

ÖAE Tagung Hünfeld – Workshop am 27.06.26 mit Ade Gärtner, Ingelfingen

Thema: „Unser Umgang mit Leidenschaften und Wurzelsünden“

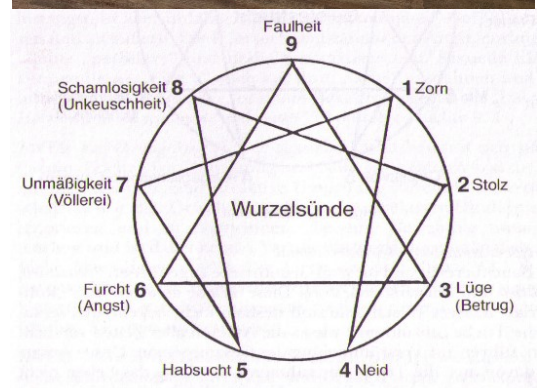
Der dazugehörige Ausschreibungs-Text für die Tagung hieß:

Die eigene Wurzelsünde oder Leidenschaft empfand ich immer eher als Grund dieser Typ nicht sein zu wollen. Wie können wir mit diesem Thema befreiend und versöhnt umgehen? Welche Rolle spielt es in der Entwicklung und Integration unserer Persönlichkeit auf dem Weg der Ganzwerdung? Wie passt es in unser Gottesbild und Gottesverständnis? Berühren wir mit den Wurzelsünden und Leidenschaften eine Tiefe unserer Persönlichkeit, an die wir sonst nicht so ohne weiteres rankommen, daran leiden und manchmal fast etwas hilflos davorstehen oder darin verstrickt sind? Was kann uns helfen auf dem Weg der Ganzwerdung und Integration der Schattenseiten unserer Persönlichkeit?

Dem wollen wir in diesem Workshop nachgehen und nachspüren und ggf. Lösungsansätze finden.

Thematischer Impuls

Das Thema der gesamten Tagung war: „**Mein Gottesbild – Gottes Bild von mir**“ und gibt den Rahmen, in den unser Workshop eingebettet ist. Das Thema hat also etwas mit Gott und unserer Beziehung zu Gott bzw. zum Göttlichen zu tun. Im Kontext des ÖAE bewegen wir uns im christlich-biblischen Bereich. In der Bibel spielt das Wort „Sünde“ und „Sünden“ eine nicht ganz unbedeutende Rolle. Mit den Wurzelsünden berühren wir eine Tiefe unserer Persönlichkeit, die wir nicht so in den Griff und auch durch Selbstoptimierungsanstrengungen nicht einfach unter die Füße bekommen. Es gibt weitere Worte für das, was mit Wurzelsünden gemeint ist: z.B. Leidenschaften oder Fixierungen. Ich nenne dazu auch unsere Begierden und das Thema „Verstrickungen“. Deshalb liegen in unserer Mitte ein paar Stricke. Es ist nicht nur ein Strick und einfarbig, sondern es gibt mehrere Stricke und Färbungen von Stricken und Verstrickungen. Es gibt verschiedene Leidenschaften, Begierden und Wurzelsünden. Mir hat das Enneagramm geholfen, auf meine spezifischen Sünden zu achten und sie zu identifizieren. Ich sage in EN-Seminaren und auch in Predigten oder seelsorgerlichen Gesprächen, dass nicht jeder Mensch zu den gleichen Sünden neigt. Ich bin zwar grundsätzlich zu allen Sünden in der Lage – potenziell – aber zum Glück sind nicht alle meine Lebensthemen. Das irritiert hin und wieder Menschen, wenn sie damit konfrontiert werden, dass wohl auch in ihnen das Potenzial zum Bösen und Sündhaften in vielfältiger Form angelegt und möglich ist. Nun habe ich für unsere gestaltete Mitte die 9 Wurzelsünden aus dem Enneagramm-Buch von R. Rohr + A. Ebert gewählt und ausgelegt. Die meisten kennen sie ja. Und ich vermute, die meisten kennen auch ihre Wurzelsünde, theoretisch und auch lebenspraktisch, existenziell. Ich erzähle hier also kaum Neues. Nun, wie können wir mit dem umgehen, was uns so womöglich gar nicht an uns selbst gefällt? Wie leben wir mit den Schattenseiten unserer Persönlichkeit, wenn wir sie selbst erleben – oder wenn andere, z.B. Partner/in



