

Dear reader,

This is an author-produced version of an article published in *Pastoraltheologie* 87 (1998). It agrees with the manuscript submitted by the author for publication but does not include the final publisher's layout or pagination.

Original publication:

Eschmann, Holger

Dem Teufel ins Gesicht lachen. Logotherapeutische Krisenintervention und Ratschläge Martin Luthers gegen die Anfechtung im Vergleich

In: *Pastoraltheologie* 87 (1998), pp. 35-46

Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht 1998

Access to the published version may require subscription.

Published in accordance with the policy of Vandenhoeck & Ruprecht: <https://www.vr-elibrary.de/self-archiving>

Your IxTheo team

Liebe*r Leser*in,

dies ist eine von dem/der Autor*in zur Verfügung gestellte Manuskriptversion eines Aufsatzes, der in *Pastoraltheologie* 87 (1998) erschienen ist. Der Text stimmt mit dem Manuskript überein, das der/die Autor*in zur Veröffentlichung eingereicht hat, enthält jedoch *nicht* das Layout des Verlags oder die endgültige Seitenzählung.

Originalpublikation:

Eschmann, Holger

Dem Teufel ins Gesicht lachen. Logotherapeutische Krisenintervention und Ratschläge Martin Luthers gegen die Anfechtung im Vergleich

In: *Pastoraltheologie* 87 (1998), S. 35-46

Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht 1998

Die Verlagsversion ist möglicherweise nur gegen Bezahlung zugänglich.

Diese Manuskriptversion wird im Einklang mit der Policy des Verlags Vandenhoeck & Ruprecht publiziert: <https://www.vr-elibrary.de/self-archiving>

Ihr IxTheo-Team

Dem Teufel ins Gesicht lachen

Logotherapeutische Krisenintervention und Ratschläge Martin Luthers gegen die Anfechtung im Vergleich

Holger Eschmann

Seit etwa dreißig Jahren ist die Logotherapie und Existenzanalyse *Viktor E. Frankls* in den Blick der deutschsprachigen Theologie und Seelsorge gekommen. Sie hat zwar im Vergleich zu den Konzepten *Sigmund Freuds* oder *Carl R. Rogers* bisher noch keine allzu bedeutende Rolle eingenommen, aber die Affinität des logotherapeutischen Menschenbilds zu einer theologischen Anthropologie wurde inzwischen mehrfach herausgearbeitet.¹ Der Bezugspunkt zwischen Theologie bzw. Seelsorge und Logotherapie wird dabei vor allem in der für die Logotherapie zentralen Kategorie des Sinns gesehen.² Im Rahmen dieses Aufsatzes soll nachgewiesen werden, dass es eine weitere Verbindungslinie gibt, die bisher in dieser Form noch nicht wahrgenommen wurde, nämlich die strukturelle Ähnlichkeit zwischen den beiden wichtigsten logotherapeutischen Methoden zur Krisenintervention (paradoxe Intention und Dereflektion) und seelsorglichen Ratschlägen *Martin Luthers* in seinen Briefen an angefochtene Menschen. Um diese Strukturanalogie herauszuarbeiten, ist es notwendig, zunächst kurz in die Logotherapie und ihre Aufnahme in die deutschsprachige Seelsorge einzuführen, sodann die Methoden der logotherapeutischen Krisenintervention vorzustellen und schließlich – nach einer kurzen Analyse des Phänomens der Anfechtung – diese Methoden mit Kriseninterventionen Luthers zu vergleichen, wie sie sich in seinen Seelsorgebriefen zeigen.

1. Logotherapie und ihre Aufnahme in Theologie und Seelsorge

Logotherapie ist „eine am Sinn orientierte – und den Patienten an ihm re-orientierende – Psychotherapie“³. Sie wird (vor allem im angelsächsischen Sprachraum) neben *Freuds* Psychoanalyse und *Alfred Adlers* Individualpsychologie die „dritte Wiener Schule“⁴ genannt. Im Brennpunkt ihrer Untersuchungen liegen weniger die Kategorien Lust (Freud) und Macht (Adler), sondern vielmehr die des Sinns als einem wichtigen Faktor für die Persönlichkeitsentwicklung des Menschen. Frankl selbst, der in jungen Jahren rege Beziehungen zu Freud und Adler unterhielt⁵, sieht die Logotherapie nicht als Gegensatz oder Ablösung der anderen psychologischen Schulen an, sondern als eine Ergänzung „in bestimmten Fällen“⁶. Vor allem geht

¹ Vgl. dazu vor allem: *U. Böschmeyer*, Die Sinnfrage in Psychotherapie und Theologie. Die Existenzanalyse und Logotherapie Viktor E. Frankls aus theologischer Sicht, Berlin/New York 1977; *Ders.*, Logotherapie und Religion, in: *G. Condrau* (Hg.), Die Psychologie des 20. Jahrhunderts, Bd. 15, Zürich 1979, 296–302; *C. Kolbe*, Heilung oder Hindernis. Religion bei Freud, Adler, Fromm, Jung und Frankl, Stuttgart 1986; *W. Kurz*, Suche nach Sinn. Seelsorgerliche, logotherapeutische, pädagogische Perspektiven, Würzburg 1991; *W. Kurz/F. Sedlak* (Hg.), Kompendium der Logotherapie und Existenzanalyse. Bewährte Grundlagen, neue Perspektiven, Tübingen 1995; aber auch schon: *W. Kurth/G. Bartling*, Psychotherapie in der Seelsorge, München/Basel 1964.

