

# 1. Vorüberlegungen

## 1.1 Einleitung

Was ist der Mensch? Was ist Seelsorge? Diese beiden Fragen stehen am Anfang des Weges, der in diesem Buch beschritten wird. In den folgenden Vorüberlegungen versuche ich jeweils eine Antwort auf diese beiden Fragen zu geben, indem ich eine zweifache Standortbestimmung vornehme. Zum einen beschreibe ich das meinem Modell von *Psycho-Sozialer Begleitung* traumatisierter Menschen im Allgemeinen und dem Modell *Wandlungs-Räume* einer traumasensiblen Seelsorge im Besonderen zugrundeliegende Menschenbild. Es speist sich aus dem von mir noch einmal um die Dimension der „Spiritualität“ erweiterten „erweiterten biopsychosozialen Modell“ nach Josef W. Egger, den Gedanken von Henning Luther zur fragmentarischen Identität des Menschen und ihrer Weiterführung durch Andrea Bieler. Aus dieser Verbindung entsteht eine ganzheitliche Anthropologie im Spannungsfeld von Verwundbarkeit (Vulnerabilität), Fragmentarität und Kohärenz.

Zum anderen stelle ich mein allgemeines Verständnis von Seelsorge dar, das das pastoralpsychologische Modell von Isidor Baumgartner und den systemischen Seelsorgeansatz von Christoph Morgenthaler mit neurobiologischen Erkenntnissen zu einem ebenfalls ganzheitlichen Seelsorge-Ansatz verbindet. Ich vertrete in der vorliegenden Arbeit die Grundthese, dass für jegliche Form professioneller *Psycho-Sozialer Begleitung* von Menschen, ich würde sogar sagen für jede Form professioneller Arbeit mit Menschen, eine neurobiologische Fundierung unverzichtbar ist. Warum ich dies so vertrete, wird im Laufe der folgenden Kapitel an den verschiedensten Stellen deutlich werden.

## 1.2 Vorüberlegungen zum Menschenbild: *Der verwundbare Mensch im Spannungsfeld zwischen Fragment und Kohärenz*

### 1.2.1 Biblisches Menschenbild und das *bio-psycho-sozio-spirituelle Modell*

In den Schriften der hebräischen Bibel finden sich bestimmte Sichtweisen auf den Menschen.<sup>2</sup> Wichtig für das in diesem Buch vertretene Menschenbild ist zum einen, dass es grundlegend für eine biblische Anthropologie ist, dass sie eine „theologische Anthropologie“ ist, d.h. das Wesen des Menschen wird zuallererst in seiner

---

<sup>2</sup> WOLFF (2010): *Anthropologie*.

Geschöpflichkeit gesehen.<sup>3</sup> Zum anderen finden wir in der hebräischen Bibel laut Bernd Janowski ein „ganzheitliche[s] Menschenbild“, das er „dichotomischen (Leib/Seele) und trichotomischen (Leib/Seele/Geist)“ Menschenbildern, wie sie im griechischen Denken der damaligen Zeit vorherrschen, gegenüberstellt.<sup>4</sup> Charakteristisch für dieses Bild vom Menschen ist ein „enge[r] Zusammenhang zwischen Körperorgan/-funktion und emotionalen/verstandesmäßigen Erlebnishorizonten“: „So können Begriffe für Körperorgane wie das ‚Herz‘ emotionale wie verstandesmäßige Vorgänge bezeichnen (Spr 23,16 u.a.) und umgekehrt können soziale oder psychische Konflikte bestimmte Körperorgane wie die ‚Nieren‘ in Mitleidenschaft ziehen (Ps 73,21 u.a.).“<sup>5</sup>

Diese „Leibsphäre“ ist ebenfalls untrennbar verbunden mit der „Sozialsphäre“ eines Menschen und das entspricht dem damaligen kollektivistischen Persönlichkeitsmodell der mediterranen Gesellschaften des 1. Jahrhunderts n.Chr., in denen das Neue Testament entstanden ist.<sup>6</sup> Der Mensch wird nie isoliert betrachtet, sondern immer in seinen sozialen Zusammenhängen. Eine Betrachtungsweise, wie wir sie heute insbesondere in der systemischen Theorie und Praxis finden (s. Kapitel 2.3.4), die auch für die Seelsorge fruchtbar gemacht werden kann (s. Kapitel 1.3). Janowski spricht von einem „konstellativen Personenbegriff“, d.h. dass „einerseits ... der menschliche Körper als eine konstellative, d.h. aus einzelnen Teilen oder Gliedern zusammengesetzte Ganzheit gedacht wird; andererseits bedeutet menschliches Leben die Eingebundenheit in soziale Zusammenhänge oder Rollen“.<sup>7</sup> Mit Silvia Schroer und Thomas Staubli kann man von einer „leibbezogenen biblischen Anthropologie“ sprechen, die in der hebräischen Bibel wie im Neuen Testament zu finden ist.<sup>8</sup> Der Neutestamentler Gerd Theißen spricht von „Seelenorganen“ bzw. „Organseelen“, was diese Körper-/Leibbezogenheit sehr schön sprachlich zum Ausdruck bringt.<sup>9</sup>