oder Kinder oder Kollegen oder Freundinnen uns zurückmelden, wie sie uns gerade erleben. Ich war wenig angetan, als mir beim Fußballtraining mit meinen Alten Herren einer mal zurief, als ich gerade meinen 1er Schatten aktivierte: „Ade, du bist au a g'scheiter Grandler!“ Das war bayrisch-fränkisch. Im Schwäbischen nannten wir das früher einen „Brutler“. Sonst heißt er vielleicht „Meckerer“ oder „Motzki“, wie der frühere Fußball-Nationalspieler, heute BVB Dortmund-Berater im Fußball, Matthias Sammer, gerne genannt wird. Ich denke, ein typischer 1er – manchmal noch etwas unerlöst. Jedenfalls geht es um einen, der dauernd was zu meckern und zu kritisieren und zu verbessern weiß. Naja, das gefiel mir nicht so, „Grantler“ genannt zu werden. Ich fühlte mich „ertappt“, durchschaut, unangenehm getroffen. Aber eigentlich hatte mein Mitspieler recht. Andere merken es schon, was für Typen wir sind. Manche sagen es uns auch. Andere denken es nur und reden mit anderen darüber. Wilhard Becker, früher mal mein Berater und Seelsorger, auch EN-Kenner, sagte einmal zu mir: „Ade, wenn dich jemand kritisiert, dann bedanke dich bei ihm.“ Naja, ich brauchte ein paar Jahre, um das anzunehmen und positiv zu verstehen. Es ist eine Art von Wertschätzung, von anderen kritisiert zu werden. Es gibt Menschen, die kritisiert man nicht bzw. nicht mehr, weil es offensichtlich keinen Sinn macht, weil er oder sie sich nichts sagen läßt, sondern gleich in die Abwehr und Verteidigung oder gar in den Gegenangriff geht. Eine Empfehlung: gib Menschen deines Vertrauens, Partnerinnen, Kindern, Freunden, Vorgesetzten, das Recht dich zu kritisieren, dir ein ehrliches Feedback zu geben. Dich auch auf deine „Sünden“ hinweisen zu lassen. Das hilft, sich besser kennen zu lernen und es auch wahr sein zu lassen.

Nun, wie gehen wir mit dieser vielleicht erfolgten Selbsterkenntnis um? Was machen wir mit dem, was sich bei uns als Schatten zeigt? Was wir und andere an mir ggf. nicht mögen? Was in Beziehungen störend und manchmal auch zerstörend wirkt?

Ein Satz, der mir wichtig ist, den ich auch in meiner Coaching-Praxis einsetze: „Du darfst sein, wie du bist. Und du musst nicht so bleiben, wie du bist.“

Dazu vier Schritte des Umgangs mit sich und seinen Wurzelsünden:

1. Selbsterkenntnis
2. Selbstannahme
3. Selbstoptimierung
4. Selbstwerdung

Wobei der 3. Schritt etwas gefährlich ist. Es kann uns in eine Stress-Spirale bringen. Als 1er bin ich natürlich besonders gefährdet, mich und andere immer wieder und immer mehr verbessern, optimieren zu wollen. Es wäre ja auch gut so, wenn ich und andere besser würden. Nicht unbedingt perfekt und fehlerlos, aber doch wenigstens optimal und einfach besser würden. Oder reifer und etwas „heiliger“. Nur, machen kann man und frau das nicht so ohne weiteres.

Wobei auch an folgendem Spruch etwas wertvolles ist: „Die Sünden der Heiligen trösten mehr als alle ihre Wohltaten“. Und Trost haben wir wohl alle nötig im Blick auf unsere Leidenschaften, Sünden und Persönlichkeits-Schatten.

Was hat mir geholfen, mich meinem Schatten zu stellen, ihm zu begegnen, mich mit ihm anzufreunden und auszusöhnen? Dazu eine Geschichte von Franz von Assisi, zu dem ich ein inneres Verhältnis habe. Zuletzt war ich mit meiner Frau in Assisi im Urlaub. Er ist vor 800 Jahren 1226 in ASSISI gestorben und liegt dort im Dom San Francesco begraben. Wir waren dort auch in der Krypta am Grab. Und wir machten einen Ausflug nach Gubbio, wo Franziskus eines Tages zu Besuch war und etwas Besonderes erlebte. Noch heute können wir diese Geschichte von **„Franziskus und der Wolf von Gubbio“** nachlesen.