² So z.B. *W. Kurz*, Seel-Sorge als Sinn-Sorge – Zur Analogie von kirchlicher Seelsorge und Logotherapie, in: *Ders.*, (Anm. 1), 9–25.

³ *V. E. Frankl*, Die Psychotherapie in der Praxis, München ²1986, 61.

⁴ *W. Soucek*, Die Existenzanalyse Frankls, die dritte Richtung der Wiener psychotherapeutischen Schule, in: Deutsche med. Wochenschrift., 73/1948, 594f; vgl. dazu auch: *W. Kurz*, Der Mensch in der Entfremdung von sich selbst, in: *W. Kurz/F. Sedlak* (Anm. 1), 17; *E. Lukas*, Von der Troztmacht des Geistes. Menschenbild und Methoden der Logotherapie, Freiburg 1993, 17.

⁵ Vgl. dazu den Überblick über die Vita Frankls in: *E. Lukas*, Auf der Suche nach Sinn. Logotherapie, in: *H. Petzold* (Hg.), Wege zum Menschen. Methoden und Persönlichkeiten moderner Psychotherapie. Ein Handbuch, Bd. 1, Paderborn 1984, 451–522.

⁶ *V. E. Frankl*, Ärztliche Seelsorge. Grundlagen der Logotherapie und Existenzanalyse, Frankfurt ⁴1987, 40.

es ihm darum, den von ihm diagnostizierten Reduktionismus in Psychologie und -therapie mit Hilfe eines differenzierten Bildes vom Menschen zu überwinden, das neben der Dimension des Leibes und der Seele, auch die des Geistes besonders berücksichtigt. Von daher kann Frankl von der Logotherapie als einer „Psychotherapie vom Geistigen her“⁷ sprechen. Weitere Begriffe, die bei Frankl und seinen Schülern und Schülerinnen eine wichtige Rolle spielen wie Verantwortung, Persönlichkeit und Selbsttranszendenz, rücken Logotherapie und Existenzanalyse auch in die Nähe der Ansätze von *Ludwig Binswanger*, *Medard Boss* oder *Victor Emil von Gebsattel*.⁸

Als spezifische Therapie hat sich die Logotherapie bei der Behandlung der sogenannten „noogenen Neurosen“ bewährt, worunter Frankl „existentielle Reifungskrisen“ versteht,

die unter dem klinischen Bilde einer Neurose verlaufen, ohne eine Neurose im engeren Wortsinn, nämlich im Sinne einer psychogenen Erkrankung, zu sein ... denn auch ein Mensch, der in der Spannung eines Gewissenskonflikts steht oder unter dem Druck eines geistigen Problems ... kann neurotisch erkranken⁹.

Als unspezifische Therapie kann die Logotherapie als Ergänzung zu den Mitteln der ersten Wahl bei nahezu allen psychischen Störungen und Erkrankungen Anwendung finden.¹⁰ Grenzen ergeben sich allerdings vor allem bei der Behandlung von Kindern, da die Fähigkeit zur Selbstdistanz und zum Verzicht wenigstens in Ansätzen entwickelt sein muss.¹¹

In seinem Aufsatz „Seel-Sorge als Sinn-Sorge – Zur Analogie von kirchlicher Seelsorge und Logotherapie“ nennt *Wolfram Kurz* die Logotherapie einen „Glücksfall der Praktischen Theologie im allgemeinen und der Theorie und Praxis der Seelsorge im besonderen“. Ein Glücksfall deshalb, weil – laut Kurz – „die Theologie eine unmittelbare Affinität zu derjenigen Kategorie hat, die im Zentrum der Logotherapie steht: nämlich zur Kategorie Sinn“¹². „Wenn es richtig ist“, so Kurz weiter, „daß in der Chiffre ‘Gott’ derjenige Sinn zur Sprache kommt, über den hinaus kein größerer Sinn gedacht werden kann, dann hat gerade die Theologie allen Anlaß, den Menschen primär als sinnorientiertes Wesen zu verstehen.“¹³

Ähnlich argumentiert der evangelische Theologe und Diplompädagoge *Christoph Kolbe*, der in seiner Untersuchung über die Funktion und Wertschätzung der „Religion bei Freud, Adler, Fromm, Jung und Frankl“ zu dem Ergebnis kommt, dass sich der Dialog der Theologie „mit der existenzanalytischen Logotherapie im Vergleich zu den anderen tiefenpsychologischen Schulen am unkompliziertesten aufnehmen läßt“. Denn Frankl stellt Religion und Religiosität nicht in Frage, sondern „thematisiert vielmehr ihren zentralen Stellenwert im menschlichen Suchen nach dem Sinn des Lebens“¹⁴.

