breitere Leserschaft, z. B. Walter C. Kaiser, *The Journey isn't over. The Pilgrim Psalms for Life's Challenges and Joys*, Grand Rapids, Michigan 1993; Eugene H. Peterson, *A Long Obedience in the Same Direction*, Downers Grove, Illinois, 2000².

⁸ Bei den folgenden Ausführungen orientiere ich mich vor allem an den Darstellungen bei J. Herman, *Narben*, und Augst, *Auf dem Weg*.

von in früher Kindheit wiederholt erlittener Gewalt, sämtliche Tathergänge nicht mehr erinnert werden können. Das Fehlen konkreter Erinnerungen lässt viele Betroffene trotz aller Indizien immer wieder an der Realität des Geschehenen zweifeln. Dennoch ist die Erinnerung an das Geschehen im Körper gespeichert, allerdings auf Ebenen, die dem Bewusstsein nicht zugänglich sind. Während des Geschehens spielen sich neurobiologische Vorgänge ab, durch die verschiedene Verarbeitungsmechanismen im Gehirn nachhaltig verändert werden und so häufig Folgestörungen wie Angststörungen, Dissoziationen und Depressionen auslösen. Die Lebensqualität der Betroffenen wird z. T. massiv beeinträchtigt. Allein jeden einzelnen Tag zu überstehen, kann unendlich viel Kraft kosten. Nicht zugelassene Wut kann sich in Autoaggression entladen. Scham, Selbstabwertung und die Tatsache, dass nach dem Ringen ums tägliche Überleben oft keine Kraft mehr für rekreative Aktivitäten und soziale Kontakte bleibt, führen häufig in den Rückzug und die soziale Isolation.

Zugleich beeinflusst das Erlebte unbewusst die Bewertung aller sozialen Interaktionen. Durch die massive Gewalterfahrung ist das Vertrauen in die Mitmenschen⁹ sowie die Sicherheit der eigenen Identität nachhaltig erschüttert. Die Betroffene erlebt sich als isoliert, als habe sie nicht mehr das Recht, dazuzugehören. Jede menschliche Begegnung stellt eine potentielle Bedrohung dar. Was geschah, kann jederzeit wieder geschehen. Das aufgrund der Folgestörungen oft unangepasste Verhalten vieler Betroffener führt häufig zum Abbruch sozialer Beziehungen, so dass sich das Erleben von Abwertung und Erniedrigung wiederholt. Ein für Außenstehende besonders schwer nachzuvollziehender Aspekt ist die Schuldverschiebung, die Betroffene vornehmen, indem sie die Handlungslogik des Täters internalisieren¹⁰ und die Schuld für das, was ihnen geschah, bei sich selbst verorten, z. B. in ihrem eigenen, als unangepasst oder unangemessen wahrgenommenem Verhalten. Manche Überlebende einer Katastrophe entwickeln Schuldgefühle angesichts der Tatsache, dass sie allein dem Tod entrannen, während viele andere um sie herum starben.¹¹

Dimensionen der Genesung

Aus der Darstellung der Traumafolgestörungen ergeben sich bereits die grundlegenden Elemente eines Heilungsprozesses. Judith Herman fasst ihn in drei Schritte oder Phasen, die jedoch nicht grundsätzlich linear ablaufen, sondern sich in immer neuen Variationen wiederholen.¹²

Zunächst ist es für den Betroffenen elementar, den Ort der Gewalt zu verlassen und einen Raum zu finden, in dem er vor erneuter Gewalt sicher ist. Damit die Flucht nicht im Rückzug selbstgewählter Isolation endet, bedarf es eines Raumes, in dem er sich von Menschen umgeben weiß, die er als sicher erlebt. Er muss erfahren, dass diejenigen, die ihm begegnen, die Machtspiele des Mächtigeren nicht wiederholen, sondern ihm mit Wertschätzung, Annahme und Solidarität begegnen. Nur in einer solchen Art als sicher

⁹ S. a. Augst, S. 158 f.

¹⁰ Christopher G. Frechette: *Destroying the Internalized Perpetrator; A Healing Funktion of the Violent Language against Enemies in the Psalms*, in Becker, Doehhorn etc., *Trauma and Traumatization*, S. 72.

¹¹ Erstmals systematisch beschrieben wurde das ‚survivor-guilt-syndrome‘ von William G. Niederland: *Folgen der Verfolgung: Das Überlebenden-Syndrom, Seelenmord*. Suhrkamp, Frankfurt am Main 1980

¹² Herman, S. 215.

erlebten Raum kann ein Heilungsprozess beginnen. Heilung ist immer auch ein sozialer Prozess, denn das Individuum und seine Mitwelt sind unauflöslich miteinander verwoben.¹³ Nur im wohlwollenden Blick des Anderen finde ich zu mir.¹⁴ Die solidarische Anteilnahme bezeugt die Realität des Geschehenen und hilft dem an sich Zweifelnden, sich neu in der Welt zu verorten.

In der Sicherheit einer solidarischen Beziehung wird es dem Betroffenen möglich, die zweite Phase des Erinnerns und des Trauerns zu beginnen. Zunächst geht es darum, die Sprachfähigkeit in Bezug auf das Geschehene wieder herzustellen und die Fragmente der Erinnerungen zu einer annähernd kohärenten Geschichte des Geschehenen zu rekonstruieren.¹⁵ So wird das, was aus der Welt gefallen war, zurückgeholt in die Realität des hier und jetzt gelebten Lebens. Unwiederbringlich Zerstörtes kann in einem Trauerprozess losgelassen werden. Das Geschehene kann zu einem Teil der persönlichen, erzählbaren Lebensgeschichte werden, die lebensschädigenden Deutungsmuster, mit denen sich der Betroffene sein Überleben erkaufte, verlieren ihre Macht und werden ersetzt durch lebensförderliche Einstellungen wie Vertrauen, ein positives Selbstbewusstsein und Dankbarkeit.

Daraus erwachsen in einem dritten Schritt die Wiedereingliederung in die Gemeinschaft und der Aufbau einer neuen Identität, die das Geschehene integriert hat und das eigene Leben (wieder) eigenmächtig gestaltet. Nun wird es auch möglich, eigene Schuldverstrickung in das Geschehene oder Schuld, die aus den Folgen des Traumas erwachsen ist, wahrzunehmen und Versöhnung mit der eigenen Geschichte zu finden.