FRANZISKUS UND DER WOLF VON GUBBIO EIN VERSÖHNTER UMGANG MIT SEINEM FEIND

*Bei der Stadt Gubbio trieb sich ein großer, wilder Wolf umher. Er fiel auch Menschen an. Die Bewohner*innen lebten in Angst. Niemand ging unbewaffnet vor das Stadttor. Franziskus hatte Mitleid mit den Menschen, und er beschloss, dem Wolf entgegenzutreten. Der Wolf rannte mit offenem Rachen auf Franziskus zu, doch der machte das Kreuzzeichen über ihn. Der Wolf hielt inne, er spürte die Kraft, die von dem Heiligen ausging. Franziskus rief: „Komm zu mir, Bruder Wolf! Im Namen Christi befehle ich dir: Tu niemandem etwas zuleide!“ Der Wolf lief herbei und legte sich Franziskus zu Füßen. Franz versprach dem Wolf, dass ihm die Menschen genug zu essen geben würden, damit er niemanden mehr verletzen müsse. Als Zeichen für sein Einverständnis legte der Wolf seine Tatze in die Hand von Franziskus. Gemeinsam gingen sie in die Stadt. Der Wolf ging nun jeden Tag von Haus zu Haus und die Menschen gaben ihm zu fressen. Mit seiner Sanftmütigkeit erinnerte er sie an den heiligen Franz von Assisi.*



1. Franz von Assisi sieht in dem bösen Wolf seinen Bruder.
2. Er begegnet diesem feindlichen Tier segnend und friedlich.
3. Der Wolf lässt sich zähmen und befrieden.
4. Der Wolf bekommt, was er braucht, damit sein Hunger gestillt wird.
5. Mensch und Wolf leben zukünftig in friedlicher Koexistenz

Was kann diese Geschichte für mich bedeuten als Mensch, der mit dunklen, feindlichen, tierischen, dämonischen, bösen Kräften in seinem Innern zu tun hat?

Wie ist mein bisheriger Umgang mit den Sünden und Schattenseiten meiner Persönlichkeit und meines Enneagramm-Musters?

Ist diese Geschichte eine Hilfe für meine Schattenarbeit und meinen Umgang mit meiner (und anderer) Wurzelsünde?

Was lerne ich daraus für mich selbst und für andere?

Ich las die Geschichte vor und teilte sie aus, verbunden mit Anregungen und Fragen, inwiefern diese Geschichte uns helfen könnte, unseren Schatten nicht länger als „Feind“ zu sehen und zu behandeln. Es schloss sich ein Zweiergespräch an, in dem die 16 Teilnehmerinnen und Teilnehmer sich über das Gehörte und Gelesene austauschen und ihre Erfahrungen reflektieren konnten.

2. Impuls: Biblisch-geistliche Perspektive zum Thema „Wurzelsünden“

Sünden und Sünde sind elementare biblische Worte. Allgemein und weltweit wird vom Guten und Bösen gesprochen. Wie sieht unser geistlich-biblisch-christlich geprägter Umgang damit aus? Das griechische Wort im Neuen Testament für Sünde heißt „hamartia“ und meint Zielverfehlung. Hamartia, Sünde, ist und verursacht die Verfehlung unseres, meines Lebenszieles, wie Gott es meint. Ein Mensch lebt an sich und seinem Leben und an Gott vorbei.

Im deutschen Wort „Sünde“ steckt das Wort „Sund“ und meint z.B. noch heute in nordischen Ländern wie Schweden, einen trennenden Wasserstrom. Er trennt zwei ursprünglich zusammengehörende Landteile voneinander. Insofern deutet das Wort „Sund“ bzw. Sünde auf eine Trennung zweier ursprünglich zusammengehörender Teile hin, so wie Gott und Mensch zusammengehören aber durch Sünde voneinander abgetrennt sind. Das Geschöpf ist getrennt von seinem Ursprung, dem Schöpfer. Wir sind nicht mehr im Paradies, nahe bei Gott. Wir Menschen sind nicht eins mit unserem Wesen, unserer Essenz. Die Sünde bzw. unsere Wurzelsünden trennen uns von unserer wahren Lebensquelle, von unserem wahren Selbst. Inwiefern ist die Verbindung wieder herzustellen oder zusammen zu bringen?