Ein wechselseitiges Verhältnis wird hier aufgezeigt. Ein wenig vereinfacht gesagt: Die Logotherapie kann christliche Theologie und Seelsorge (wieder neu) darauf aufmerksam machen, die mit der Sinnfrage verbundene heilsame Dynamik für die Psyche „ernst zu nehmen, ohne

⁷ A.a.O., 39.

⁸ *W. Kurz* (Anm. 4), 17.; s. aber auch Frankls Abgrenzung zur Daseinsanalyse in: *V. E. Frankl* (Anm. 3), 61.

⁹ *V. E. Frankl*, Theorie und Therapie der Neurosen. Einführung in Logotherapie und Existenzanalyse, München 1987, 131.

¹⁰ A.a.O., 151–153; In *W. Kurz/F. Sedlak* (Anm. 1) werden u.a. die Anwendungsmöglichkeiten der Logotherapie bei Krankheitsbildern wie Angst- und Zwangsneurosen, Depressionen, Süchte, Sexualstörungen und Hysterie aufgezeigt.

¹¹ In der Adoleszenz kann die Logotherapie dagegen einen sinnvollen Beitrag bieten, vgl. *W. Kurz*, Mut zum Auszug, Mut zur Suche. Adoleszenz und Seelsorge, in: *R. Riess/K. Fiedler* (Hg.), Die verletzlichen Jahre. Handbuch zur Beratung und Seelsorge an Kindern und Jugendlichen, Gütersloh 1993, 97–115; *W. Kurz*, Seelsorge in der Phase der Adoleszenz – Der junge Mensch auf der Suche nach Sinn, in: *W. Kurz/F. Sedlak* (Anm. 1), 429–445.

¹² *W. Kurz*, (Anm. 2), 9.

¹³ A.a.O., 24.

¹⁴ *C. Kolbe* (Anm. 1), 263.

vorschnell theologisch 'fertige' Antworten zu geben"¹⁵. Und auf der anderen Seite können Theologie und Seelsorge im logotherapeutischen Prozess zur Wahrnehmung eines letzten, Geborgenheit stiftenden Sinns anleiten.

Neben dieser zentralen Frage nach dem Sinn gibt es noch andere, teilweise damit verbundene Aspekte für einen sich gegenseitig befruchtenden Dialog von Seelsorge und Logotherapie. Frankl selbst macht in seinem gesamten Werk keinen Hehl aus seiner eigenen religionsoffenen Haltung.¹⁶ Das Gottes- und Menschenbild der Logotherapie ist wesentlich komplexer und mit biblisch-theologischen Bildern vom Menschen leichter zu verknüpfen als die diesbezüglichen Anschauungen anderer Therapierichtungen. Deshalb ist bei der logotherapeutischen Arbeit ein weniger großes, ja vielleicht gar kein *sacrificium theologiae* zu leisten.

Logotherapie versteht „den Menschen seinem Wesen nach als selbsttranszendentes Subjekt“¹⁷, das sich zu sich selbst verhalten kann. Der Mensch ist weder durch seine Biographie noch durch sein soziales Umfeld so festgelegt, dass nicht noch Veränderung möglich wäre. Dies nennt Frankl sein psychotherapeutisches Credo. *Uwe Böschmeyer* drückt das in seiner Arbeit zur „Sinnfrage in Psychotherapie und Theologie“ folgendermaßen aus:

Hält Tillich den Existentialismus für einen natürlichen Bundesgenossen des Christentums ... so halten wir die existenzanalytische Logotherapie für einen geistigen 'Bundesgenossen' der christlichen Theologie, weil sie gegen das biologistische, psychologische und soziologische Credo an die Bedingtheit der Existenz ihr Credo an die Unbedingtheit stellt: den Glauben an die Möglichkeit des Freien und Verantwortlichen im Menschen.¹⁸

Dass hier Parallelen zu einer theologischen Anthropologie bestehen, liegt auf der Hand, auch wenn Frankl dabei kein paulinisch-reformatorisches Menschenbild vertritt. Seine Wurzeln sind vielfältig und liegen vor allem bei der Existenzphilosophie, bei *Max Scheler* und *Nicolai Hartmann*. Frankls Gedanken stehen der katholischen Tradition näher als der evangelischen und gründen nicht zuletzt in seiner jüdischen Religion, was vor allem beim Frankl'schen Person-Begriff deutlich wird¹⁹.

Die Logotherapie stellt „die Würde und Sinnhaftigkeit des leidenden, ja auch des extrem leidenden Menschen“²⁰ heraus. Keinem Menschen, und sei er noch so psychisch oder somatisch deformiert, ist die Menschenwürde und der eines Menschen würdige Umgang abzuspochen. Frankl gebraucht hier den Begriff des psychiatrischen Credo. Auch die christliche Theologie bekennt sich zur vollen Würde und zum Wert behinderter und leidender Menschen. Allerdings begründet sie diesen unverlierbaren Wert in der Liebe Gottes zum Menschen und in der Vorstellung der *imago dei*. Bei Frankl steht hier der Gedanke, dass das Geistige im Menschen nicht krank werden und letztlich auch nicht sterben kann.