Diese extrem verkürzte Darstellung könnte den Eindruck erwecken, dass der Weg aus dem Trauma zurück ins Leben eine inzwischen gut ausgebaute Straße ist. Das Leben ist jedoch weit komplexer als jede noch so differenzierte Theorie. Die Auswirkungen traumatischen Erlebens sind so vielfältig, wie es Wechselbeziehungen von biologischen, sozialen und politischen Einflussfaktoren gibt. Genauso individuell sind die Wege, die Menschen finden, um nach dem existentiellen Einbruch ihrer Lebensgewissheiten wieder Fuß im Leben zu fassen. Die beschriebenen Grundelemente sind jedoch so gut wie allen dieser Lebensgeschichten - individuellen wie kollektiven - gemein. Sie lassen sich in den schriftlichen und mündlichen Äußerungen von Menschen wiederfinden, die ihre Bewältigungsversuche verbalisieren und reflektieren. So finden sich auch in biblischen Texten zahlreiche Resonanzen zu den beschriebenen Aspekten des Heilungsprozesses auf individueller oder kollektiver Ebene.

Die Aufstiegspsalmen als Weg aus der Tiefe des Traumas zurück ins Leben

Im hebräischen Original sind die 15 Psalmen der kleinen Gruppe jeweils mit שיר המעלות überschrieben, was sich mit „Lied des Aufstiegs“ wiedergeben ließe.¹⁶ Diese

¹³ Augst, S. 151.

¹⁴ So schon Martin Buber in *Ich und Du*, Leipzig 1923.

¹⁵ Boase, Frechette (Hrsg.): *Bible through the Lens of Trauma*, S. 6

¹⁶ Martin Buber übersetzt „Ein Aufstiegslied“ und gibt damit die Grundbedeutung des Stammes עליה meiner Ansicht nach am treffendsten wieder.

Aufwärtsbewegung wird in unterschiedlichen Kontexten gedeutet¹⁷, die nicht unbedingt in Konkurrenz zueinander stehen müssen. Literarische Texte sind polysem, und gerade biblische Texte lassen sich oft nicht auf eine historische Situation oder eine einzige Deutung festlegen.¹⁸ So steht auch die Lesung der Aufstiegspsalmen als Heilungsweg aus der Todesverfallenheit traumatischer Widerfahrnis zurück in die Fülle und das Heil des Lebens als ein Angebot neben anderen Lesarten. Wer sich darauf einlässt, kann die Stationen auf dem Pilgerweg zum Leben mit den Betern der Psalmen durchlaufen, in denen sich Gottes heilsame Lebensprinzipien entfalten und erfahrbar werden. Der aus seinen bisherigen zerstörerischen Lebensbezügen Geflüchtete kann sich darin neu verorten, Orientierung für seinen Lebens- und Leidensweg finden und in den Heil(ung)sperspektiven Hoffnung und neue Zuversicht finden.

Klassischerweise wird der Wallfahrtspsalter in drei Untergruppen zu je 5 Lieder gegliedert.¹⁹ Diese Gliederung hat formal und inhaltlich ihre Berechtigung, dennoch nehme ich auch eine andere Dynamik wahr, die sich in fünf Dreiergruppen wie eine zweite Melodie in oder unter der formal-inhaltlichen Gestaltung bewegt: eine Dynamik des Ankommens und erneuten Aufbrechens, des zunehmenden Vertrauens in die Sicherheit der neuen Welt und des Wiederaufbrechens der verstörenden Erinnerungen und Prägungen, eine Dynamik, die sich in einer Spiralbewegung zu immer tieferen Ebenen der Heilung und der Verortung in der neuen Wirklichkeit voranbewegt. Dabei korrespondieren die erkennbaren Schritte oder Phasen der Heilung und Wiedereingliederung in die Gesellschaft weitgehend mit den Abschnitten des Heilungsprozesses, wie ihn verschiedene Vertreter der Traumapsychologie beschreiben.²⁰ In den unterschiedlichen Liedern dieser Sammlung werden wir die drei grundlegenden Aspekte der Schaffung von Sicherheit, der Erinnerung und Neuinterpretation des Geschehenen, und der erneuten Anknüpfung an das Leben wiederfinden. Dabei geht es nicht um ein einfaches lineares Fortschreiten auf einem Highway zum Schalom. Vielmehr gleicht der Heilungsweg einem Herantasten an und Hineinwachsen in ein wiedergefundenes Leben, in dem sich die Grundmotive auf den verschiedenen Ebenen immer neu realisieren.²¹

Stationen der Heilung

Der erste Vers des Einstiegspsalms, Psalm 120, steht wie eine Überschrift über der gesamten Psalmengruppe: „Ich rief zu JHWH in meiner Not und er antwortete mir!“ Aus der Perspektive des Rückblicks auf seine Rettung und Heilung er- und bekennt der Beter die heilsame Zuwendung JHWHs in seinem Leben. Diese Erfahrungen werden in vier Dreier-Gruppen entfaltet und mit einer fünften Dreiergruppe abgeschlossen, die das eigene Erleben in den weiteren Horizont der Geschichte Israels und des weltumspannenden Segens Gottes einschreibt.

¹⁷ Eine Zusammenfassung der Deutungen z. B. bei Hossfeld, Zenger, *Psalmen 101-150*, S. 394-400.

¹⁸ Ulrike Bail, *Gegen das Schweigen klagen; eine intertextuelle Studie zu den Klagepsalmen Ps 6 und Ps 55 und der Erzählung von der Vergewaltigung Tamars*, Gütersloh 1998, S. 75.

¹⁹ Hossfeld, Zenger, *Psalmen 101-150*, S. 403.

²⁰ Herman, S. 216.

²¹ Ingeborg Roessler, *Krise, Trauma und Konflikt als Ausgangspunkt der Seelsorge*, in: Wilfried Engemann (Hg.), *Handbuch der Seelsorge*, Leipzig 2009², S. 361.

