

Schuld? - Sünde?

Schuld? Sünde? Ein Thema, mit dem wir tagtäglich konfrontiert werden. Was ist Schuld? Wann ist man schuldig oder fühlt man sich schuldig? Was ist Sünde? Wann ist man ein Sünder/ eine Sünderin?

Es gibt viele Redewendungen, z.B. Man lässt sich etwas zuschulden kommen, oder man ist sich keiner Schuld bewusst. Man gibt jemandem die Schuld. Man sucht einen Schuldigen z.B. für einen Misserfolg oder für einen Unfall.

Was löst Schuldgefühle aus? Wie kann man mit Schuldgefühlen umgehen? Was haben falsche oder unbegründete Schuldgefühle für Folgen?

Das Thema ist uferlos. Ein paar Beispiele sollen die riesige Bandbreite des Themas zeigen:

- Der Ukrainekrieg: Wer trägt die Schuld dafür? Jede Kriegspartei erklärt die andere für schuldig. Die Nicht-direkt-Beteiligten weisen einer Partei die Schuld zu.
- Extreme Strafen im Iran oder in Afghanistan, wenn Frauen ihre Kleidung nicht ganz nach den religiösen Vorschriften tragen. Diese Frauen werden für so schuldig erklärt, dass man ihnen zum Teil sogar das Recht auf Leben abspricht.
- Kinder, die sich schuldig fühlen, wenn die Eltern sich streiten oder wenn die Eltern keine Zeit für sie haben.

(Auf das dritte Beispiel komme ich beim Thema Schuldgefühle zurück. In meiner Praxis werde ich immer wieder mit den Spätfolgen solcher Situationen konfrontiert. Das war der eigentliche Auslöser dafür, dass ich das Thema vorschlug.)

Definitionen der Begriffe nach dtv-Lexikon:

Schuld [ahd. sculd zu >sollen<]

ist das Bewusstsein, gegen Gebote der Pflicht oder gegen eine sittliche Norm bewusst verstossen zu haben. Das (auf einer Verfehlung beruhende) *Schuld-Gefühl* wird einerseits auf einen *immanenten Gerechtigkeitssinn* zurückgeführt (J. Rawls¹), der besonders auf die Verletzung von Beziehungen des gegenseitigen Vertrauens hinweise; es wäre damit das Kennzeichen einer unzureichenden Persönlichkeit. Demgegenüber verstehen die frühe Psychoanalyse (S. Freud²) und die ihr z. T. folgende neuere Gesellschaftskritik das *Schuld-Gefühl als neurotische Störung* (Angst des Ich vor dem Über-Ich). Die christliche Ethik sieht *Schuld besonders als Verfehlung gegen Gott*, damit als Sünde, die grundsätzlich jedoch im Kreuz Christi getilgt ist. Nach katholischer Lehre ist diese Tilgung durch Bekenntnis und Umkehr (Reue, Beichte), nach protestantischer Lehre allein durch Glauben (sola fide) in der Rechtfertigung möglich. (dtv-Lexikon)

Sünde [ahd sunta]

ist die *ethische Schuld nach ihrem religiösen Verständnis*, im engeren Sinn *jede Störung des Verhältnisses zu Gott*. Während Sünde im A. T. mehr als kollektive Verletzung des Bundes mit Gott durch das auserwählte Volk verstanden wurde, wird im N. T. die Gesinnung des einzelnen als Ort der Sünde betont. Für Paulus ist Sünde eine alle Menschen beherrschende Macht, der sie seit der Ursünde

¹ John Rawls (1921-2002) war ein US-amerikanischer Philosoph. Sein Hauptwerk: „A Theory of Justice“ (Freie und gleiche moralische Personen einigen sich auf Gerechtigkeitsgrundsätze, die das Leben in der Gesellschaft regeln.)

² Sigmund Freud (1856-1939) war ein österreichischer Arzt, Neurophysiologe, Tiefenpsychologe, Kulturtheoretiker und Religionskritiker. Begründer der Psychoanalyse.

Adams verfallen sind (Röm. 5, 12ff). Damit gab er Anstoss zur Lehre von der Erbsünde, die von Augustinus³ (und den Reformatoren) und Anselm von Canterbury⁴ weiter ausgebildet wurde. Nach Lehre der katholischen Moraltheologie hängt die sittliche Qualität eines Verhaltens von dessen Gegenstand, der Zielsetzung und den Umständen ab. Im Gegensatz zum lässlichen Vergehen führt das Übertreten eines Gottesgebots mit voller Einsicht und freiem Willen (Todsünde) zum Verlust der heiligmachenden Gnade, die durch Empfang des Buss sakraments oder wenigstens vollkommene Reue wiedergewonnen werden kann.