Durch den Gedanken der Selbsttranszendenz und durch die damit verbundene Außenorientierung des Menschen begegnet die Logotherapie der Gefahr eines Quietismus, die einigen therapeutischen Schulen, aber auch einer individualistisch verengten Seelsorge anhaftet. Sinnvolle Existenz ist vor allem Existenz im Dienst für eine gute Sache, im Dienst der Mitmenschlichkeit, im Einsatz für Gerechtigkeit, Frieden und für die Bewahrung der den Menschen anvertrauten Schöpfung. Auch in dieser ethischen Dimension steht die Logotherapie christlicher Theologie nahe. Psychische Heilung ereignet sich beim Aufbrechen, beim Sich-auf-den-Weg-Machen (Lk 17,14).

¹⁵ Ebd.

¹⁶ Vgl. dazu vor allem: *V. E. Frankl*, *Der unbewußte Gott. Psychotherapie und Religion*, München ⁷1988.

¹⁷ *W. Kurz* (Anm. 1), 24.

¹⁸ *U. Böschmeyer* (Anm. 1), 131.

¹⁹ A.a.O., 151f.

²⁰ *W. Kurz* (Anm. 1), 24.

2. Die Methoden logotherapeutischer Krisenintervention

2.1 Paradoxe Intention

Die sogenannte paradoxe Intention kommt vor allem bei angstneurotischen und zwanghaften Störungen zur Anwendung. Durch sie soll der angstneurotische Zirkel, in dem der Patient gefangen ist, durchbrochen oder gemindert werden. Bei der paradoxen Intention wünscht sich der Patient auf übertriebene Weise genau das herbei, wovor er sich eigentlich fürchtet. So schreibt Frankl:

Gelingt es unseren Patienten, paradoxerweise zu intendieren, wovor sie sich fürchten, so hat diese psychotherapeutische Behandlungsmaßnahme auf den phobischen Patienten einen erstaunlich günstigen Einfluß. Im gleichen Augenblick nämlich, in dem der Patient es lernt, an die Stelle der Angst die (paradoxe) Absicht treten zu lassen, nimmt er seiner Befürchtung sozusagen den Wind aus den Segeln ... Der Patient soll die Neurose objektivieren und sich von ihr distanzieren. Der Patient soll lernen, der Angst ins Gesicht zu sehen, ja ihr ins Gesicht zu lachen. Hierzu bedarf es eines Mutes zur Lächerlichkeit. Der Arzt darf sich nicht genieren, dem Patienten vorzusagen, ja vorzuspielen, was sich der Patient sagen soll. Nichts läßt den Patienten von sich selbst so sehr distanzieren wie der Humor.²¹

Der Humor, das Ironisieren der Angst, ist wichtig, damit die paradoxe Intention sich nicht in Selbstsuggestion verkehrt. Die paradoxe Intention bietet dem Therapeuten/der Seelsorgerin die Möglichkeit, die anthropologische Dimension der Selbsttranszendenz methodisch umzusetzen. Zwei Beispiele, die dies verdeutlichen:

Ein junger Arzt leidet an einer schweren Hidrophobie (Schwitzphobie). Eines Tages reicht er seinem Vorgesetzten die Hand und beobachtet hierbei, daß er in auffallendem Maße in Schweiß gerät. Das nächste Mal, bei analoger Gelegenheit, erwartet er bereits den Schweißausbruch, und die Erwartungsangst treibt ihm auch schon den Angstschweiß in die Poren. Unser hidrophober Kollege wurde nun von uns angewiesen, gegebenenfalls – in ängstlicher Erwartung eines Schweißausbruchs – geradezu sich vorzunehmen, demjenigen, dem er da begegnet, recht viel vorzuschwitzen. 'Bisher hab' ich nur 1 Liter zusammenschwitzt', so sagte er jeweils zu sich selbst, 'jetzt aber will ich 10 Liter herausschwitzen!' Und das Ergebnis? Nachdem er vier Jahre lang an einer Phobie gelitten hatte, konnte er sich von ihr auf diesem von uns gewiesenen Wege – nach einer einzigen Sitzung – innerhalb einer Woche vollends und endgültig befreien.²²

Eine Patientin ist 23 Jahre alt und leidet seit dem 17. Lebensjahr an der Zwangsvorstellung, sie könnte im Vorbeigehen, ohne es zu wissen, jemanden umgebracht haben. Muß dann mehrfach zurückgehen, sich vergewissern, ob nicht irgendwo am Weg eine tote Frau liegt. Sie wird von Frau Dr. Niebauer behandelt. Der Patientin wird geraten, sie solle sich sagen: Gestern habe ich schon 30 umgebracht, heute schon 10, da muß ich rasch weitergehen, damit ich mein heutiges Pensum noch rechtzeitig erledige. 6 Tage später (Tonbandaufnahme): 'Ich muß sagen, das mit der paradoxen Intention haut hin, ich muß mich gar nicht umschaun. Mit der Zwangsvorstellung, daß ich jemanden ermordet hätte, werde ich ganz gut fertig!' Frau Dr. Niebauer: 'Wie verhalten Sie sich denn jetzt?' Patientin: 'Ganz einfach, ich sage mir, wenn eine solche Zwangsvorstellung aufkommt, daß ich gleich weiter muß, da ich ja noch so viele umzubringen habe. Dann ist aber auch der Zwang weg.'²³

2.2 Dereflexion

Die Dereflexion ist als therapeutische Methode vor allem bei starkem Selbstbeobachtungszwang, Übergewissenhaftigkeit und Skrupulosität angebracht.