Was lesen wir dazu in der Bibel, die als Grundlage für Christsein und geistlich-christliches Leben nach wie vor wesentliche Bedeutung hat und Grundlage ist? Ich erinnere an das **sola scriptura** der Reformation, ein Grundwort der Evangelischen Kirche bis heute: „Allein die Schrift“ ist maßgebend.

Mein persönlicher Umgang mit dem Thema „Wurzelsünden“ im Enneagramm ist geprägt vier Einflüssen:

1. Dem Enneagramm und diverser Literatur und Selbsterfahrung dazu.
2. Der Psychologie, u.a. von der Tiefenpsychologie nach C.G. Jung.
3. Der Mystik - sowohl christliche Mystik als auch in anderen Religionen
4. Der Bibel des Alten und des Neuen Testamentes

Wobei die Bibel eben die entscheidende Wahrheit und Weisheit für mich ist, die anderen zu deuten und zu integrieren, aber auch zu reflektieren und zu relativieren.

Deshalb hier ein paar Bibel-Texte zur Erkenntnishilfe.

Das Zentrum des Neuen Testamentes und des christlichen Glaubens ist nicht das Buch an sich, sondern eine Person: Jesus Christus, wahrer Gott und wahrer Mensch. Wirklicher Mensch und wirklicher Gott. Das Besondere an ihm ist nicht allein sein Menschsein, nicht sein exzellentes psychologisches Wissen und Therapieren. Er war ein Menschenkenner und Tiefenpsychologe besonderer Art. Er hatte das Charisma der Herzensschau, er sah den Menschen mit Gottes Augen und erkannte den Menschen in seinem tiefsten Wesen, in seinem Gutsein und in seinem Böse sein. „Jesus wußte, was im Menschen ist.“ (Joh.2,25). Jesus sprach davon, dass aus dem menschlichen Herzen, aus seinem Innersten, das kommt, was den Menschen böse und unrein macht, vom Leben abhält (Mk. 7,20-23). Dass aus der Person Mitte des Menschen das kommt, was ihn und andere zerstören kann, was ihn hindert wirklich ein guter Mensch zu sein, so wie er von Gott, seinem Schöpfer, ursprünglich gedacht und gewollt ist.

Jesus Christus war ein Mensch nach dem Herzen Gottes, ein besonderer Mensch, sodass über ihn später gesagt und geschrieben wurde: „**Seht, welch ein Mensch!**“ (Joh. 19,5). Das NT nennt Jesus den, der selbst von keiner Sünde wusste, ohne Sünde war, wie sonst kein Mensch. Er lebte in Herzens-Beziehung zu Gott, seinem und unserem himmlischen Vater. In innerer Verbindung mit seiner Essenz. Er lebte in einer versöhnten und erlösten Beziehung zu seinem Schöpfer und zu sich selbst, seinem wahren Selbst. Schon das macht ihn einzigartig. Aber das, worauf der christliche Glaube sich wesentlich gründet, ist noch etwas anderes. Es ist seine Liebe und Treue zu Gott, seine Hingabe in den Tod am Kreuz von

Golgatha und seine Auferstehung von den Toten. Dieses Geschehen und seine Bedeutung sind nach dem Neuen Testament der Kern des Kerns des christlichen Gottesverständnisses und Glaubens.

Der Apostel Paulus schreibt in 1. Kor. 15,3 das, was ihm von Jesus Christus überliefert wurde und was er durch ihn selbst erfahren hat. Er kannte den Text des Propheten **Jesaja Kap. 53**, den Christen des 1. Jhd. auf Jesus bezogen und in ihm erfüllt sahen: „Für wahr, er trug unsere Krankheit und lud auf sich unsere Schmerzen. ... Er ist um unserer Missetaten willen verwundet und um unserer Sünde willen zerschlagen. Die Strafe liegt auf ihm, auf dass wir Frieden hätten; und durch seine Wunden sind wir geheilt und werden wir geheilt.“

