

**9. Sommersymposion auf Sylt
Wieder gut sein lassen**

Von Trauma, Kränkung, Verzeihen und Hingabe

Notizen nach der Tagung

Beiträge zur europäischen Kultur des C. G. Jung Forums der VCH Akademie

in Kooperation mit der Akademie Sankelmark



Foto: Amelie Gräf

Mittwoch 19. bis Sonntag 23. August 2020

Ort: Akademie am Meer

25992 Klappholttal/Sylt

Mittwoch, 19. August 2020

Wenn man von Trauma, Kränkung, Verzeihen und Hingabe sprechen will, gilt dann wirklich eine Überschrift wie: „Wieder gut sein lassen?“ Das war die Ausgangsfrage bei der vorstellenden *Eingangsrunde*. Hier die Statements der TeilnehmerInnen, die bereits die Breite des Symposiums Themas zeigen:

Das erste Statement betonte: „Ich würde das „wieder“ streichen“. Denn dann käme man „immer wieder in die gleiche Schmerzschleife“

Es stelle sich die Frage, so die nächste Bemerkung, ob „Hingabe“ zu den anderen Themen passe. Denn bei Trauma, Kränkung und Verzeihen gehe es um „Opfer-Täter“ Konstellationen. Aber bei Hingabe?

Eine weitere Teilnehmerin liest das „Wieder gut“ als Gefahr von „Schlussstrichmentalität“: Man wolle schnell „unter den Teppich kehren“. Sie finde aber, dass Hingabe sehr gut zu den anderen Themen passe. So heiße es in einem Mariengedicht von Rilke: „...und da sie alle hinter ihren Kerzen abwarten sah, riss sie vom Übermaß/ der Stimmen sich und schenkte noch von Herzen/ die beiden Kleider fort, die sie besaß,/ und hob ihr Antlitz auf zu dem und dem.../(O Ursprung namenloser Tränen-Bäche).// Sie aber legte sich in ihre Schwäche

Eine andere Teilnehmerin liest den Text wie das „Trösten einer Mutter, die einen übers Haar streichelt. In einer Biographie mit Flucht und Vertreibung habe man eher Sehnsucht nach solcher Mutter.

Eine weitere findet den Satz eher „diskriminierend.“ Das klinge nach „Theater“. Verletzungen müsse man sich zunächst mühsam stellen und sie „erinnernd und wiederholend durcharbeiten“.

Jemand stört das „Gut“ im Text. Es erinnere an die gern genommene Allerweltsfloskel: „Alles gut“. Zum Thema habe er aber die Frage, ob der Begriff der anonymen Alkoholiker von der „Kapitulation“ (akzeptieren, dass etwas stärker ist als das eigene Ich) auch im Heilungsprozess von Trauma und Kränkung eine Funktion haben könnte.

Eine weitere Teilnehmerin beobachtet wie sie und ihre Geschwister, älter geworden, in Träumen und Denken und Reden viel um Kindheitstage und deren Schönheiten und Traumata kreisen. „Hört das denn nimmer auf“?

Er erinnere spontan eine Szene aus dem Film „Ich denke oft an Piroshka (1955). "Darfst Piri zu mir sagen!" Mit diesen Worten hatte die 17-jährige Ungarin Piroshka (Pulver) den deutschen Austauschstudenten Andreas (Gunnar Möller) zu Beginn verzaubert. Und der bittet sie später, das noch einmal zu wiederholen.

Zur „Hingabe“ erinnert jemand einen Bericht aus Papua-Neuguinea: Dort erfordere die Gabe immer eine Gegengabe. Zwischen Gabe und Gegengabe liege ein wesentlicher Zeitraum von bis zu einem Jahr. Damit hat die Zeit die Funktion der Verschleierung und subjektiv kann jede Gabe so empfunden werden, als würde sie rein und ganz unabhängig vom System-Versprechen einer Gegengabe gegeben werden. Dies erscheint ihm eine der wichtigsten Funktionen dieses Systems zu sein, nämlich, „dass die Gabe zur Gegengabe zwar verpflichtet, aber nicht im Sinne einer einfordernden- oder gar einklagbaren Verpflichtung. Die Gegengabe zu fordern, ist vielmehr selbst verpönt. Damit macht sich das institutionalisierte *Als Ob* einer Reinheit der Gabe geltend“

Sie sei echt irritiert in ihrem Vaterbild, denn die Freundin ihrer verstorbenen Schwester habe von ständigen Kränkungen dieser Schwester gegenüber berichtet. Sie habe ihn anders empfunden. Was gilt?

Jemand würde Hingabe an den Anfang der Themenreihe setzen, denn aus dieser Haltung könnte Trauma und Kränkung entspringen.

Jemand berichtet, sie habe ihrem sonst keine Bücher lesenden Vater das Buch „Wolfszeit“ geschenkt. In „Wolfszeit“ beschäftige sich der ehemalige Feuilleton-Chef der Berliner Zeitung mit Deutschland und den Deutschen unmittelbar nach dem Zweiten Weltkrieg bis in die Mitte der 1950er. Dem Autor und nun auch ihn interessiert die Frage, wie die Deutschen damit klarkamen nach 1945, dass ihr *geliebtes* Reich nicht mehr existierte, wie sie an Zucht, Ordnung und Obrigkeit gewöhnt mit der Anarchie klarkamen, wie sie mit den neuen Herren, den Besatzern, klarkamen. Wird Wolfszeit zur Redezeit?