Während die paradoxe Intention den Patienten instand setzt, die Neurose zu ironisieren, ist er mit Hilfe der Dereflexion imstande, die Symptome zu ignorieren ... Etwas ignorieren – also die

²¹ V. E. Frankl (Anm. 9), 155ff.

²² A.a.O., 156.

²³ A.a.O., 163.

geforderte Dereflexion leisten – kann ich nur, indem ich an diesem Etwas vorbei agiere, indem ich auf etwas anderes hin existiere.²⁴

Möglichkeiten für die Anwendung der Dereflexion finden sich zum Beispiel bei bestimmten Schlafstörungen und Sexualstörungen. Wenn der Schlaf oder auch der sexuelle Höhepunkt krampfhaft erwartet wird oder herbeigezwungen werden soll, tritt beides eben gerade nicht ein. Dereflexion bei Schlafstörungen könnte zum Beispiel heißen, dass die Betroffenen davon überzeugt werden, dass sich ihr Körper das Minimum an Schlaf, das er braucht, auf natürliche Weise holt. Und dass sich auch beim bloßen Hinliegen schon der Körper entspannt. Dadurch wird die Angst vor möglichen Krankheitsfolgen der Schlaflosigkeit genommen. Wenn man dann wach im Bett liegt, solle man – statt unruhig den Schlaf herbeizusehnen – sich lieber vornehmen, an den letzten Urlaub oder an ein bevorstehendes schönes Ereignis zu denken. Bei Sexualstörungen infolge zu großer Reflexion auf den Sexualakt hilft – laut Frankl – manchmal schon das medizinisch begründete Verschreiben eines Koitusverbotes. Meist riefen die Patienten schon wenige Tage nach der Therapiesitzung bei ihm an, um ihm mitzuteilen, dass sie, die vorher unfähig waren, miteinander zu schlafen, sich einfach nicht an das Verbot halten könnten.²⁵

Soll die Dereflexion eine dauerhafte therapeutische Wirkung zeigen, ist die anthropologische Kategorie des Sinns, auf den hin das Leben gestaltet wird, zu beachten. Dabei wird von Frankl der Inhalt dieses Lebenssinns den Ratsuchenden selbstverständlich nicht vorgegeben. Er ist im Lebensvollzug von ihnen selbst zu finden.²⁶ Der Therapeut/die Seelsorgerin kann hierbei „nur“ Hilfestellung leisten. Durch die Änderung der Perspektive von der übertriebenen Selbstbeobachtung weg auf etwas Sinnvolles hin geschieht heilsame Entlastung.

3. Anfechtung?²⁷

Das in der Alltagssprache kaum mehr vorkommende Wort Anfechtung wurde von der deutschsprachigen Reformation geprägt und ist ein Begriff aus dem Bereich der Glaubenserfahrung. In der Anfechtung wird „die Verbundenheit des Glaubenden mit Gott in Frage gestellt“²⁸, was zu einer existentiellen Krise der betroffenen Person führen kann. Zur Anfechtung kann beispielsweise die Erfahrung der Verborgenheit Gottes, seiner Gerechtigkeit (oder scheinbaren Ungerechtigkeit), das Erleben von Schuld oder auch die Angst, von Gott verworfen zu sein, führen. Da die Anfechtung in der Gotteserfahrung wurzelt, bzw. durch die Erfahrung der Abwesenheit Gottes hervorgerufen wird, kann sie letztlich auch nur durch Glaubenserfahrung überwunden werden und nicht durch Psychopharmaka oder Psychotherapie. Andererseits können Glaubenskrisen durch psychische oder physische Leiderfahrungen ausgelöst werden und ihrerseits psychische oder psychosomatische Auswirkungen haben, die unter Umständen therapeutisch behandelt werden müssen.²⁹ Der Mensch lässt sich nicht zerteilen in einen religiösen und einen weltlichen Teil. Deshalb wird seelsorgliches Handeln im Falle der Anfechtung sowohl psychologische als auch theologische Aspekte zu berücksichtigen haben: „Eine gegenwärtige Seelsorge wird versuchen, psychosomatische Voraussetzungen und theologische Deutung der Anfechtung nicht miteinander zu vermengen, aber auch nicht den einen Aspekt zugunsten des anderen zu vernachlässigen.“³⁰ Eine logotherapeutische Analyse der

²⁴ A.a.O., 171.

²⁵ A.a.O., 114.

²⁶ V. E. Frankl (Anm. 6), 290–293.

²⁷ Vgl. H. Eschmann, Allein die Anfechtung lehrt aufs Wort merken. Aspekte einer fast vergessenen Dimension „praktisch“ werdender Theologie, in: ThBeitr 25/1994, 119–128.