Man kann somit über die eher körper- und leib,feindlichen“ Einflüsse antiken griechischen Denkens hinweg<sup>10</sup> eine Brücke schlagen von diesen ganzheitlichen biblischen anthropologischen Sichtweisen hin zu heutigen ganzheitlichen Menschenbildern in den Human- und Sozialwissenschaften. Für das in diesem Buch

<sup>3</sup> SCHOER/STAUBLI (1998): *Die Körpersymbolik der Bibel*, 1.

<sup>4</sup> JANOWSKI (2012): *Was ist der Mensch*, in: KATHOLISCHES BIBELWERK (Hrsg.) (2012): *Der Mensch*, 4–9, 4–5.

<sup>5</sup> JANOWSKI (2012): *Was ist der Mensch*, in: KATHOLISCHES BIBELWERK (Hrsg.) (2012): *Der Mensch*, 6. S. hierzu ausführlich: WOLFF (2010), *Anthropologie*.

<sup>6</sup> Gute Einsichten in die damalige Zeit gibt das Buch: MALINA, Bruce J. (1993): *Die Welt des Neuen Testaments. Kulturanthropologische Einsichten*, Kohlhammer Verlag; Stuttgart.

<sup>7</sup> JANOWSKI (2012): *Was ist der Mensch*, in: KATHOLISCHES BIBELWERK (Hrsg.) (2012): *Der Mensch*, 4–9, 7.

<sup>8</sup> SCHOER/STAUBLI (1998): *Die Körpersymbolik der Bibel*, 15–43.

<sup>9</sup> THEIßEN (2007): *Erleben und Verhalten*, 61.

<sup>10</sup> Martin Rösel zeigt in RÖSEL (2012): *Von der Kehle zur Seele*, in: KATHOLISCHES BIBELWERK (Hrsg.) (2012): *DER MENSCH*, 30–35, auf, wie durch die Übersetzung der hebräischen Bibel ins Griechische, der Septuaginta, im 3. Jhd. v.Chr. hebräische Begrifflichkeiten eine Wandlung erfuhren durch veränderte inhaltliche Konnotationen der einzelnen Begriffe.

vertretene Konzept einer *Psycho-Sozialen Begleitung* traumatisierter Menschen u.a. in Form von Psychotherapie, Beratung, Pädagogik und Seelsorge ist das sog. „erweiterte biopsychosoziale Modell“ grundlegend.<sup>11</sup>

Bio-psycho-sozial bedeutet in diesem erweiterten Modell, dass das System „Mensch“ eine biologische und psychologische Funktions-Einheit („Leib-Seele-Funktionseinheit“ und „dynamisches System“) eingebettet in ein soziales System (Bindungen und Beziehungen) darstellt, womit die alte Dichotomie bzw. Trichotomie von Materie bzw. Körper und Geist (und Seele) oder neurowissenschaftlich ausgedrückt Gehirn und Geist aufgehoben ist zugunsten eines funktionalen (nicht monistischen!) Einheitsmodells in einem sozialen Kontext.<sup>12</sup> Der Mensch ist Materie und Seele und Geist. Er ist ein biologisches, psychisches (geistbegabt) und soziales (sozio-kulturell und systemisch-ökologisch) Lebewesen mit einem Bewusstsein seiner selbst, ein „beseelter Leib“<sup>13</sup>, ein „verkörpertes Subjekt und Lebewesen“<sup>14</sup>. Eine ähnliche Sichtweise findet sich in dem Konzept des „embodiment“.<sup>15</sup>

So auch der Psychiater und Philosoph Thomas Fuchs in seinem ganzheitlichen, personalen und intersubjektiven Menschenbild, der von einer Verkörperung des Lebendigen („Verkörperte Subjektivität“) und einem „Doppelaspekt von Leib und Körper“ (personal und intersubjektiv) spricht. Für ihn sind alle Lebensäußerungen integrale Lebensäußerungen des Gesamtlebewesens Mensch („Integralität der Lebensäußerungen“), nicht in reduktionistischer Weise reduzierbar auf neuronale Vorgänge, jedoch auf ihnen basierend.<sup>16</sup>

Dieses „erweiterte biopsychosoziale Modell“ vom Menschen, wie es inzwischen vielfach in neuesten Ansätzen und Theoriemodellen in den Human- und Sozialwissenschaften als anthropologische Grundlage dient, wird von mir im Sinne eines ganzheitlichen Verständnisses von Wirklichkeit noch einmal erweitert um eine weitere wichtige Dimension vom Menschen als einem spirituellen (d.h. sinnsuchenden und transzendierenden) Lebewesen.<sup>17</sup> Die bekannten Psychotraumatologen

<sup>11</sup> EGGER (2015): *Integrative Verhaltenstherapie*, 53–83, bes. 65–70.