Flucht und Ankunft

Der Weg aus dem Trauma zurück ins Leben beginnt mit einer Erkenntnis: Die Um-Welt, die konkrete Gesellschaftsordnung und die Menschen, mit denen ich leben muss, bringen mich um! Bilder der Gewalt und der Isolation beschreiben die ausweglose lebensbedrohliche Lage (Ps 120,4f),²² die der Dichter nicht mehr länger vor sich selbst verleugnen kann. Lange hat er sich bemüht, konstruktive Wege zu finden, die Konflikte mit seinen Nachbarn zu lösen, doch niemand geht darauf ein. Im Gegenteil - je mehr er sich um ein friedvolles Zusammenleben bemüht, desto gewalttätiger und zerstörerischer wenden sich seine Feinde gegen ihn (Ps 120,7).

Menschen, die sich in gewaltvollen und missbräuchlichen Verhältnissen befinden, bemühen sich oft lange Zeit, die Situation möglichst erträglich zu gestalten und den oder die Täter zu beschwichtigen, denn sie erleben, dass ihr eigenes Ergehen vom Wohlergehen der Mächtigen abhängig ist, die ganz gezielt jede Freiheitsbewegung ihrer Opfer verhindern.²³ Eine Ablösung aus der Abhängigkeit ist schwer, zumal viele keinen Zugang zu einem anderen Lebensumfeld haben. Hier braucht es zuallererst ein alternatives Beziehungsangebot, das Lebensräume außerhalb der manipulativen Verhältnisse eröffnet, Räume, die von Annahme und Vertrauen anstatt von Angst und Manipulation geprägt sind.²⁴ Der Psalmdichter hat seinen ersten Ansprechpartner außerhalb der gewalttätigen Strukturen seines Umfelds in JHWH gefunden (Ps 120,1). Gott erweist sich als der ideal(typisch)e Beziehungspartner, da er allein außerhalb aller zerstörerischen Dynamiken („Sünde“) steht, in die sich jeder Mensch unentrinnbar verstrickt findet. Im Laufe des Heilungsweges werden sich auch heilsame Beziehungen zu Menschen entwickeln, soweit diese als Gottesgemeinschaft den Schalom verwirklichen, indem sie Gottes heilsame Beziehungsmuster in konkrete Lebensgestaltung umsetzen.

Auf dem Weg vom Kriegsland zum Friedensland, während der bangen Suche nach einem sicheren Ort, an dem Heilung möglich ist, erlebt sich die Flüchtende von Gott umgeben und bewahrt (Ps 121). Schon bevor sie an einem konkreten Ort angekommen ist, erlebt sie die Sicherheit der Begleitung und Bewahrung Gottes, dessen unermüdliches Wachen ihr vielfach zugesprochen wird (V. 3–8). So wird Gott selbst zum gesuchten sicheren Ort. Dennoch ist die konkrete menschliche Ermutigung der Gemeinschaft essenziell: Ohne die einladende Aufforderung in Ps 122, sich der Reisegesellschaft anzuschließen (V. 1), hätte es die Aufbruchswillige trotz aller Sehnsucht nach Veränderung wohl nicht gewagt, sich auf den Weg zu machen. Doch nun ist sie angekommen am Ziel all ihrer Hoffnungen: Jerusalem, der Stadt, in der Gott wahrnehmbar gegenwärtig ist, in der sich die Gemeinschaft derer trifft, die ihn verehren, und wo gerechte Richter Recht sprechen (V. 2-5). So wird schon zu Beginn des Heilungsweges deutlich, wie wichtig neben der Begleitung durch wohlwollende Personen - Gott oder Menschen - die öffentliche Wahrnehmung und Anerkennung des geschehenen Unrechts und Schritte zu einem gerechten Urteil gegen die Täter sind. Ein sicherer Ort kann nur dort sein, wo dem von Unrecht und Gewalt Gezeichneten Gerechtigkeit widerfährt. Nur da, wo das Unrecht beim Namen genannt wird und man sich um Ausgleich und Entschädigung bemüht,

²² Ps 120,4f

²³ Herman, S 107 – 134.

²⁴ Herman, S. 183-213: „Eine heilende Beziehung“.

kann echter Friede (Schalom) entstehen.²⁵ Heilung und heilsames Leben ist nur in gerechten Strukturen möglich. Der Aufruf des Psalmbeters, Jerusalems Frieden zu suchen,²⁶ hält das Bewusstsein wach, dass der Friede in dieser Welt auch in der Gemeinschaft der Gottesmenschen immer gefährdet bleibt. Es bedarf ständiger Wachsamkeit, damit Gemeinde Gottes ein sicherer Ort bleibt und die lebenszerstörenden Dynamiken der Sünde nicht wieder und wieder auf die subtilsten Weisen in die Gemeinschaft eindringen und Gottesdienst und menschliches Miteinander korrumpieren.

Stabilisierung, Erinnerung und Neubewertung

Auch wer der Gewalt entkommen und an einem äußerlich sicheren Ort angekommen ist, wird längst noch nicht von der Gesellschaft aufgenommen. Vielmehr schlagen dem Geflüchteten häufig Misstrauen, Ablehnung, ja Verachtung entgegen. Das Fremde ist bedrohlich, das offensichtliche Scheitern seines Lebensglücks stellt die Selbstverständlichkeit des Wohlergehens derer, die „es geschafft haben“, in Frage. Solche Erfahrungen verstärken die in der Gewaltsituation erlernte Selbstabwertung weiterhin.²⁷ In dieser Erfahrung äußerster Verlassenheit ist es wieder Gott, an den sich die Hilfesuchende wendet als dem Herrn, der für das Ergehen seiner Abhängigen verantwortlich ist und der ihnen in Solidarität gegen ihre Verfolger beisteht (Ps 123).

