Annette Buschmann, Dipl.- Sozialarbeiterin (FH), psychologische Beraterin, Supervisorin, Autorin,
supervisionbuschmann@t-online.de, 015776831189

Gottesdienst feiern ohne Trigger – das wäre schön

Zuerst möchte ich ganz herzlich für die Einladung danken. Ich freue mich über die Chance, heute mit Ihnen ins Gespräch zu kommen.
Beginnen möchte ich mit der Überlegung, weshalb triggert Gottesdienst, weshalb triggert Kirche? Ja ist das überhaupt so? Irgendwie ist das wohl klar, aber wenn es eine Tatsache ist, dass Kirche, kirchliche Räume, Gottesdienste und andere Veranstaltungen Menschen triggern, warum ist das so?
In meinem Vortrag gehe ich auf sexuellen Missbrauch, sexualisierte Gewalt und damit immer auch auf geistlichen / spirituellen Missbrauch in den Kirchen ein.
Das Thema aber geht weit darüber hinaus. Die Geschichte der Kirchen macht deutlich, dass sie immer wieder Anlass geboten haben, an ihnen auch zu verzweifeln, Gott durch sie nicht zu finden sondern zu verlieren. Und durch die Kirchengeschichte hindurch zieht sich, dass neben den Kirchen der Mächtigen die Gemeinschaften der Ohnmächtigen entstanden sind. Offenbar gab es immer wieder beides, die missbrauchende Kirche, die Täter schützende Kirche und die Kirche derer, die auf der Suche waren, trotz aller Brüche die Botschaft des Jesus von Nazareth zu leben. Und es gab und gibt viel dazwischen, Gemeinschaften die zwischen beiden Polen versucht haben, Glauben zu leben.
Jesus von Nazareth war ein Gewaltopfer, der christliche Glauben gründet sich auf einen Mann, der verfolgt, misshandelt und ermordet wurde. So wie schon der Ursprung, die Schriften des ersten Testamentes, der Glauben des jüdischen Volkes, immer wieder das Leid des Gottesvolkes thematisieren.
Aber zurück zur Gegenwart, wie kann Verkündigung gelingen auf dem Hintergrund sexualisierter Gewalt in den Kirchen, auf dem Hintergrund von langjährigem Wegschauen und Vertuschen? Wie kann Gottesdienst überhaupt gelingen trotz der bitteren Tatsache, dass die Täter in der Regel als Teil der kirchlichen Gemeinschaft verstanden wurden und die Opfer als diejenigen, die Probleme bereiteten und draußen waren.
Was brauchen wir alle, damit etwas heil werden kann? Was ist da möglich? Was kann Verkündigung dazu beitragen? Das sind einige Fragen, die sich mir stellen.

Dazu noch zwei Überlegungen, die für das Verstehen möglicherweise wichtig sind.
Der erste Gedanke: Wenn es um Gewalt geht, gibt es keine neutrale Haltung. Wer sich nicht eindeutig gegen Gewalt positioniert, stärkt diejenigen die sie ausüben. Verkündigung, die dieses Thema einfach ausspart, stärkt die Täter und lässt die Opfer außen vor.
Und der zweite Gedanke: In der Dynamik zwischen Tätern, Opfern und Unbeteiligten haben die Unbeteiligten oft die Tendenz, sich nicht zu verhalten, also zu schweigen und sich nicht zu positionieren, aus ganz unterschiedlichen Gründen.

Wie erleben das nun diejenigen, die Opfer von Gewalt geworden sind, wie erleben das Menschen, die Gewalt innerhalb der Kirchen erlebt haben?
Dazu möchte ich Ihnen einen eigenen Text zur Verfügung stellen, der vielleicht etwas von dem emotional deutlich macht, was in der eben beschriebenen Dynamik auf der Opferseite ausgelöst wird:

Das Wort Missbrauch

Das Wort Missbrauch
lässt mich erstarren
greift nach meiner Seele
immer wieder
Ich stehe vor den Buchstaben
als wäre es gestern geschehen
alles Wegsehen
Verharmlosen
Beschwichtigen
greift nach meinem Leben
ruft die alten Ängste auf den Plan
Es gibt viele Worte des Lebens Gott
laute und leise
zärtliche kraftvolle Worte
Die Hoffnung kennt viele Lieder
Das Wort Missbrauch
löscht für Momente alles Andere aus
Lass die Schatten kürzer werden Gott
lass die zärtlichen Worte den Ton angeben
Du Grund meiner Hoffnung
Berühre Du die Menschen
dass Wegsehen und Verharmlosen
ein Ende haben in Deiner Kirche
und mein Leben einen Raum in ihr

Geschrieben habe ich diesen Text im Herbst 2014, als ich unter anderem durch meine damalige berufliche Rolle, aber auch die ehrenamtliche Mitarbeit im kirchlichen Kontext mit der Abwehr und den Widerständen der Unbeteiligten konfrontiert war.
Diese Erfahrungen gibt es bis heute, auch wenn eine deutliche Veränderung spürbar ist.
Mein Eindruck ist, erst wenige Menschen in den christlichen Gemeinden haben tatsächlich auch emotional begriffen, was Missbrauch und sexualisierte Gewalt innerhalb der Kirchen anrichten. Es geht zuallererst einmal darum zu verstehen, was durch Missbrauch und Gewalt innerhalb der Kirchen angegriffen und beschädigt wird. Durch diese Taten wird Gott selbst infrage gestellt, die Gottesbeziehung eines Menschen wird angegriffen, verletzt und im schlimmsten Fall zerstört.
Das zu begreifen aber wiederum ist notwendig, um ein Gespür dafür zu bekommen, wie Sprache triggern und wie Sprache gelingen kann. Es geht nicht nur darum, etwas richtig zu sagen im Sinn von den richtigen Begriff wählen und den anderen Begriff lassen. Deutlich wird das vielleicht bei männlichen Gottesbezeichnungen. Während das eine Person triggert, findet eine andere gerade darin Trost, dass wenigstens Gott als Vater benannt werden kann. Es ist nicht damit getan, Worte auszutauschen, wohl aber die Sprache zu weiten und die Chancen der Weite zu benennen. Wenn die Wahl besteht, den Begriff zu suchen, der am ehesten hält und am wenigsten triggert, kann etwas neu, heilsamer besetzt werden.
Es geht zuallererst darum, zu verstehen, wie kontaminiert und beschädigt Begriffe, Texte der Bibel, Lieder, Gottesdienste, kirchliche Räume sind. Dieses Verstehen ist eine Voraussetzung, um ein Gespür dafür zu bekommen, wie Gottesdienste triggerarm gestaltet werden können.

Deshalb noch ein Text, der die gottesferne Nacht und die tastende Suche nach Gott ausdrückt.

Schutz

Meine Schutzhöhle habe ich gegraben
in gefrorenen Boden
aufgetaut mit meinem nackten Körper
Mein Schutzzelt habe ich gewebt
aus dem Wehen des Windes
eingefangen auf meiner nackten Haut
Meinen Schutzschwur habe ich geschrieben
in den wehenden Sand
festgehalten mit meinen bloßen Händen
Meine Bitte um Schutz habe ich geweint
in Gottes Erinnerung
als sie vorbeikam
im Morgengrauen