Paulus schreibt nun in **1. Kor. 15,3**: „Ich habe euch weitergegeben, was auch ich empfangen habe: Dass Christus für unsere Sünden gestorben ist – nach der Heiligen Schrift; und dass er begraben wurde, und dass er auferweckt worden ist am dritten Tag – nach der Heiligen Schrift.“

Dieses Bekenntnis ist der Kern des Kerns des christlichen Glaubens. Es ist demnach Antwort auf das Wesen und die Lösung von der menschlichen Sünde und aller Wurzelsünden, die es in uns Menschen so gibt und geben kann. Der Mensch trägt das Potenzial zu allen Sünden in sich.

Es gibt durch Christus eine Erlösung und Befreiung von der Wirk-Macht der Sünde und von den schlechten Wirkungen der Sünden unseres Lebens. Durch Christus wird ein Weg zur Quelle des Lebens und dem eigenen innersten Wesen eröffnet. Christus hat sein Leben hingegeben, damit wir Menschen mit Gott und uns selbst und anderen Menschen Versöhnung erfahren können und an unseren Sünden nicht verzweifeln oder zerbrechen brauchen. Im Glauben und in der Verbindung mit Christus werden wir verbunden mit unserem wahren Selbst – dem Christus in uns. Wer das glaubt und erfährt, kann aufatmen und auch getrost Sünder und Sünderin sein, braucht nicht mehr drum herumreden oder sich herausreden oder gar Sünden weg reden. Der kann sich sogar mit seiner Sünde und seinen konkreten Sünden versöhnen und sie sich vergeben lassen von höchster göttlicher Instanz. So wird ein innerer Weg frei zu Gott und zu sich selbst.

Schon im Schöpfungsbericht **1. Mo. 4,7** bei Kain und Abel wird über den Menschen gesagt: „Wenn du gottesfürchtig und gläubig bist, kannst du den Kopf erheben. Bist du aber nicht gottesfürchtig und gläubig, so lauert die Sünde vor deiner Herzenstür und hat nach dir Verlangen. Du aber herrsche über sie, beherrsche sie.“ Es ist menschlich zu sündigen. Das gehört zu unserem Menschsein. Und keine/r ist davor gefeit, sondern in ständiger Versuchung, der Sünde in seinem Herzen und Leben Raum zu geben. Wir leben jenseits von Eden, außerhalb des Paradieses – auch wenn wir manches Mal im Leben das Gefühl haben können, in paradiesischen Umständen zu leben – so wie es ein Mitbewohner in unserer Urlaubs-Anlage in Assisi empfand: ein ruhiger Garten, ein Swimmingpool und täglich den freien Blick auf Assisi, die Stadt auf dem Berge. Aber das sind nur besondere Momente, der Alltag sieht oft anders aus.

In **Jak. 1,13** lesen wir: „Die Begierde versucht dich. Jeder wird versucht von seiner eigenen Begierde.“ (d.h. wohl auch von seiner spezifischen EN-Wurzelsünde). Es gibt ungestillte Bedürfnisse in uns. Wir empfinden wohl das Öfteren, dass wir nicht genug bekommen vom Leben. Unsere Bedürfnisse sind nie ganz zu stillen. Das äußert sich manchmal als Gier. Da geben wir der Sünde manchmal Raum in uns, um das zu suchen und uns zu nehmen, was nach Gottes Willen nicht gut ist, weder für uns noch für andere.

Darum ist das geistliche Leben und die geistliche Persönlichkeitsreife eines Christen immer auch eine Aufgabe und Herausforderung an uns, uns selbst zu prüfen. In **Hebr. 12,1f** steht: „Lasst uns ablegen, was uns beschwert und behindert, besonders die Sünde, in die wir uns so leicht verstricken.... Lasst uns aufsehen auf Jesus, den Anfänger und Vollender unseres Glaubens.“