<sup>12</sup> EGGER (2015): *Integrative Verhaltenstherapie*, 68.

<sup>13</sup> WENKE (2008): *Im Gehirn*, 8.

<sup>14</sup> FUCHS (2017): *Das Gehirn*, 95.

<sup>15</sup> Zum Konzept des Embodiment s. STORCH et al. (2010): *Embodiment*. „Sämtliche menschliche Erfahrungen sind Inkarnierungen, das heißt körperlicher Natur“, so auch der Psychotraumatologe Peter Levine (LEVINE [2013]: *Sprache ohne Worte*, 329).

<sup>16</sup> FUCHS (2017): *Das Gehirn*, Zitate: 95, 99 und 223–224. „Der menschliche Körper ist lebendig und damit auch geistig; der menschliche Geist ist lebendig und damit auch körperlich“ (ebd. 297).

<sup>17</sup> Ich definiere Spiritualität als eine Deutung meiner Person und meines Verhaltens (BASK-Modell, s. Kapitel 2.2) als eingebettet in einen über meine individuelle Existenz und deren Re-Konstruktionen von Wirklichkeit hinausgehenden Sinnzusammenhang, der für mich einen hohen Wert und daraus begründete ethische Folgen für mein Verhalten hat. Spiritualität kann weltimmanent- (z.B. humanistisch-ethisch) oder transzendenzbezogen (z.B. religiös) sein. Für den Zusammenhang von (christlicher) traumasensibler Seelsorge kann man sagen, dass „Spiritualität in Form des Glaubens an eine wie auch immer geartete höhere Macht, die mir wohlgesonnen ist und in mein Leben eingreifen kann [...] als einer der

van der Kolk, McFarlane und van der Hart bringen es auf die einfache Formel, dass „Menschen [...] sinn- und bedeutungsstiftende Geschöpfe“ sind.<sup>18</sup> Ich gelange somit zu einem *bio-psycho-sozio-spirituellen Menschenbild*, das grundlegend ist für das hier vorgelegte Modell einer traumasensiblen Seelsorge (wie es auch insgesamt grundlegend für mein Verständnis von *Psycho-Sozialer Begleitung* überhaupt ist, s. Kapitel 1.3.4).<sup>19</sup>

## 1.2.2 Henning Luther: Leben als Fragment

- 1.) Jedes Stadium der Ich-Entwicklung stellt immer auch einen Bruch, Verlust dar (und nicht nur Wachstum und Gewinn). Insofern sind wir immer auch die Ruinen unserer Vergangenheit. In Krisen wird dieser normale Tatbestand nur dramatisch erfahrbar.
- 2.) In jedem Stadium der Ich-Entwicklung sind wir immer aber auch Ruinen der Zukunft, Baustellen, von denen wir nicht wissen, ob und wie an ihnen weitergebaut wird; wir wissen immer nur, daß der Bau noch nicht vollendet ist. Gegen die Erstarrung steht die Sehnsucht, die Bewegung der Selbsttranszendenz.
- 3.) In jedem Stadium der Ich-Entwicklung sind wir durch andere in Frage gestellt. In jeder Begegnung mit anderen wird unsere Identität neu herausgefordert. Das Beharren auf einer sich gleichbleibenden Identität wird durch die Erfahrung der Differenz erschüttert.<sup>20</sup>

Mit obigen Worten fasst der evangelische Praktische Theologe Henning Luther seinen Aufsatz „Identität und Fragment“<sup>21</sup> zusammen. Mit seinem Werk kam ich das erste Mal während einer persönlichen Einkehrwoche in Berührung. Seitdem begleiten mich vor allem seine Ausführungen in dem besagten Aufsatz. Sie haben mein im vorhergehenden Kapitel dargestelltes Menschenbild akzentuiert und vertieft. Auch lassen sie sich sehr gut in Bezug zu Trauma und Traumatisierung setzen. Seine Inspirationen für das eigene Modell kann man an den in besagtem Aufsatz zu findenden zentralen Begriffen „Fragment“, „Ruinen der Vergangenheit und der Zu-

---

stärksten Resilienzfaktoren überhaupt identifizier[t werden kann ...] und mittlerweile gibt es Forderungen, Spiritualität als vierten Faktor in das biopsychosoziale Modell zu integrieren“ (BAIERL/FREY [2016]: *Praxishandbuch*, 69). So auch PARGAMENT (2011): *Spiritually Integrated Psychotherapy*, X: „The field of psychology, I believe, is in need of a unified perspective of human behaviour, one that expands the biopsychosocial perspective to a *biopsychosociospiritual perspective*.“

<sup>18</sup> VAN DER KOLK et al. (2000): *Ein allgemeiner Ansatz*, in: VAN DER KOLK et al. (2000): *Traumatic Stress*, 324. Auch in dem für meinen Ansatz bedeutsamen „Salutogenese-Modell“ von Aaron Antonovsky gibt es die Dimension der „Sinnhaftigkeit“ als konstitutiv für die menschliche Existenz (s. Kapitel 2.4.1).