Die Nacht der Gottesferne auflösen kann kein Gottesdienst allein, das braucht Therapie und möglichst auch Seelsorge durch Menschen, die mit Ausbildung und Selbsterfahrung diese Begleitung leisten können. Aber Gottesdienste, Gemeinde vor Ort, Auftreten der Kirche in der Öffentlichkeit kann Betroffene unterstützen oder behindern, sie kann die Nacht der Gottesverlassenheit verlängern oder den Morgen der Gottesbegegnung mit vorbereiten und die Erfahrungen der Gottessuche begleiten.
Triggerfrei ist auch die Bibel nicht. Ist Gott nicht eher dort, wo die Dinge erst einmal so unfassbar sind? Wir werden uns im Workshop damit beschäftigen und gemeinsam nach Sprache suchen. Dafür üben wir mit einem Text der Bibel, indem einer Frau, die um die Heilung ihrer Tochter bittet, gesagt wird, dass es nicht recht ist den Kindern das Brot weg zu nehmen und es den Hunden zu geben. Das wird ihr nicht von irgendwem gesagt, sondern von Jesus von Nazareth. Was für ein triggernder Satz für eine verzweifelte Mutter.
Im Blick auf sexuellen und geistlichen Missbrauch braucht es Menschen innerhalb der Kirchen, die danach fragen, was geschehen ist. Es braucht Menschen, die sich auf die Suche begeben. Wie ist es möglich, so von Gott zu reden, so Gottesdienst zu feiern, dass Menschen mit traumatischen Erfahrungen innerhalb der Kirchen mitfeiern können? Ich halte den Anspruch nach einem triggerfreien Gottesdienst für schwer umsetzbar. Er ist für mich wie das Bild der Zukunftswerkstatt, die Vision, die dann in der Umsetzung in die Realität heruntergeholt werden muss. Aber es ist wichtig, diese Vision zu haben. Ich zweifle deshalb, weil zum Einen die Verletzung und die Angst vor erneutem Verletzt werden hoch sind und zum anderen auch die Bewältigungsstrategien sich unterscheiden. Aber ich bin zuversichtlich, dass es möglich ist, achtsam und mit Respekt Sprache zu wählen, die öffnet und nicht schließt. Die eigene Haltung ist nach meiner Überzeugung das, was bei den Zuhörenden ankommt und Resonanz ermöglicht. Und diese Haltung braucht eigenes Verstehen, ja ein Vorverstehen dessen, was auf dem Hintergrund traumatischer Erfahrungen ausgelöst werden kann. Es braucht Sensibilität für Trigger, nicht Angst vor ihnen. Denn dort wo etwas schmerzt, steckt oft auch die Chance auf Veränderung. Es braucht den Mut, Fragen stehen zu lassen, aber sich neben die Fragenden zu stellen.Vor allem die Frage danach, wo Gott in all dem war, muss ausgehalten und nicht mit Antworten zugedeckt werden.
Es geht nicht darum Antworten zu geben, sondern Fragen auszuhalten, sie auch stellvertretend zu formulieren und den Raum dafür zu bieten. Es geht darum, gemeinsam nach Antworten zu suchen. All das kann dann gelingen, wenn auch die Aufarbeitung des Geschehenen glaubwürdig geschieht, wenn die Sorge um die Opfer höher ist als die Sorge um das Ansehen der Kirche und die eigene Beheimatung in ihr.

Zum Schluss noch ein Text von meinen Versuchen, mit Gott zu sprechen.

Ich träume dich Gott

ich träume dich immer noch
als Mächtigen
der Kinder preisgibt
wenn die Angst mein Herz erreicht
Dann höre ich dein Wort aus dem Mund derer
die Seelen zerbrechen
immer noch
Manchmal aber träume ich dich anders
Gott
höre deine Nähe aus dem Mund derer
die mutig sind
dann träume ich Hoffnung
als einen deiner Namen
Gott

Quellenangabe Texte:
Annette Buschmann, Andreas Stahl, Unsagbare Worte, Trauma, Poesie und die Suche nach Gott, Verlag Herder GmbH, Freiburg im Breisgau 2025

Informationen zur Initiative „GottesSuche – Glaube nach Gewalterfahrungen“:
https://www.gottes-suche.de/



Dokumentation zum Fachtag:
https://akd-ekbo.de/blog/fachtag-macht-und-traumasensibel-gottesdienst-feiern

Text: Ich träume Dich Gott, Erstveröffentlichung, Erika Kerstner / Barbara Haslbeck / Annette Buschmann, Damit der Boden wieder trägt. Seelsorge nach sexuellem Missbrauch © Schwabenverlag. Verlagsgruppe Patmos in der Schwabenverlag AG, Ostfildern 2016. www.verlagsgruppe-patmos.de