Während die Kasuistik sich früher mehr den Einzelgeboten zuwandte, sieht die neuere Moraltheologie die Einzel-Sünde eher als Symptom einer wesentlich sündhaften Haltung. Ähnlich meinen die sieben Hauptsünden nicht so sehr Einzelsünden als vielmehr die entsprechende *sittlich schlechte Haltung*, aus der dann Einzelsünden hervorgehen. Die Sünde wider den Hl. Geist ist nach Mt. 12, 31f. die einzige unvergebliche Sünde; sie besteht in der bewusst freiwilligen, hartnäckigen Zurückweisung der göttlichen Wahrheit, die ihrer Natur nach von der Gnade ausschliesst.

Die evangelische Theologie betont als das Wesen der Sünde den *Widerspruch des Menschen gegen Gottes Allmacht und Willen*. In ihrem Verständnis der Sünde ist sie geschichtlich von unterschiedlichen Positionen bestimmt worden. So haben die Reformatoren besonders die menschliche Unfähigkeit betont, sich aus eigener Kraft vom Unglauben zu lösen, mithin die Vorstellung von *Erbsünde*. Der Rationalismus hingegen lehnte die Lehre von der Erbsünde ab, weil sie mit dem Gedanken der Weisheit, Güte und Gerechtigkeit Gottes nicht vereinbar sei, andererseits aber auch, weil sie nicht in sein moralisch-optimistisches Bild von Mensch und Geschichte passte.

Für die verschiedenen theologischen Strömungen des 19. Jh. war Sünde der Gegenbegriff zur religiös und/oder ethisch verstandenen Sittlichkeit.

In der Gegenwart wird Sünde in Hinblick auf die reformatorischen Anschauungen verstanden, doch auch als *Versagen personaler Verantwortlichkeit gegenüber Gott und den Mitmenschen*. (dtv-Lexikon)

Erbsünde, lat. Peccatum originale oder originalis,

nach christlicher Lehre die durch den Sündenfall Adams und Evas bewirkte *Sündhaftigkeit des Menschengeschlechtes*. [Adam und Eva stehen also symbolisch für das ganze Menschengeschlecht.]

Nach katholischer Glaubenslehre ist die Erbsünde wesentlich ein *angeborener Mangel an heiligmachender Gnade*; als ihre Folgen gelten der Verlust der leiblichen Unsterblichkeit und die Schwächung der natürlichen Fähigkeit zum Guten, besonders durch sinnliche Leidenschaft. Der eigene Gnadenmangel durch die Erbsünde wird zwar als schuldhaft angesehen, aber von dem durch die eigene Todsünde bewirkten unterschieden. Ausgenommen von der Erbsünde blieben nur Jesus als Gottmensch und Maria.

Nach evangelischer Auffassung ist Erbsünde *Ausdruck der vom Menschen irreparabel verfehlten Stellung zu Gott*; der Gedanke einer vererbten Schuld ist Gegenstand theologischer Kritik. (dtv-Lexikon)

Todsünde, schwere Sünde,

ist in der katholischen Theologie: die Übertretung eines göttlichen Gebotes in klarer Einsicht und voller Freiheit des Handelns. (dtv-Lexikon)

Hauptsünde

ist in der Moraltheologie der aus wiederholten Tatsünden entstehende sündhafte Hang (Laster).

³ Augustinus von Hippo (354-430) war ein römischer Bischof und Kirchenlehrer.

⁴ Anselm von Canterbury (um 1033-1109) war ein Theologe, Erzbischof und Philosoph des Mittelalters.

Hauptsünden sind seit Gregor d. Gr.⁵: Hoffart, Neid, Zorn, Traurigkeit (Trägheit, Acedia), Habsucht, Unmässigkeit, Unkeuschheit; als Wurzel aller Hauptsünden gilt der Hochmut. (dtv-Lexikon)

Sünde als christlich religiös konnotierter Begriff

Sünde ist also in erster Linie ein christlich religiös konnotierter Begriff und wird je nach der christlichen Glaubensrichtung etwas anders verstanden. Sünde bedeutet eigentlich „Verfehlung“. Er bezeichnet den unvollkommenen Zustand des von Gott getrennten Menschen und seine falsche Lebensweise, d.h. das Übertreten von der göttlichen Gesetzesordnung oder das Herausfallen aus der göttlichen Gesetzesordnung, oder kurz gesagt: „Sünde ist die Übertretung eines religiösen Gebotes oder Verbotes.“

[In andern Religionen gibt es, soweit es mir bekannt ist, den Begriff der Sünde nicht. Man versucht, die Gottheit oder die Gottheiten gnädig zu stimmen durch Opfer, Verdienste usw.