Erst aus der Sicherheit des annehmenden, solidarischen Blicks und der aktiven In-schutznahme ist ein erstes heilsames Wahrnehmen der verstörenden Erinnerungen möglich. Psalm 124 spiegelt in seiner eruptiven Intensität das Phänomen der Flashbacks, wenn sich Momentaufnahmen des Geschehenen in Form von Bildern, Körpererinnerungen oder emotionalen Regungen unvermittelt und immer wieder aufs Neue schmerzhaft ins Bewusstsein drängen. Oft lassen sich die realen Geschehnisse (noch) nicht konkret benennen, doch in den Bildern, die der Psalm anbietet (V. 4f),²⁸ kann sich der Betroffene wiederfinden und erste Worte für das finden, was ihm geschah und was es mit ihm machte. Die bisher verschlossenen Kanäle der Kommunikation öffnen sich, die Perspektive weitet sich und der Betende entdeckt im Rückblick, dass der letzte Ausgang des Ereignisses nicht der eigene Untergang, sondern die wundersame Rettung war: ‚Du, Gott, warst ja da und hast uns gerettet!‘ (V. 6f).

So erhält die Gewalterfahrung eine neue Deutung. Die quälenden Erinnerungen, die den Überlebenden bisher in der Vergangenheit verhafteten, verlieren ihre Macht, denn es wird klar: Ja, die Katastrophe hat stattgefunden, aber sie war nicht das Ende. Durch die Rettung hat Gott neue Lebensperspektiven eröffnet.²⁹ Aus den Flashbacks, in

²⁵ Jürgen Moltmann nennt dies das „Recht des Erbarmens“, durch das „die Entrechteten zu ihrem Recht kommen und die Ungerechten zur Gerechtigkeit bekehrt werden“. S. *Geist des Lebens. Eine ganzheitliche Pneumatologie*, München 1991, S. 155. Daher ist „Frieden ... eine Frucht der Gerechtigkeit.“ (S. 156). Dorothee Sölle, *Eine andere Welt ist möglich*, in: Frank Crüsemann, Marlene Crüsemann, Claudia Janssen et. al (hrsg): *Dem Tod nicht glauben. Sozialgeschichte der Bibel*, Gütersloh, 2004, S. 20.

²⁶ Ps 122,6-9

²⁷ Frechette, *Destroying*, spricht hier vom ‚internalisierten‘ Täter, wenn die erlebte Abwertung durch den Gewalttäter ins eigene Selbstbild übernommen wird.

²⁸ Tödliche Wasserfluten; V6: Raubtiere; V7: Vogelsteller

²⁹ Ich denke, wir dürfen hier Anklänge an das Auferweckungsgeschehen des Neuen Testaments vernehmen. Die Betroffenen haben nicht nur „überlebt“, sie erhalten von Gott eine ganz neue Lebensperspektive. In der traumatischen Erfahrung ist ganz real etwas gestorben, von dem in Trauer

denen der Überlebende in der endlosen zerstörerischen Wiederholung des Gewaltgeschehens feststeckte, wird heilsame Erinnerung an die Rettungserfahrung.³⁰ Die Erkenntnis, dass Gott aus der Todesgefahr befreit hat, entzündet Hoffnung, dass dieser Gott auch weiterhin gegen die Übergriffe der Mächtigen beistehen und ihren Machenschaften zu seiner Zeit ein Ende bereiten wird (Ps 125,3). Indem diese Überzeugung Teil der Lebenseinstellung wird, gewinnt der Betroffene neue Stabilität und kann Resilienz gegen zukünftige Verlusterfahrungen entwickeln.³¹

Sich in den Schalom einüben - Resilienz entwickeln

Die folgende Dreiergruppe ist gerahmt von dem Wunsch „Friede über Israel“ (Ps 125,5 u. 128,6). Sie entwirft das Idealbild einer Gesellschaft von Menschen, die ihr Leben im Schalom Gottes gestalten. Der Geflüchtete ist angekommen im Friedensland und entdeckt nun: So funktioniert das Leben hier! Der anfängliche Überschwang der Begeisterung und Dankbarkeit über die Rettung muss in eine bodenständige Verhaftung im Alltag übergehen, wenn der Gerettete im neuen Land Fuß fassen will (Ps 126). Die große Wende, welche die Rettung brachte, illustriert zugleich das Prinzip des alltäglichen Schaffens: So wie Gott durch die Rettung aus der Todesnot Leben und Jubel wirkte (V. 1-3), so schafft er auch in den Mühen des Alltags Früchte des Alltags zum täglichen Überleben (V. 5f). Das Prinzip gelingenden Lebens liegt nicht im rastlosen Richtig-Machen (Ps 127,2), ein Gedankenmuster, das sich in vielen Menschen eingebrannt hat, deren Leben davon abhängen, den übermächtigen Gewalthaber zufrieden zu stellen. Nun dürfen sie entspannen – und schlafen!³² – im Vertrauen, dass Gott dem eigenen Schaffen die Früchte wirkt, die dem Arbeitenden seine Versorgung und seinen verdienten Platz in der Gesellschaft sichern (V. 3-5). Die Basis allen Glücks ist dabei die „Furcht des Herrn“ (Ps 128,1):³³ sich vertrauensvoll in die Abhängigkeit von Gottes versorgender Treue geben und sein Leben entsprechend gestalten. Dann wird Gott selbst dafür sorgen, dass die Arbeit nicht umsonst ist, dass heilsame Beziehungen das Leben erfrischen und dass das eigene Schaffen in seinen gottgeschenkten Früchten in eine weite Zukunft hinein weiterlebt (Ps 128,6).

In die Tiefe

Nach den heilvollen, geradezu idyllischen Bildern der vorigen Psalmen setzt der vierte Zyklus unvermittelt mit unerwarteten und verstörenden Bildern der Unterdrückung und Ausbeutung ein. Die Erinnerung an erlittene Gewalt wirkt wie ein Rücksturz in die

Abschied genommen werden darf, doch die Überlebenden müssen ihr weiteres Leben nicht als ein ewig gezeichnetes Opfer, als eine Art Zombie, irgendwie vor sich hin existieren. Gott eröffnet ihnen eine neue Dimension des Lebens, schon im Hier-und-Jetzt, die das Trauma integriert und zugleich das eigene, gewordene, verletzte Sein transzendiert auf den Gott des Lebens hin, der außerhalb aller Dynamiken der Sünde und des Todes steht.

³⁰ Renate Jost, *Debora in der neuen Welt. Trauma, Heilung und die Bibel*, in: Crüsemann, Janssen et. al (hrsg.): *Dem Tod nicht glauben*, S. 288.

³¹ Die Funktion biblischer Narrative für die Entwicklung von Resilienz gegen erneute Traumatisierung beschreiben Frechette und Boase in *Bible through the Lens of Trauma*, S. 15.