²⁸ W. Pannenberg, Der Einfluß der Anfechtungserfahrung auf den Prädestinationsbegriff Luthers, in: KuD, 3/1957, 109.

²⁹ Vgl. dazu: H. Hark, Religiöse Neurosen. Ursache und Heilung, Stuttgart 1984.

³⁰ H. M. Barth, Art. „Anfechtung“, in: EKL, Bd. 1, ³1986, 142.

Anfechtungserfahrung wird auf den Sinnverlust in diesem Geschehen hinweisen: Das, was dem Leben letzten Halt und Sinn bietet, der Gott, der Lebensgewissheit schenkt, ist in der Anfechtung zutiefst in Frage gestellt. Der Menschen wird ganz auf sich selbst geworfen.

Hilfe in der Anfechtung geschieht aus theologischer Sicht vor allem in der Klage vor Gott. Unübertroffen bieten dazu die Klagelieder der Psalmen „Worte gegen die Angst. Sie nehmen mit hinein in die Bewegung aus der Angst ins Vertrauen“, eine Bewegung, die „die Reformatoren mit der *paradoxen* Formen *ad deum contra deum confugere*“³¹ bestimmten. Wer in seiner Anfechtung Gott als verborgen oder gar als bedrohend erfährt, soll nun gerade zum ihm hin fliehen, um dort das Wort von der guten Geschichte Gottes mit den Menschen neu zu vernehmen. Denn die Anfechtung kann nicht durch eigene verzweifelte Anstrengung überwunden werden, sondern nur durch das Vertrauen darauf, dass im Hören Gott selbst kommen wird, „um mitten unter uns zu sein ... Denn zu uns redend wird der Abwesende anwesend“³².

4. Luthers Ratschläge gegen die Anfechtung³³

Luthers Zeit war – ähnlich wie die heutige – von Unbeständigkeit und Angst bestimmt. Es war zwar nicht die neuzeitliche Angst vor der Weltvernichtung und der Sinnlosigkeit der Existenz, sondern die Angst vor Schuld, Hölle und Teufel. Aber schon für Luther ist die Hölle nicht mehr nur ein metaphysischer Ort, wo die in Sünde Gestorbenen irgendwann hinkommen, sondern er sieht ganz neuzeitlich Hölle bereits im Leben anbrechen, wenn er sie mit der Verzweiflung vergleicht.³⁴ Für uns heute befremdlich, sieht Luther die Anfechtungen, die sich in Angst, in aggressiven und depressiven Gefühlslagen äußern können, als von außen bewirkt an. Sie haben ein Gesicht. Es ist entweder Gott, der sich dem Menschen entzieht oder ihn auf die Probe stellt oder der Teufel, der in Verzweiflung stürzen will. Durch diese Personifizierung kann Luther besser mit der Anfechtung umgehen. Er kann sich zu ihr verhalten und sie anreden.

Die drei folgenden Briefausschnitte stellen exemplarisch dar, wie Luther, der selbst zeitlebens von schweren Anfechtungen betroffen war, in der Krise agiert. Die Struktur der Ratschläge könnten an vielen weiteren Seelsorgebriefen verifiziert werden.³⁵

4.1 An den an Schwermut leidenden Freiburger Freund und Reformator Hieronymus Weller in Wittenberg (Sommer 1530):

Darum, so oft euch diese Anfechtung anfallen wird, hütet Euch davor, mit dem Teufel eine Disputation anzufangen oder solchen tödlichen Gedanken nachzuhängen. Denn das bedeutet nichts anderes als dem Teufel nachgeben und unterliegen. Ihr sollt euch vielmehr anstrengen, mit aller Kraft solche vom Teufel eingegebenen Gedanken zu verachten ... Verlacht den Feind und sucht euch jemand, mit dem ihr plaudern könnt. Die Einsamkeit flieheth auf jede Weise, denn er sucht euch gerade dann am liebsten zu erhaschen und abzufassen, wenn ihr allein seid. Durch Spiel und Nichtachtung wird dieser Teufel überwunden, nicht durch Widerstand und Disputieren. Treibt deshalb Scherz und Spiel mit meinem Weibe und andern; dadurch vertreibt ihr die teuflischen Gedanken und bekommt einen guten Mut, lieber Hieronymus ... Seid darum guten und getrosten Mutes und werft diese schrecklichen Gedanken weit von euch. Und so oft euch der Teufel mit solchen Gedanken plagt, sucht auf der Stelle menschliche Gesellschaft, oder trinkt mehr, treibt Kurzweil oder sonst etwas Heiteres. Man muß bisweilen mehr trinken, spielen, Kurzweil treiben, und hiebei sogar irgend eine Sünde riskieren, und dem Teufel Abscheu und Verachtung zeigen, damit wir ihm ja keine Gelegenheit geben, uns aus Kleinigkeiten eine Gewissenssache zu machen. Andernfalls werden wir überwunden, wenn wir uns ängstlich darum sorgen, daß wir ja nicht sündigen. Deswegen, wenn der Teufel einmal sagt: ‘Trinke nicht!’, so sollt ihr ihm zur Antwort

³¹ H. Eschmann (Anm. 27), 125.