<sup>19</sup> In KIRSCHT (2014): *Das Emmaus-Weg-Modell*, 88–94 und 183–194, wird dieses ganzheitliche bio-psycho-sozio-spirituelle Verständnis vom Menschen ausführlich dargestellt.

<sup>20</sup> LUTHER (2014): *Identität und Fragment*, in: LUTHER (2014), *Religion und Alltag*, 173.

<sup>21</sup> LUTHER (2014): *Identität und Fragment*, in: LUTHER (2014), *Religion und Alltag*, 160–182.

kunft“, „Schmerz“ und „Sehnsucht“ sowie der Trias „Trauer, Hoffnung und Liebe“ als Wesensmerkmale eines modernen Identitätsbegriffs festmachen.

Luther versteht Ich-Identität und Ich- bzw. Persönlichkeitsentwicklung im Licht des Fragmentarischen. Für ihn gibt es keine Ich-Entwicklung, an deren Ende eine ausgereifte, gesunde und dauerhaft feststehende „ganze“ Persönlichkeit steht. Ganz im Sinne der in Kapitel 2.3.3 beschriebenen neurobiologischen Plastizität ist Ich-Entwicklung und Persönlichkeitsreifung für Luther ein lebenslanger Prozess, bei dem wir insbesondere durch die Begegnung mit anderen Menschen immer wieder neu in Frage gestellt und in unserer Weiterentwicklung herausgefordert werden. Neurobiologisch spricht man von der erfahrungs- und nutzungsabhängigen Plastizität des Gehirns als eines „Sozialorgans“ (Hüther, s. Kapitel 2.3.3).

Luthers Modell wohnt eine grundlegende Dynamik inne, die mit der Dynamik von Traumatisierungsprozessen und der Behandlung von deren Folgen verglichen werden kann. Unter Luthers „Ruinen der Vergangenheit“ kann man – neben allen anderen Wunden, die einem Menschen im Laufe eines Lebens geschlagen werden – auch in besonderer Weise die traumatischen Erfahrungen und deren wundhafte Folgen fassen. Es sind Wunden, die schmerzen. Seine „Ruinen der Zukunft“ kann man mit den Heilungsprozessen nach traumatischen Erfahrungen in Bezug setzen: Die Wunden (= Ruinen) verschwinden nicht, neurobiologisch gesprochen sind die Trauma-Netzwerke im Gehirn nicht lösbar. Sie werden überschrieben bzw. in ihrer Wirkkraft eingedämmt durch „Baustellen“ einer neuen Lebenswirklichkeit ohne den Bann des Traumas und damit verbunden neuer Lebensmöglichkeiten. Luther spricht hier interessanterweise von „Erstarrung“, gegen die die Sehnsucht steht, als eine „Bewegung der Selbsttranszendenz“, also des Überwindens von (traumatischer) Erstarrung (*Freeze*) und Fragmentierung (*Fragment*) (s. Kapitel 2.2 und 2.3). Solche immer auch in Bezug auf ihren Ausgang offenen Heilungsprozesse, die „Sehnsucht“ und „Hoffnung“ brauchen, um in Bewegung bleiben zu können, lassen sich natürlich ebenfalls wieder auf die *Psycho-Soziale Begleitung* von Menschen übertragen, bei denen nicht-traumatische Wunden im Mittelpunkt stehen.

Die religiöse Dimension des Redens von der grundlegenden Fragmentarität menschlichen Lebens erschließt sich für Luther in dem, was er das „eigentlich Christliche“ nennt, nämlich „davor zu bewahren, die prinzipielle Fragmentarität von Ich-Identität zu leugnen oder zu verdrängen. Glauben hieße dann, als Fragment zu leben und leben zu können“.<sup>22</sup> Von den „zentrale[n] theologische[n] Topoi“, die er in Anschluss an das obige Zitat anführt, ist der wichtigste für den Zusammenhang von traumasensibler Seelsorge „der christologische Zusammenhang von Kreuz und Auferstehung“. Der Zusammenhang von Kreuzigung, Auferweckung und Trauma wird aus psychotraumatologischer und exegetischer Sicht in Kapitel 3.3.3 dargelegt. An dieser Stelle sei schon einmal der Gedanke von Luther formuliert, dass sich gerade in der gewaltsamen Kreuzigung das Leben Jesu „konstitutiv als fragmentarisches“ zeigt. „Der Auferstehungsglaube revoziert dies nicht. Im Auferstandenen wird vielmehr der Gekreuzigte geglaubt. Damit ist der üblichen Sicht widerspro-