Im Hinduismus und andern vedischen Religionen spricht man von **Karma**. Es gibt Handlungen, die das Karma positiv oder negativ beeinflussen. Das Karma bezeichnet ein spirituelles Konzept, nach dem jede physische wie geistige Handlung unweigerlich eine Folge hat, die sich auf das persönliche Leben auswirkt. Diese Folge muss nicht unbedingt im gegenwärtigen Leben wirksam werden, sondern sie kann sich möglicherweise erst in einem zukünftigen Leben manifestieren.

Karma entsteht durch eine Gesetzmässigkeit; Karma ist ein Ursache-Wirkungs-Prinzip. Es hat mit einer Beurteilung durch einen Weltenrichter oder Gott nichts zu tun.]

Sünde als falsche Handlung, als Verstoss

Umgangssprachlich werden viele Begriffe nicht im ursprünglichen Sinn verwendet. So ist es auch mit dem Begriff Sünde. Man sieht darin die Durchführung einer Handlung, die negative Auswirkungen hat, und diese Handlung geschieht wider besseres Wissen, d.h. also eine falsch angesehene Handlung oder ein Verstoss, ohne dass damit eine theologische Aussage impliziert wäre.

In trivialistischer Form, also im Volksmund, begegnet uns der Begriff z.B. beim Verstoss gegen Diätvorschriften („gegen die Linie sündigen“), beim Verstoss gegen Kleider-Ästhetik-Vorstellungen („Modesünde“) oder beim Verstoss gegen Verkehrsregeln („Parksünder“) usw.

Es gibt Jugendsünden, Steuersünden, Umweltsünden, Bausünden, den Sündenbock, den Sündenpfuhl und so weiter und so fort.

Der Begriff Sünde hat scheinbar keinen religiösen Kontext mehr. Für mich stellt sich aber die Frage: Ist Sünde einfach nur aus dem christlichen Kontext herausgenommen worden? Sind neue Gebote und Vorschriften zur Religion geworden? Und die Übertretung dieser neuen Religionen ist Sünde?

Durch Sünden kommen andere Mitmenschen und/oder der Sünder selbst direkt oder indirekt zu Schaden. Somit löst der Sünder nicht nur durch die Übertretung selbst Schuld aus, sondern er wird auch durch ihre Folgen der begangenen Sünde mit einer Schuld behaftet.

Zwei Formen von Schuld

1. Die Schuld *als Ursache von* etwas Unangenehmem, Bösem oder von einem Unglück, d.h. für etwas Unangenehmes, Böses oder ein Unglück verantwortlich sein oder die Verantwortung haben.
„Die Schuld für das Unglück liegt bei ihm.“ oder „Man macht jemanden für etwas verantwortlich.“
2. Schuld kann *ein bestimmtes Verhalten oder eine bestimmte Tat* sein, womit man gegen Werte oder Normen verstösst, d. h. begangenes Unrecht, sittliches Versagen, strafbare Verfehlungen.

⁵ Gregor der Grosse (540-604) war von 590-604 Papst. Er ist einer der grossen Kirchenväter der Spätantike.

Damit ist eine persönliche oder eine kollektive Schuld gemeint: „Er hat eine schwere Schuld auf sich geladen.“ oder „Sie haben sich ein Vergehen zuschulden kommen lassen.“

Schuld bei „aussergewöhnlichen“ Menschen?

Roman von F. M. Dostojewski⁶: „Schuld und Sühne“, 1866. These:

Die aussergewöhnlichen Menschen haben Rechte über gewöhnliche Menschen. Aussergewöhnliche Menschen haben das Recht und die moralische Pflicht, die gewöhnlichen Menschen zu ihren höheren Zwecken zu gebrauchen.

oder in meinen Worten gesagt: Für aussergewöhnliche Menschen gelten eigene Rechte, und sie werden nicht schuldig.

Raskolnikow, die Hauptfigur im Roman, entwickelt die Idee eines ‚erlaubten Mordes‘; dies aufgrund seiner Theorie von den ‚aussergewöhnlichen‘ Menschen, die im Sinne des allgemein-menschlichen Fortschritts natürliche Vorrechte geniessen. Er selbst sieht sich als solchermassen Privilegierter.

Im Roman erschlägt er eine alte Pfandleiherin. Nach dem Mord findet er keine Ruhe mehr.

Das war 1866. Und heute? Heute gibt es verschiedene Staatsoberhäupter, die sich als aussergewöhnliche Menschen betrachten und wahrscheinlich keine Schuldgefühle kennen.

Schuldgefühle

ist eine negative internale⁷ moralische Emotion. Diese Emotion, dieses Gefühl entsteht, wenn Normen oder moralische Pflichten verletzt werden oder wenn sozial unerwünschte Handlungen begangen werden (z. B. Verstoss gegen ein sittliches oder religiöses Gebot); dieses Schuldgefühl entsteht unabhängig davon, ob eine äussere Strafe angedroht wird oder nicht.