³² E. Jüngel, Anfechtung und Gewißheit des Glaubens, Kaiser Traktate 23/1976, 30.

³³ M. Luthers Trostbriefe werden im Folgenden zitiert nach der Zusammenstellung v. G. Blail, Vom getrosten Leben. Martin Luthers Trostbriefe, Stuttgart 1982.

³⁴ These 16 der 95 Thesen. WA I,234.

³⁵ Vgl. hierzu A. Peters, Die Anfechtung in Luthers Leben und Theologie, Luth. Theol. u. Kirche, 1983, 1–20.

geben: 'Gerade darum will ich kräftig trinken, weil du es verwehrt, und zwar trinke ich umso mehr.' So muß man immer das Gegenteil von dem tun, was der Satan verbietet. Aus was für einem anderen Grund glaubt ihr, daß ich – so wie ich's tue – kräftiger trinke, zwangloser plaudere, öfter esse, als um den Teufel zu verspotten und zu plagen, der mich plagen und verspotten wollte? Wenn ich doch so etwas wie eine auffallende Sünde aufzuweisen hätte, nur um damit den Teufel zu foppen, damit er erkennt, daß ich keine Sünde anerkenne und mir keiner Sünde bewußt bin!³⁶

4.2 An den von Selbstmordgedanken geplagten Freund Luthers, Jonas von Stockhausen (27.11.1532):

Aber der allerbeste über allen Rat ist, wenn ihr nicht überall mit Ihnen (den Gedanken, H.E.) kämpfen möchtet, sondern könntet sie verachten, und tun, als fühlte Ihr sie nicht, und gedächte immer etwas anderes, und sprecht also zu ihnen: 'Wohlan, Teufel, laß mich ungehindert, ich kann jetzt nicht deiner Gedanken warten, ich muß reiten, fahren, essen, trinken, das oder das tun: kurz: ich muß jetzt fröhlich sein, komm morgen wieder usw.' Und was ihr sonst könntet vornehmen, spielen und dergleichen, damit ihr solche Gedanken nur frei und wohl verachtet, und von euch weiset. Hiemit befehle ich euch unserm lieben Herrn, dem einigen Heiland und rechten Siegmann Jesu Christo, der wolle seinen Sieg und Triumph in eurem Herzen behalten wider den Teufel, und uns alle durch seine Hilfe und Wunder in euch erfreuen, das wir tröstlich hoffen und bitten, wie er uns geboten und verheißen hat, Amen.³⁷

4.3 An Barbara Lißkirchen, die an der Frage nach der Vorherbestimmung irre zu werden drohte (30. 4. 1531):

Zum andern: wenn nun solche Gedanken einfallen, sollet ihr lernen bei euch selber fragen: Lieber, in welchem Gebot stehet's, daß ich davon gedenken soll, oder handeln? Wenn sich denn kein Gebot findet, so lerne sprechen: Ei, so heb dich, du leidiger Teufel! Du willst mich dahin treiben, daß ich soll für mich sorgen, so doch Gott allenthalben spricht: Ich soll ihn lassen für mich sorgen, und sagt: Ich bin dein Gott, das ist: Ich Sorge für dich, halt mich dafür, und warte, was ich heiße, und lasse mich sorgen; wie St. Petrus lehret: Werfet alle eure Sorge auf ihn, denn er sorget für euch; und David: Wirf dein Anliegen auf den Herrn, der wird dich versorgen.

Zum dritten: ab nun wohl die Gedanken so bald nicht ablassen (denn der Teufel ungerne abläßt), so müsset ihr darum auch nicht ablassen, und sagen: 'Hörest du nicht, Teufel, daß ich solche Gedanken nicht haben will? Und Gott hat sie verboten, heb dich; ich muß jetzt an seine Gebote denken, und laß ihn dieweil für mich selbst sorgen. Bist du ja so klug in solchen Sachen, so fahre hin gen Himmel, und disputiere mit Gott selbst, der kann dir genug antworten. Und solt also ihn immerdar von euch weisen, und das Herz auf Gottes Gebot kehren.'

Zum vierten: unter allen Geboten Gottes ist das höchste, daß wir seinen lieben Sohn, unsern Herrn Jesum Christum, sollen uns Vorbilden, der soll unsers Herzens täglicher und vornehmster Spiegel sein, darin wir sehen, wie lieb uns Gott hat, und wie er so hoch, als ein frommer Gott, für uns hat gesorget, daß er auch seinen lieben Sohn für uns gegeben hat ... Unser lieber Herr Jesus Christus zeige euch seine Füße und Hände, und grüße euch freundlich im Herzen, auf daß ihr ihn allein ansehet und höret, bis ihr fröhlich in ihm werdet. Amen.³⁸

5. Möglichkeiten und Grenzen des Vergleichs

Beim Vergleich der Ratschläge Luthers mit den logotherapeutischen Methoden der Krisenintervention fällt zunächst auf, dass bei beiden der Humor eine entscheidende Rolle spielt. Humor schafft Selbstdistanz und setzt heilsame Kräfte frei.³⁹ Wer dem Teufel (Luther) oder der Angst (Frankl) entgegenlachen kann, hat ein gutes Stück Freiheit gewonnen. Dem Rat Luthers,

³⁶ *G. Blail* (Anm. 33), 47–49.