<sup>22</sup> LUTHER (2014): *Identität und Fragment*, in: LUTHER (2014), *Religion und Alltag*, 172.

chen, die die Kreuzigung, die Fragmentarität als Katastrophe und Sinnlosigkeit interpretiert. Ostern korrigiert nicht Karfreitag, sondern bewahrt ihn, indem es die Sicht auf Karfreitag neu macht<sup>23</sup> und auch dem Karsamstag eine eigene Bedeutung zukommen lassen kann.<sup>24</sup>

Für Luther ist Jesus in seiner Fragmentarität „exemplarischer Mensch, als in seinem Leben und Tod das Annehmen von Fragmentarität exemplarisch verwirklicht und ermöglicht ist“.<sup>25</sup> Ein so verstandener Jesus (Christus) kann zum idealen Begleiter und Bezugspunkt für traumatisierte Menschen und die sie begleitenden Seelsorger(innen) und spirituellen Psychotherapeut(inn)en werden.

Die Gedanken von Luther lassen sich organisch in mein auf der Grundlage der psychotraumatologischen Deutung der Emmaus-Erzählung (Lk 24,13-35, s. Kapitel 3.3.3.b) entwickeltes Therapie-Modell und das traumasensible Seelsorge-Modell (Kapitel 4 und 6) integrieren, ja sie geben ihm wichtige (auch spirituelle) Akzentuierungen und Vertiefungen. Wie in Kapitel 4.3 und 6.1 zu sehen ist, übernehme ich sogar einige von Luthers bildhaften und dadurch eindrücklichen Begriffen. Allerdings bedarf es einer wichtigen Erweiterung seines Gedankenmodells, will man die Fragmentarität menschlichen Lebens nicht zu einseitig betonen. Für die Integration der Lutherschen Gedanken in mein Modell einer *Psycho-Sozialen Begleitung* braucht es ein mögliches positives Ziel, die Vision einer möglichen Heilung der eigenen Fragmentarität, festgemacht an dem Begriff der „Kohärenz“. Hierzu mehr im folgenden Kapitel.

### 1.2.3 Andrea Bieler: Vulnerabilität, Kohärenz und Möglichkeitssinn

Wie bereits im vorangehenden Kapitel angedeutet, bedarf Luthers Modell des Fragmentarischen einer wichtigen Erweiterung, nämlich im Blick auf eine zu einseitige Betonung des Fragmentarischen. Ich knüpfe hier an die kritische Würdigung von Luthers „Identität und Fragment“ bei Andrea Bieler<sup>26</sup> an. Sie öffnet den „einseitigen

<sup>23</sup> LUTHER (2014): *Identität und Fragment*, in: LUTHER (2014), *Religion und Alltag*, 173.

<sup>24</sup> Vgl. hierzu STAHL (2019): *Traumatisches Seelsorge*, 259–263, betont ebenfalls, dass Kreuz und Auferstehung untrennbar zusammengehören. Christlicher Glaube vertraut auf einen Gott, „der sich bis zur äußersten Solidarität mit den Gefolterten und Entrechteten entschieden hat“ und „auch im größten Schmerz gegenwärtig ist“. In einer traumasensiblen Seelsorge kann der Karsamstag als ein Zwischenraum von Karfreitag und Ostersonntag eine besondere Bedeutung bekommen, insofern als ein Leben nach dem Trauma so etwas wie ein „perpetuierter Karsamstag“ sein kann. Denn: „Durch das Trauma ist die Welt unsicherer geworden, das eigene Leben gebrochener, leidvoller, schwieriger. Und doch ist Karsamstag im Osterdrama kein ereignisloser Tag. Die christliche Tradition verortet hier das Hinabsteigen Jesu in das Reich der Toten beziehungsweise die Höllenfahrt Christi. Theologisch gesehen gibt es deswegen nach Ostern keinen Ort der letztendlichen Gottverlassenheit mehr, denn Christus ist selbst in der Hölle gegenwärtig.“

<sup>25</sup> LUTHER (2014): *Identität und Fragment*, in: LUTHER (2014), *Religion und Alltag*, 173.

<sup>26</sup> BIELER (2014): *Leben als Fragment?*, in: FECHTNER/MULIA (2014), *Henning Luther*, 13–25.