Sünde will uns in ihrem trügerischen Spiel vom Leben – von der Essenz - trennen, will uns in Nebensächlichkeiten, Ablenkungen, Versuchungen verstricken. Diese innere Wirklichkeit versteht es meisterlich,

uns zu reizen und einzufangen mit ihren Stricken der List und der Täuschung, sodass wir phantasieren, träumen, uns verheddern, uns einwickeln lassen, uns verwickeln lassen in innere und äußere Umstände, die uns und anderen zum Schaden sind – nicht Leben fördernd, sondern blockierend und behindernd. Die Sünde ist schlauer, als wir selbst es sind. Und manchmal gehen wir ihr eben auf den Leim, werden eingefangen und sind nicht mehr frei, sondern gebunden. Davor schützt uns auch alles Enneagramm Wissen nicht. Da hat jede/r seine Ennea-Typischen Versuchungen und Begierden. Auch in unserem Trost-Punkt, in seiner Übertreibung. Davor schützt uns nach dem NT am ehesten Christus und sein Wort – und innere Achtsamkeit. Und da wo wir gestolpert und gefallen sind, uns haben verstricken lassen in den scheinbaren Gewinn und Vorteil für uns, da gibt es einen christlichen, einen Christus-gemäßen Ausweg. Wir können wieder befreit und erlöst werden aus diesen Verstrickungen, lehrt uns die Bibel.

In **1. Joh. 1,8-9** steht: „Wenn wir sagen, wir haben keine Sünde, so betrügen wir uns selbst, und die Wahrheit ist nicht in uns. Wenn wir aber unsere Sünden bekennen, so ist er treu – Christus - dass er uns unsere Sünde vergibt und reinigt uns von aller Ungerechtigkeit.“

Wer Sehnsucht hat, von den Verstrickungen der Sünde und seiner Wurzelsünde gelöst zu werden, dem weist das Evangelium und das Wort Gottes einen gangbaren Weg. Sich ehrlich dazu zu stellen, ohne es gut zu heißen. Es vor Gott aussprechen, mit dem Willen, sich davon zu distanzieren und innerlich zu trennen. Und dann die Vergebung Gottes erbitten und auch annehmen.

Ps. 119,81 „Gott, mich verlangt nach deinem Heil. Ich hoffe auf dein Wort.“ Da betet einer zu Gott: ich sehne mich nach Ganzheit und Ganzwerdung meiner Seele – nach deiner göttlichen Ganzheit. Ich hoffe auf dein Wort, das mich befreien kann (das helfende und befreiende Gotteswort).

Ganzwerdung sei wesentliche Aufgabe der 2. Lebenshälfte, hat C.G. Jung formuliert. Ganzwerden heißt auch seine(n) Schatten zu integrieren, seine Sünde anzuerkennen und anzunehmen, dass sie zu uns gehört. Aber nicht im Sinne von: dann lasst uns schön sündigen, denn es ist ja so menschlich und macht über dem auch noch Spaß. Nein, unsere Sünden sind unser Verderben. Und Vergebung und Versöhnung sind unsere Rettung. Auch zur Reifung unserer Persönlichkeit.

Matth. 8,8 kommt ein römischer Hauptmann zu Jesus und bittet ihn für seinen Diener „Jesus, ich habe von dir gehört, dass du heilen kannst. Ich bin es nicht wert, dass du einkehrst in mein Haus. Aber sprich du nur ein Wort, so wird mein Diener gesund.“ Er traut Jesus eine Fernheilung zu.

Im **Katholischen Gottesdienst** wird dieses Wort aufgenommen und sonntäglich gebetet:

„Ich bin nicht wert, dass du zu mir kommst. Aber sprich du nur ein Wort, so wird meine Seele gesund / heil / ganz.“ Ich liebe dieses Gebet und spüre seine Wirkkraft. Jesus hat das erlösende, befreiende Wort, das Menschen heilt und löst – auch von Sünden und Verstrickungen.

Evangelische Theologie spricht vom „extra nos“, vom von außen kommenden helfenden Wort, das wir uns nicht selbst sagen können. Das mag uns ärgern und stören, vielleicht aber auch demütig machen, dass wir uns nicht selbst aus dem Sumpf der Sünde, der Verstrickungen, der Leidenschaften und Begierden und Wurzelsünden befreien können. Christlicher Glaube und christliche Theologie ist keine Anleitung zur Selbst Erlösung, sondern zur Erlösung durch Gott, durch Christus, durch Gnade. Als Angebot und Geschenk von außen. Durch Mithilfe anderer Menschen.