³² Schlafstörungen als eine Form des Hyperarousal, des auf Dauer gestellten Alarmzustands des Körpers, sind eines der typischen Symptome einer Traumafolgestörung. S. Herman, S. 56-58.

³³ Ps 128,1

Vergangenheit – das klassische Beispiel eines Flashbacks. Hier, wie schon in Ps 124, wird Israel aufgefordert, das Furchtbare auszusprechen (Ps 129,1; vgl. 124,1). Dadurch, dass das Unsagbare in Worte gefasst wird, kann die erstarrte Erinnerung aufgebrochen werden für einen neuen Blick auf das Geschehene, der nun nicht mehr im immer wieder gleichen Erleben des Ausgeliefertseins stecken bleibt, sondern das Rettungshandeln Gottes erkennt, der den Geschändeten Gerechtigkeit verschafft. Daraus gewinnt der Gerechtete endlich Kraft, sich von seinen Peinigern radikal abzugrenzen, indem er ihnen jeden Segensgruß, jeden Wunsch nach Vermehrung ihrer zerstörerischen Wirkmacht verweigert (Ps 129,8).

Nachdem so die Dynamik der Gewalt im äußeren Erleben ein Ende fand, kann sich der Blick nach innen wenden. Die Schuld der Täter ist benannt und der Gerechtigkeit Gottes übergeben. Der Blick wird frei für die eigene Verantwortung am Geschehen (Ps 130, bes. V. 3). Diese kann in einer Form von mehr oder weniger subtiler Kooperation mit den Gewalttätern um des eigenen Überlebens willen³⁴ liegen, oder auch darin, dass die in der traumatischen Situation eingebrannten Bewältigungsmechanismen dazu führten, dass die Betroffene sich und anderen Schaden zufügte.³⁵ Kein Mensch ist nur Täter oder nur Opfer. Zur Würde des menschlichen Lebens gehört zentral die Verantwortung für eigene Schuld.³⁶ So suchen und finden die Beter nach der Schaffung des Schalom im Außen durch das gerechte Eingreifen Gottes nun auch den Schalom im Innen in der Zusage der gnädigen Erlösung von aller Schuld (Ps 130,4.7-9). Am Ende mündet diese zweite „Runde“ der Erinnerung und Aufarbeitung in das Bild des gestillten (oder abgestillten) Kindes auf dem Schoß der Mutter (Ps 131,2), das sich auf das ihm Eigene und Mögliche beschränkt im gewissen Vertrauen, dass die Mutter es in seiner Verwundbarkeit schützen und versorgen wird.

Verankerung

Jedes individuelle Leben ist unauflöslich verflochten mit seiner Mit-Welt, mit den Menschen der eigenen Lebenszeit, aber auch mit den Generationen vor ihm, so dass Traumata über Generationen hinweg tradiert werden können.³⁷ Individuelle Identität speist sich immer auch aus dem Eingebundensein in die kollektive Identität der Familie, der Volksgruppe oder der Zugehörigkeit zu spezifischen Gemeinschaften, wobei die als Kollektiv durchlebten Traumata zur Identitätsfindung beitragen können.³⁸ So sucht der Überlebende, der seine alte Identität verlor, nach einem Anknüpfungspunkt in der größeren Geschichte, in der er sich verorten kann und von woher er Rückversicherung und Hoffnung gewinnen kann. Ein Ankerpunkt, an dem Israel durch alle Verlusterfahrungen hindurch festhielt, war Gottes Zusage an David, dass er sein Volk um seines erwählten und gesalbten Königs willen nicht verlassen wird. An dieses Versprechen erinnern die Halt Suchenden ihren Gott (Ps 132,1) und sie erhalten eine Antwort: „Erwählt hat JHWH

³⁴ Herman, S. 110 ff.

³⁵ Augst, S. 199.

³⁶ Augst, S. 201.

³⁷ Michaela Huber, Reinhard Plassmann (hrsg.), *Transgenerationale Traumatisierung*, Paderborn 2012;

³⁸ Frechette und Boase: *Defining „Trauma“ as a Useful Lens for Biblical Interpretation*, in Boase, Frechette (hrsg.): *Bible through the Lens of Trauma*, S. 8.

die Stadt Zion ... Dies ist meine Ruhstatt für immer und ewig, hier will ich wohnen, ja, ich habe sie begehrt.“ (V. 13). Gott sichert seine Leben spendende und Leben erhaltende Gegenwart zu bis in alle Ewigkeit (V. 3). Daraus fließt der Segen, der in Leben mündet, dessen Ende nicht abzusehen ist (Ps 133,3). In der Zusage Gottes, dass er den Seinen seine schützende und segnende Gegenwart niemals entziehen wird, findet der Genesende die letzte Sicherheit, dass sein Leben in Ewigkeit bewahrt ist. Dieser Segen fließt als ein wechselseitiger Strom zwischen ihm und seinem Gott hin und her und strömt weiter in die gesamte Schöpfung (Ps 134).³⁹

Resonanzen mit der Traumatologie⁴⁰

Die ersten drei Zyklen der Aufstiegspsalmen können grob den drei Heilungsschritten nach J. Herman zugeordnet werden, auch wenn innerhalb jedes Zyklus jeweils auch Aspekte anderer Bewältigungsphasen vorkommen. Aus der gewonnenen Sicherheit in einem geschützten Alltag heraus leitet der vierte Zyklus in eine vertiefte Aufarbeitung, die zu einer tieferen Verortung in der Gegenwart und damit zu erweiterter Handlungskompetenz und der Übernahme von existentieller Verantwortung für das Gelingen des eigenen Lebens führt. Im fünften Zyklus schreiben sich die Überlebenden in die ihr eigenes Leben transzendierenden Kontexte der Geschichte und des Gottesdienstes ein und gewinnen dadurch einen Ausblick, der ihren Lebenssinn über das eigene Überleben hinaus in die Verortung in der gesamten Schöpfung und in einer Zukunft übersteigt, in der Leben nie wieder durch einen gewaltsamen Abbruch beendet werden wird.