Fokus“ Luthers auf das stets fragmentarisch bleibende Leben von uns Menschen hin auf die Art und Weise, „wie Menschen die in ihrem Leben umherschwirrenden Fragmente in vielgestaltigen, vielleicht auch widersprüchlichen Weisen miteinander in Beziehung setzen“. Sie spricht von „Kohärenzprozessen“. Von hier aus kann man wiederum einen Bogen schlagen zu dem bekannten *Salutogenese-Konzept* von Antonovsky mit dem Begriff der „Kohärenz“ (und den ihn konstituierenden drei Unterbegriffen Gestaltbarkeit/Handhabbarkeit/Handlungsfähigkeit, Verstehbarkeit/Fasslichkeit und Bedeutsamkeit/Sinnhaftigkeit), das – ebenfalls auch terminologisch – Eingang in das im folgenden Kapitel dargestellte allgemeine Seelsorge-Modell gefunden hat (zum Salutogenese-Konzept s. Kapitel 2.3.2 und 2.4.1).

Es geht also – Bieler und anderen folgend – darum zu fragen, inwieweit es Menschen trotz einer der menschlichen Existenz grundlegend innewohnenden Fragmentarität gelingen kann, ein Gefühl von Kohärenz (mit Grawe könnte man auch Konsistenz sagen, s. Kapitel 2.3.2) in ihrem Leben zu entwickeln. Seelsorge kann hier verstanden werden als Begleitung auf der Suche nach Kohärenz als etwas Offenem, nicht für alle Zeiten Abgeschlossenem, in der auch scheinbar widersprüchliche Elemente miteinander verknüpft sein können und dürfen.<sup>27</sup> Das entspricht auch dem in diesem Buch vertretenen Heilungsverständnis. Denn auch in allen Heilungsprozessen geht es einerseits um das (Wieder-)Herstellen von Kohärenz (s. Kapitel 2.4.1 und 3.3.4), andererseits bleibt menschliche Existenz dennoch immer fragmentarisch. Man könnte von Kohärenz in der Fragmentarität sprechen.

Dies alles bewegt sich – so Bieler in ihrem Buch „Verletzliches Leben“<sup>28</sup> – im Horizont der grundlegenden Verletzlichkeit menschlichen Lebens. „Verletzlich zu sein, in jedem Augenblick unseres Lebens, ist ein Grundzug menschlicher Lebenserfahrung. Verletzlichkeit wahrzunehmen, sie zu deuten und mit ihr umzugehen, ist eine zentrale Aufgabe christlicher Lebenskunst und Theologie“,<sup>29</sup> und damit auch und gerade von christlicher Seelsorge. Dies soll in Kapitel 6 speziell für die Praxis einer traumasensiblen Seelsorge dargelegt werden. Hat sie es doch mit der Besonderheit traumatischer Wunden und Verletzungen durch von außen einwirkende, lebenszerstörerische Ereignisse und Handlungen zu tun.

Im Kontext der vorliegenden Arbeit ist es leider nicht möglich, die komplexen und tief sinnigen Ausführungen von Bieler ausführlich darzustellen oder auch nur angemessen zu würdigen. Deshalb soll an dieser Stelle nur noch der Begriff des „Möglichkeitssinns“ kurz erwähnt werden, der im Seelsorgeverständnis von Bieler einen zentralen Platz einnimmt: „Eine Seelsorge, die dem Möglichkeitssinn, der dem Leben inhärent ist, Raum gibt, wird einerseits Menschen ermutigen, sich nicht von den Beschädigungen, die mit physischen, psychischen und sozialen Verletzungen einhergehen, definieren und bestimmen zu lassen und so der Freiheit in der Lebensgestaltung mehr Raum geben.“ Andererseits, so Bieler, haftet der eigenen

---

<sup>27</sup> BIELER (2014): *Leben als Fragment?*, in: FECHTNER/MULIA (2014), *Henning Luther*, 13–25, 24. S.a. dies. (2017): *Verletzliches Leben*, 184–187.

<sup>28</sup> BIELER (2017): *Verletzliches Leben*.

<sup>29</sup> BIELER (2017): *Verletzliches Leben*, 13.