D. Bonhoeffer hat es so gesagt: „Der Christus im Bruder – und in der Schwester – ist stärker als der Christus im eigenen Herzen.“ Das Wort, das dir hilft und dich rettet, dich heilt, dich gesunden lässt, das kannst du dir letztlich nicht selbst sagen. Es muß dir geschenkt und von jemand anderem gesagt werden. Deshalb brauchen wir Therapeuten, Seelsorgerinnen, Seelenführerinnen und geistlich-psychologische Begleiter – auch Enneagramm-Experten, die uns weiterhelfen auf unserem Weg der Selbstwerdung und Versöhnung mit unserem Schatten und unseren dunklen Seiten. Auch zur Aussöhnung mit unserer

Wurzelsünde. Z.B. Ja-sagen zu meinem 1er Zorn und Ärger und Kritiker. Mein EN-Motto lautet: Vom Kri-Tiker zum Ermu-Tiger. Da spüre ich Entlastung und Befreiung, Gelöstheit und Erlöst werden.

Ein letztes Bibelwort: **Joh. 8,31** Jesus spricht über die befreiende Wahrheit: „Wenn ihr bleiben werdet an meinem Wort und in meinem Wort, dann werdet ihr die Wahrheit erkennen und diese Wahrheit wird euch frei machen – befreien – erlösen - heilen.“ Wahrheit macht frei!

Wie kann das nun im 21. Jhd. erfahren werden? Wie kann es konkret und wirksam werden bei uns selbst? Welche Erfahrungen und Erkenntnisse haben wir selbst gemacht? Was hilft uns im Umgang mit unseren Leidenschaften – Begierden – Verstrickungen – Wurzelsünden? Reden wir sie schön? Verharmlosen wir sie? Sehen wir darin gar kein Problem? Nehmen wir sie freundlich an und leben sie aus? Leiden wir an ihnen? Wehren wir uns und kämpfen gegen sie? Versuchen wir sie zu lassen? Haben wir Wege und Hilfen gefunden, damit heilsam und befreiend umzugehen?

Ein christlicher Weg und Angebot ist die Beichte.

Mit der Beichte gab und gibt es viel Missbrauch. Aber Missbrauch hebt den rechten und heilsamen Gebrauch nicht auf. Missbrauch der Beichte und schlechte Erfahrungen damit sind kein Beweis und Beleg dafür, dass sie nicht zur Hilfe werden kann – vielleicht sogar zur entscheidenden Hilfe und Befreiung.

Als ich über Himmelfahrt im Gethsemanekloster Riechenberg in Goslar war, wohnte ich im Zimmer der „Mechthild von Hackeborn“ (Mechthild von Helfta, Schwester von Getrud von Helfta), 13. Jhd. Ihr Name bedeutet: kraftvolle Kämpferin (althochdt.). Sie war Nonne und Mystikerin.

„...Für Mechthild nähert man sich Gott nicht durch Abstraktion von den Sinnen, sondern durch Gebrauch aller Sinne zu Gott hin, in immer größerer Gleichgestaltung mit den Sinnen des Gottmenschen (Jesus Christus dient sozusagen als Spiegel für das eigene Leben). Nicht ‚Vergeistigung‘ von der Welt weg, sondern Kommunion des geschaffenen mit dem ungeschaffenen Willen durch ein vollkommenes reines echtes Jawort - das ist der Weg... Und nie lässt sie die Situation und Möglichkeit der Beichte hinter sich, das Bekenntnis eigener Ohnmacht und Sünde; aber stets ist ihr Beichtspiegel Christus der Herr, und zuletzt gar das Geheimnis der dreieinigen Liebe. (Quelle: Mechthild von Hackeborn: Das Buch vom strömenden Lob. Auswahl, Übersetzung und Einführung von Hans Urs von Balthasar. Verlag Herder, Freiburg i. Br. 2001, S. 68f, 62f.

Was könnte die Beichte bzw. konkretes Beichten für einen positiven und heilsamen Beitrag leisten zum Umgang mit Wurzelsünden und Leidenschaften? Beichten hat drei Silben: Be – ich – ten. Wenn man die Reihenfolge der Silben ändert, kann daraus „Ich–be-ten“ werden.