Noch eindrücklicher als eine lineare Zuordnung der Abläufe scheinen mir die engen Korrespondenzen einzelner Motive der Psalmen mit verschiedenen Aspekten von Traumatherapien, von denen ich nur einige ausgewählte kurz anreißen kann.

Stil

Bis auf Ps 132 sind alle Lieder auffällig kurz. Sie werfen scharfe Schlaglichter auf konkrete Aspekte des Aufstiegswegs und spiegeln darin das Welterleben von Menschen wider, die einer Todeserfahrung entkommen sind: In der Grenzerfahrung ist die Kohärenz allen Geschehens zerfallen. Aktuelle Ereignisse wechseln unvermittelt mit Erinnerungen, Befürchtungen und Hoffnungen. Die Lieder nehmen dieses Schwanken zwischen Tod und Leben, die abrupten Umschwünge von Wahrnehmungen und Stimmungen mit zum Teil verstörenden Bildern auf und ringen darum, diesem Erleben erneut Kohärenz und Sinn zu geben, indem sie es immer wieder auf den Einen beziehen, der außerhalb

³⁹ Der Segen als dynamische Bewegung zwischen Gott, den an Ihn Glaubenden und der Welt wird besonders deutlich, wenn man die Bedeutungsspanne von נָרַךְ ernstnimmt, die zwischen „segnen“ und „loben“ oszilliert.

⁴⁰ Die Komplexität der dargestellten Aspekte geht sicherlich hier und da über die konkrete Aussage der besprochenen Psalmentexte hinaus, die ja aus ihrer jeweils individuellen Situation erwachsen. Gleichzeitig evozieren sie das größere Bild, das die Bibel von Gott und seinem Handeln mit dieser Welt zeichnet und das bei der Darstellung der mit der Traumatologie resonierenden Aspekte immer mitschwingt, ohne dass ich es jeweils ausführen kann. Um der Klarheit willen vor allem im Hinblick auf die Konsequenzen für die Praktische Theologie wollte ich auf die kurzen Zusammenfassungen jedoch nicht verzichten. Wer hier weiterdenken möchte, sei auf die oben angegebene Literatur verwiesen.

der Dynamik steht und bleiben wird, und der darum der einzige sichere Bezugspunkt ist, an dem der aus der Welt Gefallene anknüpfen und Orientierung gewinnen kann.

Der sichere Ort

Der erste Schritt aus der Todeswelt des Traumas zurück ins Leben ist das Finden und Aufsuchen eines sicheren Ortes. Dabei ist die Geflüchtete darauf angewiesen, dass andere ihm diesen Ort bereiten. Ein sicherer Ort besteht letztlich in sicheren Menschen, die Begegnung ermöglichen, ohne dass sich Erfahrungen von Manipulation und Gewalt wiederholen; Menschen, die verlässlich sind und die zutiefst Verunsicherten nicht wieder in ihrer Ohnmacht allein lassen.

Im Deuterahmen des jüdisch-christlichen Glaubens kann Gott zum idealtypischen sicheren Ort werden. Dafür stehen die vielen Bilder des Schutzes und der Geborgenheit, die den gesamten Psalter durchziehen und in unserer Psalmengruppe vor allem in Ps 121 u. 125 zum Tragen kommen. In Gottes liebevoll zugewandtem Blick erlebt die Ausgegrenzte und Erniedrigte, dass ihr Leid und ihr Schmerz solidarisch wahrgenommen werden. Gottes wohlwollend zugewandter Blick verheißt Leben.⁴¹ In einer heilsamen Beziehung, sei sie therapeutischer oder anderer Natur, muss das Erleben eines erneuten Machtgefälles *auf Kosten des Hilfesuchenden* unbedingt vermieden werden.⁴² Insofern ist Gott der ideale Therapeut, denn er hat keine Bedürfnisse, die er auf Kosten der Menschen befriedigen müsste. Im Gegensatz zu menschlichen Helfern, deren Altruismus nie völlig frei von – bewusstem oder unbewusstem – Eigennutz ist, kann Gott der Bedürftigen völlig selbstlos mit tatkräftiger Solidarität beistehen. In diesem Schutzraum kann die Geflüchtete Entspannung und erholsamen Schlaf finden, das auf beständige Wachsamkeit und Abwehr programmierte innere System zur Ruhe kommen. Zugleich spricht Gott ihr, der bisher jede Eigeninitiative verwehrt war, Verantwortung für ihr Leben in einem sicheren Rahmen zu: Das Haus will mit menschlichen Händen gebaut, die Stadt von menschlichen Wächtern bewacht werden. So ermächtigt er sie erneut zur verloren geglaubten Selbstwirksamkeit.⁴³

Heilsame Beziehungen

Gott als der sichere Ort findet seine wirksame Verwirklichung in der Gemeinschaft derer, die ihn in ihrer Mitte verehren und ihr Leben nach seinen guten Lebensregeln der *Gerechtigkeit des Erbarmens*⁴⁴ gestalten. Heilung kann nicht in der Isolation stattfinden. Der Mensch ist ein relationales Wesen und Heilung immer auch ein relationaler Prozess⁴⁵, ein interaktiver Vorgang zwischen dem Individuum und dem Kollektiv, dem es angehört.⁴⁶ So überlagern sich in den Psalmen die Ich- und Wir-Perspektiven. Die

⁴¹ Frank, Crüsemann, *Der Gewalt nicht glauben*, in: Crüsemann, Janssen et. al (hrsg): *Dem Tod nicht glauben*, S. 263.

⁴² Herman, S. 18.

⁴³ Herman, S. 184.

⁴⁴ Nach Moltmann, *Der Geist des Lebens*, S. 155.

⁴⁵ Augst, *Auf dem Weg*, S. 169.