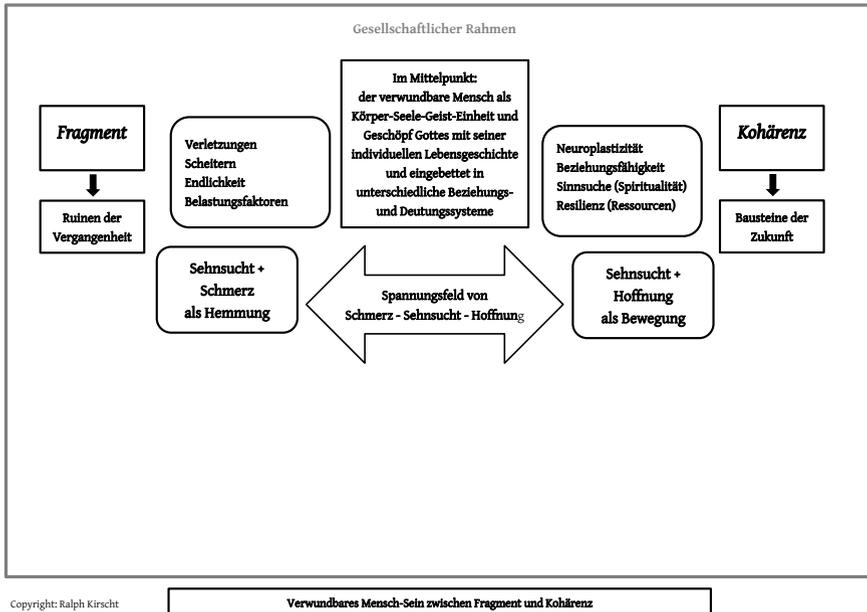
freien Lebensgestaltung immer etwas Widerfahrnishaftes an. Sie nennt es das „Panthische“. In der grundlegenden Vulnerabilität des Menschen liegen – wie bei Luther – wiederum zwei Möglichkeiten, Potenzialität und (Selbst-)Transformation oder „Schwächung“ und „Vernichtung“.<sup>30</sup> Leben im Allgemeinen kann also gelingen, es kann aber auch misslingen. Dasselbe gilt auch im Besonderen für therapeutisch oder seelsorglich begleitete Heilungsprozesse, die „Möglichkeitsräume“ eröffnen sollen (zu diesem in meinem Modell zentralen Begriff s. Kapitel 2.5, 6.1.4 und 6.4).

### 1.2.4 Graphische Umsetzung: Der verwundbare Mensch im Spannungsfeld zwischen Fragment und Kohärenz

Es folgt nun eine graphische Darstellung des in diesem Buch grundgelegten, christlich akzentuierten Menschenbildes. Im Mittelpunkt steht dabei der verwundbare Mensch als eine Körper-Seele-Geist-Einheit (*bio-psycho-sozio-spiritueller Modell*) und Geschöpf Gottes mit seiner individuellen Biographie, in der es sowohl Belastungsfaktoren als auch Ressourcen gibt. Zu dieser Biographie gehört auch die genetische Ausstattung und deren epigenetische Ausprägungen, die sich im Laufe der Lebensgeschichte und durch die darin gemachten Erfahrungen (insbesondere Bindungserfahrungen, s. Kapitel 2.3.4) entfalten und die im Rahmen der generellen genetischen Ausstattung prinzipiell veränderbar sind (s. Kapitel 2.3.3). Dieser verwundbare Mensch ist angewiesen auf soziale Bindungen und Beziehungen. Er ist zum einen eingebettet in den Kontext unterschiedlicher psycho-sozio-kultureller *Beziehungssysteme*, beginnend mit den für das ganze spätere Leben prägenden primären Bindungen. Zum anderen wächst er auf und lebt in unterschiedlichen psycho-sozio-kulturellen *Deutungssystemen*, eines davon kann ein spirituelles oder religiöses sein.

Verwundbares menschliches Leben vollzieht sich in einem Spannungsfeld zwischen Fragmentarität, zu der Verletzungen, Scheitern, Endlichkeit und besagte Belastungsfaktoren gehören, und einer nicht statisch (im Sinne einer ein für alle Mal festgeschriebenen Identität) zu verstehenden, dynamischen Kohärenz, zu der Neuroplastizität des Gehirns, Beziehungsfähigkeit (Relationalität), Sinnsuche (Spiritualität) sowie Resilienz und besagte Ressourcen gehören. Sehnsucht ist das grundlegende menschliche Gefühl, das sich auf Seiten des Fragments mit Schmerz verbindet und auf Seiten der Kohärenz mit Hoffnung. Das eine kann als Hemmung des Lebens wirken, das andere kann das Leben in Bewegung bringen, kann Aufbrüche und Veränderungsprozesse in Gang setzen. So entsteht dieses grundlegende Spannungsfeld. Das Ganze ist eingebettet in einen gesellschaftlichen Rahmen, der zugleich Einengung wie Freiheit bedeuten kann.

<sup>30</sup> BIELER (2017): *Verletzliches Leben*, 43–44. Zum „Möglichkeitsraum“ s. ebd., 15–16.



Graphik A - Das Menschenbild

## 1.3 Vorüberlegungen zum Seelsorgeverständnis

### 1.3.1 Isidor Baumgartner: Heilende Seelsorge

In Isidor Baumgartners 1990 zum ersten Mal veröffentlichten „Pastoralpsychologie – Einführung in die Praxis heilender Seelsorge“ ist ebenfalls die Emmaus-Erzählung (Lukas 24,13-35) biblische und spirituelle Basis für ein großangelegtes Seelsorge-Modell.<sup>31</sup> In diesem Modell werden Bibel, Theologie und Seelsorge mit Human- und Sozialwissenschaften verknüpft. Einzelseelsorge ist dabei für Baumgartner der „Elementar-Vorgang aller Pastoral“, als „Begegnung von Person zu Person“, jedoch auch „immer eingebettet [...] in einen weiteren Bezugsrahmen sozialer Strukturen“. Dabei sind wesentliche Merkmale „Beziehungsfähigkeit, Wahrnehmen, Zuhören, Einfühlen, Transparenz, Aushalten, Trösten, Schenken ... Sich-Beschenken-Las-