Beichten ist für mich: **mein Ich beten** – mein Ich – mein Ego - aussprechen vor Gott. Entweder allein im persönlichen Gebet. Oder vor dem Abendmahl im Gottesdienst. Oder bei einem Menschen, der mir in Gottes Namen und in der Gegenwart Gottes zuhört und mir im Auftrag und Namen von Jesus Christus die Vergebung meiner Sünden zuspricht. Beichten ist wie ein ehrliches Gespräch mit einem Menschen – aber mit dem Zuspruch der Vergebung im Namen und Auftrag Jesu Christi (Joh. 20,21-23).

Ich habe erlebt, wie befreiend es ist, zu beichten. Mein Ich zu beten, vor Gott auszusprechen, wer ich bin und wo ich an Gottes Willen und an der Liebe schuldig geworden bin: „Herr, hier bin ich. So bin ich.“

Früher wollte ich gerne, dass Gott mir meine Sünden wegnimmt und mich davon befreit, dass ich das nie mehr tun muss, was ich getan, gedacht, gesagt habe. Und was ich versäumt habe. Aber es kam und

kommt vieles immer wieder. Heute gehe ich anders damit um. Heute beichte ich so:

„Herr, hier bin ich... das und das bekenne ich vor dir als Sünde. Als Lieblosigkeiten. Die tun mir leid. Danke dass du mich in Jesus Christus ganz liebst, mit meiner Sünde, mit meinen Leidenschaften und Verstrickungen. Danke dass du mich brutto liebst und annimmst und aushältst. Nicht nur netto. Danke dass ich vor dir und bei dir ganz sein darf – mit allem, was zu mir gehört an Licht und Schatten.“
Das empfinde ich als große Befreiung und Erleichterung. Auch als Trost. Das fördert meine Ganzwerdung und Integration. Und lässt mich im Frieden sein mit meinen sündigen Potenzialen und dunklen und unversöhnten Schattenseiten. Ich will Sünden nicht schön reden oder weg reden, nicht leitfertig sündigen, vielleicht ab und zu leicht-sinnig sein, weil ich weiß, dass mein Erlöser lebt. Und zwar in mir. Christus lebt in mir. Christus, das wahre Selbst Gottes in mir. Auf IHN will ich achten und hören. ER soll in mir wachsen und mein Ego soll abnehmen. Und das empfinde ich als Gnade, so leben zu dürfen.

Durch Gottes Gnade bin ich, was ich bin und wie ich bin. Mein Lebensmotto: Ade lebt in der Gnade!

Die Beichte ist **ein** Lösungsansatz für den Umgang mit Wurzelsünden und Leidenschaften, mit Begierden und Verstrickungen. Beichten ist für mich ein Lösungsansatz und praktischer Weg zum Umgang mit meiner Wurzelsünde (und anderen). Ich nutze auch andere. Manches hat sich in meinem Leben gebessert und manches ist nach wie vor noch unheil und unreif in mir. Aber ich bin getrost und gelassen und kann mir erlauben, als 1er auch meine 7er Potenziale zu leben und zu genießen. Ich spiele ab und zu einfach die 7. Gebe meinem inneren Kind Luft zu atmen und zu essen. Das erlaube ich mir und bin darin frei. Und wo ich es zu weit getrieben habe, weiß ich den Weg zur Korrektur und Lösung. Die Lösung liegt für mich in der Erlösung und Versöhnung durch Jesus Christus. Und da ist mir die Beichte und ein ehrliches Gespräch mit einem Menschen meines Vertrauens, der mir ggf. die Vergebung Gottes zuspricht, eine willkommene Hilfe auf dem Weg der Ganzwerdung und Heilwerdung zur Persönlichkeitsreife und Persönlichkeitswerdung – so wie mein Schöpfer und Erlöser das mit und in meinem Leben will. Und das ist herrlich und schön. Das finde ich einen hilfreichen und lösungsorientierten Umgang mit Sünden und meiner Wurzelsünde.

In unserem Workshop folgte zum Abschluß ein Plenumsgespräch mit Fragen und Anmerkungen, mit hinterfragendem Widerspruch und ermutigendem Zuspruch. Beides hat seinen Sinn und seine Bedeutung. Und jede und jeder sucht und findet hoffentlich seinen und ihren Weg, mit seiner und ihrer Wurzelsünde und Leidenschaft heilsam und befreiend umzugehen.