⁴⁶ Frechette und Boase: *Defining „Trauma“ as a useful Lens*, S.15.

individuelle Geschichte ist vielfach verwoben mit der Geschichte der Glaubensgemeinschaft.⁴⁷

Gerechtigkeit

Neben dem sicheren, vor weiterer Gewalterfahrung schützenden Ort in der heilsamen Gemeinschaft sind Erfahrungen von Gerechtigkeit und Solidarität entscheidende Voraussetzungen für den Heilungsprozess.⁴⁸ Unterstützende Begleitung erschöpft sich nicht im neutralen Wahr- und Ernstnehmen des Berichteten, sondern ist parteiisch, stellt sich ausdrücklich auf die Seite des Opfers und bezeugt damit, dass das Unrecht wirklich geschah.⁴⁹ Viele Betroffene zweifeln aufgrund von Scham oder der Internalisierung der Täterlogik daran, dass ihnen wirklich oder in diesem Ausmaß Unrecht geschah.⁵⁰ Indem Gott selbst durch sein Rettungshandeln zeigt, dass er für sie ist, sie aus der Gewalt befreit und damit seine Solidarität mit den Opfern gegen alle Rechtfertigungsversuche der Täter bezeugt, versichert er sie auch ihres Rechts auf Gerechtigkeit.⁵¹

Rescripting – neue Deutehorizonte erschließen

Indem das traumatisch fragmentierte Geschehen erinnert und in eine größere Erzählung eingebettet wird, kann es eine neue Deutung erfahren. Hier liegt vielleicht der nachhaltigste Beitrag, den der jüdisch-christliche Glaube zur Überwindung traumatischen Erlebens und seiner Folgen anbieten kann.⁵² Die erzählende Erinnerung an das Geschehen kann aus der erstarrten Verhaftung im vergangenen Gewaltgeschehen lösen und den Blick öffnen für andere Erfahrungen der Vergangenheit und der Glaubensgemeinschaft, Erfahrungen der Rettung, der Befreiung und des gesegneten, gelingenden Lebens. Indem so die zerstörerische Erinnerung eingebettet wird in die größere Geschichte der Treue Gottes zu seinem Volk, die bis heute andauert, wird auch die Erinnerung rekonstruiert als Teil der umfassenden Geschichte Gottes mit dem Einzelnen und seiner Gemeinschaft. Indem die quälende Erinnerung als integraler Teil der eigenen Geschichte in die Gegenwart geholt wird, öffnet sich die Gegenwart selbst für die Zukunft, denn der Gott, der rettet und segnet, ist in Ewigkeit derselbe. Die utopisch anmutenden

⁴⁷ Hossfeld, Zenger, *Psalmen 101-150*, S. 403f.

⁴⁸ Herman, S. 286.

⁴⁹ Herman, S. 186.

⁵⁰ Frechette, *Destroying the Internalized Perpetrator*, S. 78.

⁵¹ Geradezu eingefordert wird Gottes Solidarität mit den Unterdrückten in den „Gerechtigkeitspsalmen“, wie Zenger die sog. Feind- oder Rache psalmen bezeichnen möchte, die mit ihren drastischen Bildern vor Gott Gerechtigkeit angesichts des himmelschreienden Unrechts dieser Welt einklagen und ihm die konkrete Ausführung des Gerechtigkeit herstellenden Gerichtshandelns überlassen. S. Erich Zenger, *Gewalt überwinden. Perspektiven des Psalmenbuchs*, in: Klara Butting, Gerard Minnaard, Thomas Nauwerth, Christian Reiser (hrsg.): *Träume einer gewaltfreien Welt*, Wittingen 2000, S. 51.

⁵² Michael Meyer-Blanck spricht davon, dass (traumatische) Erlebnisse durch theologische Deutung zu Erfahrungen werden können, zu „gedeutete[n], verarbeitete[n] Erlebnisse[n]“. M. Meyer-Blanck, *Traumatische Erlebnisse: Theologische Reflexionen*, in: WZM 52/2000, S. 68-77. S. a. Augst, S. 192-197. Dabei kann es nicht darum gehen, dem sinnlosen Gewaltgeschehen quasi gewaltsam einen Sinn zuschreiben zu wollen (Augst, S. 197). Gerade angesichts des leidenden Christus am Kreuz, der das sinnlose Leid der Welt am eigenen Leib auf sich nahm und aushielt, können wir mit den Betroffenen die ganze Wucht des Unsagbaren aushalten, ohne Abkürzungen in Scheinerklärungen und billigen Trost nehmen zu müssen (Meyer-Blanck, S. 76). Vor diesem Hintergrund wäre Religion letztlich nicht als Kontingenzbewältigung, sondern als Kontingenzbearbeitung zu verstehen (Augst, S. 24f).

Bilder eines bewahrten und gesegneten Lebens bilden heilsame Gegenbilder zu den Bildern des Schreckens, sie stärken den Lebenswillen und die Hoffnung. In diesem Sinne darf man wohl auch die idealtypischen Schilderungen gelingenden Lebens in den Aufstiegspsalmen lesen: heilsame Imaginationen des Lebens, wie es von der Schöpfung her gemeint war, wie es im Prozess der Heilung ansatzweise erfahren wird und wie es in Gottes Gnade einmal wieder vollkommen sein wird.⁵³

Wer auf diese Weise im Schalom angekommen ist, wie die ersten Lieder des Aufstiegspsalters reflektieren, dessen Augen öffnen sich zunehmend für das segnende Handeln Gottes im eigenen Leben und im Leben der Gottesgemeinschaft. Aus der Wahrnehmung von Gottes Leben schaffendem und Leben erhaltendem Handeln wächst eine Zukunftsperspektive, eine sinngebende Hoffnung über das eigene Leben und Überleben hinaus. Der dem Tode Entkommene erlebt, dass er selbst Teil des Leben schaffenden Segensstroms Gottes ist, der von ihm aus in die gesamte Schöpfung und die unendliche Zukunft strömt.