<sup>31</sup> BAUMGARTNER (1990): *Pastoralpsychologie*. Im Jahr 1990 war ich junger Vikar in Mannheim und Ludwigshafen, als ich dieses Buch entdeckte. Die Emmaus-Erzählung war mir bis dahin schon viele, viele Jahre ein persönlicher Trosttext und spirituelle Wegbegleitung gewesen. Nun durfte ich sie als Paradigma für eine heilende Seelsorge neu entdecken. So wurde sie denn auch zur biblisch-spirituellen Grundlage sowohl für mein Modell einer *Spirituellen Traumafolgen-Therapie* als auch für mein die Grenzen von Theologie und Psychologie überschreitendes und Brücken bauendes *Seelsorge-Modell*.

sen“.<sup>32</sup> Vorbildhaft für mein eigenes Modell ist dabei Baumgartners enge Verknüpfung von Seelsorge mit dem biblischen Text aus dem Lukasevangelium. Zentrale Elemente sind dabei: das Weg-Motiv mit Abschied und Aufbruch, das Bild von der Reise als äußerer und innerer Prozess und „Verwandlung“ als „das geheime Ziel allen Reisens“: „Wenn es von den Emmausjüngern heißt, daß sie auf dem Weg waren, dann ist damit Wesentliches vom menschlichen Lebensweg insgesamt intoniert. Vor allem ist gesagt: Wer aufbricht, hat den ersten wichtigen Schritt aus der Krise bereits hinter sich. Er wird offen für das, was ihm auf dem Weg an Eigenem und Fremdem begegnet.“<sup>33</sup>

Weitere wichtige Elemente des Weges der beiden Emmaus-Jünger sind das Mitgehen eines anderen (in diesem Fall ist es der zunächst unerkannt bleibende Jesus); Blindheit der Augen und Dunkelheit der Seele; das Fragen des Begleiters (im Sinne einer philosophischen Mäeutik); Trauerarbeit und Bestandsaufnahme des bisherigen Lebens inkl. nicht erfüllter Hoffnungen; die Betrachtung des bisherigen eigenen Lebensweges und die Sinnfrage; das gemeinsame Ritual (das Mahl mit dem Brotbrechen) und die (Wieder-)Eröffnung von Zukunft. Somit verbindet die Emmaus-Erzählung in der Deutung von Baumgartner den inneren Weg von Menschen mit der äußeren heilenden Begleitung, in deren unterschiedlichen Phasen bestimmte Methoden zur Anwendung kommen.<sup>34</sup> Hier sieht Baumgartner die „Grunddienste der Kirche anklingen“, nämlich „Koinonia (»Hinzukommen«)“ im Sinne einer Beziehungsaufnahme, „Diakonia (»Fragen«)“ im Sinne von Psychotherapie und Beratung, „Martyria (Schrift auslegen)“ im Sinne von (Be-)Deutungsgebung und Sinnsuche sowie „Liturgia (Brot brechen)“ im Sinne von heilender Mahl-gemeinschaft und Versammlung.<sup>35</sup>

Baumgartners pastoralpsychologisches Seelsorge-Modell verbindet auf stimmige Weise biblische Fundierung, christlich-religiöse Tradition und modernes humanwissenschaftlichen Wissen im Dienst einer heilsamen Begleitung von Menschen in Belastungs- und Krisensituationen.

<sup>32</sup> BAUMGARTNER (1990): *Pastoralpsychologie*, 40.

<sup>33</sup> BAUMGARTNER (1990): *Pastoralpsychologie*, 94–97. KLESSMANN (2009): *Pastoralpsychologie*, 17–18, schreibt: „Das Urbild aller Religionen ist der Weg, die Reise, sich aufmachen, sich auf die Suche begeben [...] Das hat sicher mit dem nomadischen Ursprung vieler Religionen zu tun; gleichzeitig steckt darin die Erfahrung, dass gelingendes Leben nie zu »haben« ist, sondern uns immer voraus liegt und auf uns zu kommt, so dass Menschen immer wieder aufbrechen und neue Wege suchen müssen. Sich aufmachen, suchen, fragen, Perspektiven entwickeln, sich öffnen für Neues etc. sind kommunikative Vorgänge, selbst da, wo sie in der Einsamkeit einer mönchischen Einsiedelei oder der Meditation geschehen.“

<sup>34</sup> BAUMGARTNER (1990): *Pastoralpsychologie*, 97–109.

<sup>35</sup> BAUMGARTNER (1990): *Pastoralpsychologie*, 120–125.