Es ist ein Schlüsseffekt in der Entwicklung persönlicher und sozialer Verantwortlichkeit und des Gewissens.

[Ich frage mich: Haben diese eben erwähnten Staatsoberhäupter kein Gewissen? Haben diese Leute eine bestimmte kindliche Entwicklungsstufe verpasst?]

In der psychoanalytischen Entwicklungstheorie von E. Erikson⁸ bildet sich im 4. bis 5. Jahr der Entwicklung die Entwicklungsstufe „Initiative vs. Schuldgefühl“, eine Identität bildende Stufe: Es besteht eine Identifikation mit den Eltern, die als gross und mächtig wahrgenommen werden (Ödipus-Komplex⁹). Dadurch bilden sich das Gewissen, Interessen, Einstellungen und geschlechtsspezifische Verhaltensweisen heraus. Das Kind lernt zugleich, sich einen eigenen Weg zu bahnen, die Initiative zu ergreifen, Ziele zu verwirklichen und mit andern zu konkurrieren. Das Kind wird jedoch durch soziale Normen und (z.T. rigide Erziehung) eingeschränkt. Es kommt in einen Konflikt. Dieser Konflikt kann Resignation, Schuldgefühle und Angst verursachen.

Das Gehirn des Kindes ist noch nicht fertig entwickelt. Für das Kind sind in den meisten Fällen die Eltern die wichtigsten Bezugspersonen. Das Kind kann noch nicht reflektieren und erkennen, wenn

⁶ Fjodor Michailowitsch Dostojewski (1821-1881) gilt als einer der bedeutendsten russischen Schriftsteller.

⁷ External bedeutet, dass die Aufmerksamkeit auf die Umwelt gerichtet wird, während bei einer internalen Ausrichtung Bewegungen und Gefühle des Körpers in den Fokus rücken.

⁸ Erik H. Erikson (1902-1994) war ein deutsch-amerikanischer Psychoanalytiker und Vertreter der psychoanalytischen Ich-Psychologie. Stufenmodell der psychosozialen Entwicklung.

⁹ Der Ödipuskonflikt oder Ödipuskomplex ist ein psychoanalytisches Erklärungsmodell der konflikthafter Entwicklung im frühen Kindesalter, das von Sigmund Freud entwickelt wurde und seitdem durch vielfältige Diskurse innerhalb und ausserhalb der Psychoanalyse verschiedene Modifikationen erfuhr. Nach heutigem Verständnis beschreibt der Ödipuskonflikt die Gesamtheit aller Liebes- und Hassgefühle und der sich daraus entwickelnden Schuldgefühle eines Kindes als Resultat der erlebten personalen Beziehungen, einschliesslich der unbewussten intersubjektiven und familiendynamischen Vorgänge.

Eltern Fehler machen oder wenn sie gestresst sind oder dass die Eltern Probleme haben.

1. Bsp.: Wenn diese Eltern das Kind vernachlässigen, so glaubt das Kind, es liege an ihm selbst. Es sei seine Schuld, dass es nicht geliebt werde, und es folgert: Ich bin es nicht wert, geliebt zu werden. Oder noch schlimmer: Ich bin nichts wert. Mit diesen Gedanken und Schuldgefühlen wird sein Hirn geprägt. Die daraus folgenden Verhaltensmuster ziehen sich ins Erwachsenenalter weiter: Es wird alle Erwartungen erfüllen wollen; es wird allen alles Recht machen wollen; es wird keine oder nur zögerlich eine Beziehung eingehen, aus Angst, verletzt zu werden usw.

2. Bsp.: Wenn sich die Eltern streiten, glaubt das Kind, es sei seinetwegen. Es fühlt sich schuldig.

Schuldgefühle sind unangenehm und können belastend sein. Sofern sie adaptiv, also nachvollziehbar und der Situation angemessen sind, sind sie wichtige moralische Emotionen und können helfen, zwischenmenschliche Beziehungen zu verbessern. Sind die Schuldgefühle maladaptiv, also irrational und unangemessen, und halten über längere Zeit an, so können diese Emotionen gesundheitliche Folgen haben z.B., was häufig der Fall ist, bereits bei Jugendlichen oder erst im späteren Erwachsenenalter zu mangelndem Selbstwertgefühl und zu Ängsten und Depressionen führen.

Es gibt immer wieder Erwachsene, die meine Psychiatrie-Praxis aufsuchen, die an den Folgen von maladaptiven Schuldgefühlen aus der Kindheit leiden. Das war der Auslöser dafür, dass ich das Thema „Schuld? – Sünde?“ gewählt habe.