Impulse für die praktische Theologie

Noch kürzer als die Darstellung der Resonanzen zwischen dem Aufstiegspsalter und der Traumatherapie müssen einige Impulse ausfallen, die sich hieraus für die Praktische Theologie ergeben.⁵⁴ Ich möchte sie in einer Reihe von Anfragen an unsere Gemeindepraxis formulieren:⁵⁵

Wo bieten wir sichere Orte für Überlebende? Faktisch erfährt gerade in Verkündigung und Seelsorge häufig der Täter mehr Zuwendung und Solidarität, wo sich die Verkündigung auf den Zuspruch der Sündenvergebung beschränkt⁵⁶ oder wo Betroffene vor-schnell zur Vergebung aufgefordert werden, ohne dass sie selbst in ihrem Leid und ihrem Beschädigtsein in seinem ganzen Ausmaß vorkommen dürfen.⁵⁷ Dies führt immer wieder dazu, dass sich die Opfer von Gewalttaten entweder erneut den Gewaltstrukturen beugen oder dass sie um des eigenen Überlebens willen die Gemeinde verlassen (müssen), anstatt in der Gemeinschaft der Gottesleute eine heilsame Solidargemeinschaft gegen die Mächte des Todes zu finden.⁵⁸

Aus den Aufstiegsliedern erkennen wir, dass es keinen Segen ohne den Schalom, keinen Schalom ohne Gerechtigkeit gibt. Der Weg zum Heilwerden - des Einzelnen wie der Gemeinschaft - beginnt mit der öffentlichen Wahrnehmung des Unrechts als Unrecht, mit der Parteilichkeit für die Geschädigten und dem Anspruch an die Täter,

⁵³ Jost, *Debora*, S. 284 spricht von der Kraft utopischen Denkens als einer Form des Widerstands gegen die gewalthaften Realitäten der gegenwärtigen Welt.

⁵⁴ Ausführlich bei Augst, S. 156-207.

⁵⁵ Selbstverständlich sind hier immer die Grenzen des der Seelsorge Möglichen im Blick zu behalten und zu wahren. S. Augst, S. 207.

⁵⁶ S. dazu auch Moltmanns Hinweis auf die Unterscheidung zwischen ‚rechtfertigender‘ und ‚Recht schaffender‘ Gerechtigkeit Gottes. *Geist des Lebens*, S. 142

⁵⁷ Andrea Bieler, *Psalmengottesdienste als Klageräume für Überlebende sexueller Gewalt. Poimenische und liturgische Überlegungen*, in: *Evangelische Theologie* 60./2, 2000, S. 121.

⁵⁸ Cornelia Faulde: *Wenn frühe Wunden schmerzen. Glaube auf dem Weg zur Traumaheilung*, Mainz 2002, S. 156.

Verantwortung für ihre Taten und deren Folgen zu übernehmen.⁵⁹ Erfahren Betroffene in unseren Gemeinden echte Solidarität, die Empörung über das geschehene Unrecht nicht beschwichtigt, sondern sich in tätigem Einsatz für Gerechtigkeit konkretisiert?⁶⁰

Wo bietet die Gemeinde Raum zum Erinnern, zur Klage, zur Trauer? Wo darf das offensichtlich Sinnlose ausgesprochen werden und findet empathische Mit-Träger? Wo sind die Zeugen, in deren zugewandt wahr-nehmendem Blick das Geschehene überhaupt erst als real begriffen und bearbeitet werden kann? Signalisieren wir neben dem Anspruch des Glaubens und der Erwartung eines gelingenden Lebens im Segen Gottes auch den Zuspruch der Gnade, indem wir konkrete Barmherzigkeit mit den Grenzen eines dauerhaft geschädigten Daseins üben? Geben wir auch den Geschwächten und Begrenzten angemessene Möglichkeiten zur selbstbestimmten Beteiligung, anstatt sie in die Randzonen diakonischer Einrichtungen abzuschieben?

Wo bieten wir Räume, die Erinnerung des vergangenen Geschehens in die große Geschichte der Zuwendung Gottes zu seinen Menschen einzuschreiben? Wir brauchen Erzählungen von der Treue des segnenden Gottes, in denen sich der heimatlos gewordene Mensch bergen kann. Wir müssen wieder die großen Geschichten erzählen, die ungefiltert von den Schrecken der Todesverfallenheit sprechen, denen aber immer die Befreiungserfahrungen⁶¹ folgen und die den Ausblick in eine heile, lebenswerte Zukunft eröffnen.

Dies sind nur einige Anregungen, wie Gemeinde Gottes (wieder) ein Raum werden könnte, in dem von Gewalt Betroffene und Gezeichnete eine Neubewertung ihrer Erfahrungen im Horizont des Glaubens an den Gott des Lebens vornehmen können, der für sie ist. Inzwischen hat die Theologie u. A. die Klagepsalmen als Räume für traumatisierte Menschen in Seelsorge und Liturgie entdeckt.⁶² Die Aufstiegspsalmen können das Repertoire erweitern und den Bildern der Klagepsalmen neue Dimensionen zufügen. Neben die flashbackartigen Bilder erlittener Gewalt stellen sie Bilder des gelingenden Lebens als „Flash-aheads“, die Resilienz gegen neue Bedrohungserfahrungen stärken können und das eigene, begrenzte und beschädigte Leben auf die Zukunft hin übersteigen.

Abstract

In recent years the subject of trauma, its effects and ways of coping has found its way into theological studies as a new hermeneutical key to notoriously “difficult” passages. This has also led to the discovery of a variety of biblical texts as resources for dealing with the consequences of traumatic experiences. Using insights from trauma therapy the author reads the small group of Psalms 120-134, the so-called Psalms of Ascent, as

⁵⁹ Hier kann z. B. das leidenschaftliche Eintreten der Propheten für die Abgehängten und Ausgebeuteten ein biblisches Resonanzfeld bieten. S. a. Augst S. 205.

⁶⁰ Selbstverständlich ist dabei die Privatsphäre Betroffener unbedingt zu wahren und eine öffentliche Thematisierung konkreter Geschehnisse nur auf deren ausdrücklichen Wunsch und in enger Absprache anzustoßen. Doch schon eine gelegentliche allgemeine Wahrnehmung von Unrecht und der Zuspruch von Gottes Solidarität und Beistand kann Räume öffnen, in denen die Beschädigten und Beschämten erleben: Hier darf ich sein!

⁶¹ Zum Verständnis von „Erlösung“ als „Befreiung“ s. Moltmann, Geist des Lebens, S. 111-117.

⁶² S. z. B. Andrea Bieler, *Psalmengottesdienste als Klageräume für Überlebende sexueller Gewalt. Poimenische und liturgische Überlegungen*, in: *Evangelische Theologie* 60./2, 2000, S. 117-130.

a way of escape, healing and new orientation after a profound experience of near-death. After presenting several striking resonances between the psalms and different aspects of traumatology, she offers some proposals as to how the church might become a healing environment for survivors.