³⁷ A.a.O., 64f.

³⁸ A.a.O., 50f.

³⁹ „Nichts vermöchte die Umstellung gegenüber menschlichen Beding- und Gegebenheiten so heilsam zu gestalten wie der Humor.“ (*V. E. Frankl* [Anm. 6], 232f).

sich vom Teufel nicht alles gefallen zu lassen, entspricht das Bonmot Frankls, sich von sich selbst nicht alles gefallen zu lassen.

Wenn Luther in dem Brief an Hieronymus Weller davon abrät, „mit dem Teufel eine Disputation anzufangen oder solchen tödlichen Gedanken nachzuhängen“, dann korrespondiert dies strukturell mit der Franklschen Methode der Dereflexion, die ebenfalls den Zwang zum Grübeln unterbrechen soll. Das Moment der Dereflexion begegnet auch in den Briefen an Jonas von Stockhausen und Barbara Lißkirchen. Während dem einen geraten wird, sich abzulenken und die Gedanken/den Teufel humorvoll auf morgen zu vertrösten, bis man wieder Zeit für dafür habe, wird bei der anderen die Frankl'sche Einsicht besonders deutlich, dass die geforderte Dereflexion dann gelingen kann, wenn etwas anderes vor Augen und in den Sinn kommt, auf das hin existiert wird: „Unser lieber Herr Jesus Christus zeige euch seine Füße und Hände (sc. die Wundmale, H.E.) und grüße euch freundlich im Herzen, auf daß ihr ihn allein ansehet und höret, bis ihr fröhlich in ihm werdet.“ Eindrücklich ist bei diesem Brief auch die Einübung in eine heilsame Passivität, wenn Luther rät, den Teufel zu Gott zu schicken, damit die Verantwortung für die Frage der Vorherbestimmung dorthin verwiesen ist, wo sie hingehört.

Die logotherapeutische Methode der paradoxen Intention findet ihre deutlichste Parallele in Luthers Brief an Hieronymus Weller. Luther erkennt, dass es den von Schuldgefühlen angefochtenen Menschen nur noch tiefer in die Verzweiflung treibt, wenn er ängstlich darauf starrt, nur ja nicht weiter zu sündigen. Deshalb rät er zum *pecca fortiter*, zum kräftigen Sündigen, also dazu, gerade das zu intendieren, wovor man Angst hat: „Gerade darum will ich kräftig trinken, weil du (Teufel) es verwehrt, und zwar trinke ich umso mehr. So muß man immer das Gegenteil von dem tun, was der Satan verbietet.“ Durch den (humorvoll übertriebenen) paradoxen Wunsch wird die Spirale der Angst vor der Angst durchbrochen und ein Stück Gelassenheit und neue Freiheit in Denken und Handeln eröffnet.

Ist man geneigt, die Ratschläge Luthers aus psychoanalytischer Sicht eher als ein Verdrängen denn als ein Lösen von Konflikten anzusehen, so ergeben sich mit Hilfe von Logotherapie und Existenzanalyse neue Deutemöglichkeiten der Seelsorgepraxis Luthers.⁴⁰ Es lassen sich aber daraus durchaus auch Handlungsperspektiven für eine heutige Therapie und Seelsorge neurotischer religiöser Phänomene ableiten.⁴¹ Dass Luthers Theologie und Anthropologie dabei nicht einfach mit Frankls psychotherapeutischem Entwurf identifiziert werden darf, habe ich schon angesprochen. Trinitätstheologisch formuliert, bleibt Frankl mit der Logotherapie ganz im Bereich des Geschöpflichen, während für Luther die Seelsorge in Beichte und Absolution, also in der Dimension der Christologie, zu ihrem Ziel findet.⁴²

Prof. Dr. Holger Eschmann
Praktische Theologie I
Theologische Hochschule Reutlingen
holger.eschmann@th-reutlingen.de

⁴⁰ Vgl. dazu die knappen Andeutungen in *A. Peters*, Rechtfertigung (Handbuch systematischer Theologie, Bd. 12), Gütersloh 1984, 276f. zur Vorwegnahme von Einsichten *S. Freuds*, *A. Adlers*, *C. G. Jungs* und *V. E. Frankls* in der Seelsorge *M. Luthers*.

⁴¹ Mir ist persönlich der Fall eines Theologiestudenten bekannt, bei dem durch das Studium der Seelsorgebriefe *M. Luthers* eine seit etwa zehn Jahren bestehende Angstneurose mit starker Ausprägung im religiösen Bereich, die sich somatisch vor allem in häufig auftretenden Tachykardien und Ohnmachtsgefühlen äußerte, deutlich abklang.

⁴² Vgl. *A. Peters*, Christliche Seelsorge im Horizont der drei Glaubensartikel. Aspekte einer theologischen Anthropologie, in: *ThLZ*, 114/1989, 641–660.