Donnerstag, 20. August 2020

Einstimmung in den Tag: Michael Kohlhaas:

Kleists Michael Kohlhaas sei durch verschiedene Kränkungen traumatisiert, darum die Überbetonung des Gerechtigkeitsgefühls. Die Eskalation der Gewalt komme relativ harmlos dadurch in Gang, dass dem Rosshändler Kohlhaas beim Passieren eines

Waldes an der Tronkenburg vom Schlossherrn von Tronka für die Pferde, die er in der nächsten Stadt verkaufen will, ein Passierschein ohne rechtliche Grundlage gefordert wird, und da dieser nicht vorgelegt werden kann, werden einige Pferde einbehalten. Die zweite Kränkung besteht darin, daß die zurückbehaltenen Pferde misshandelt werden und der zurückgelassene, sich völlig korrekt verhaltende Knecht Herse, wie es im Text heißt, «zerprügelt und weggejagt» wird. Die dritte Kränkung entsteht dadurch, daß der von Kohlhaas nun angestrenzte Prozess von Tronka hintertrieben wird. Die vierte und entscheidende Kränkung besteht schließlich darin, daß die Ehefrau Lisbeth beim Versuch, eine Bittschrift zu übergeben, niedergeschlagen wird, woraus eine schwere Verletzung mit Todesfolge resultiert.

Kleist beschreibt die psychische Entwicklung in den verschiedenen Phasen ziemlich subtil und in einem späteren Stadium generalisiert Kohlhaas dann das individuell erlittene Unrecht und bezieht es sozusagen auf einen metaphysischen Bereich:

«Hierauf erzählte er Lisbeth, seiner Frau, den ganzen Verlauf und inneren Zusammenhang der Geschichte, erklärte ihr, wie er entschlossen sei, die öffentliche Gerechtigkeit für sich einzufordern. Sie sagte, daß noch mancher andre Reisende, vielleicht minder duldsam als er, über jene Burg ziehen würde; daß es ein Werk Gottes wäre, Unordnungen gleich diesen Einhalt zu tun.»

Schließlich kommt es nach der schweren Verletzung seiner Frau Lisbeth zu einer Szene, in der die Sterbende in der Bibel mit dem Zeigefinger auf den Vers zeigt: «Vergib deinen Feinden; tue wohl auch denen, die dich hassen. Sie drückte ihm dabei mit einem überaus seelenvollen Blick die Hand und starb. Kohlhaas dachte: «So möge mir Gott nie vergeben, wie ich dem Junker vergebe. » Kohlhaas geht also in die Gegenposition. Kurz danach heißt es dann über ihn: «Er übernahm sodann das Geschäft der Rache.»

Die **erste Lecture der Theologin und Literaturwissenschaftlerin Prof. Dr. Maike Schult** (Marburg) „**Das Loch im Schiffsrumpf Trauma und Literatur**“ brachte eine ebenso bildhafte wie umfangreiche Einführung ins Thema des Symposions. Sie habe sich bereits früh darüber gewundert, dass die großen Theologen wie Barth, Tillich oder Bultmann, die alle mehr oder minder beteiligt die Schrecken des ersten Weltkriegs hatten erleben müssen, so intensiv Dostojewski gelesen haben. Ihre These. Die Theologen hätten damals – indirekt – mit dieser Lektüre eigene Kriegstraumata bearbeitet. Nach dem ersten Weltkrieg haben nach vorsichtigen Schätzungen über 600 000 Menschen alleine unter den deutschen Soldaten Traumastörungen erlitten. Dies wurde damals als Kriegsneurose oder Schell-Schock, manchmal auch als Zweckneurose bezeichnet. Umgangssprachlich wurden die

Menschen meist als „Kriegszitterer“ bezeichnet.

Dabei käme das Wort „Trauma“ aus der Schiffsprache und bedeute ursprünglich das Leck im Schiffsrumpf. Diese Leerstelle sei der Ursprung des Begriffs gewesen, ehe er dann im 19. Jahrhundert von der Chirurgie auf psychische Vorgänge übertragen wurde. Aber zunächst habe man die posttraumatischen Wirkungen des Krieges einer Schwäche zugeschrieben, die schon vorher bestanden hätte. „Es kam gewissermaßen zu einer willkürlichen Benutzung hysterischer Ausdrucksformen durch Gesunde“, so der Vater Dietrich Bonhoeffers.

Dabei komme Trauma im Gegensatz zur Kränkung immer von außen, eine Art „objektives Ereignis“ oder besser „Erleidnis“. An der „Zivilisationskrankheit“ sei die Erfindung der Eisenbahn beteiligt.

Wieso?

In den USA bedeutete Ende des 19. Jahrhunderts der Siegeszug der Eisenbahn gleichzeitig einen großen angstmachenden Faktor für die Bevölkerung. Deswegen erweckten Eisenbahnunfälle ein großes Interesse. John Eric Erichsen verwendete erstmals 1866 den Begriff des „railway-spine“. Spine bedeutet Rücken. Er meinte damit psychische Auswirkungen, vor allem Schocks, nach Eisenbahnunfällen, für die er aber in erster Linie chronische Rückenmarksveränderungen verantwortlich machte. Die ersten, die überhaupt von solchen psychischen Veränderungen sprachen, waren alle Chirurgen, deswegen auch der Verweis auf den Rücken und das Rückenmark. Immer häufiger wurden allmählich Angst und Schreck betont, bis schließlich gegen Ende des Jahrhunderts auch von einer Schreckneurose gesprochen wurde.

Erst mit der Einführung des Kunstwortes „Psychotraumatologie“ (1991) habe dies Erleben eine offizielle Anerkennung gefunden. Dazu habe der Mut vieler Frauen, erlittenes Unrecht erlebter sexualisierter Gewalt öffentlich zu machen, wesentlich beigetragen. Es gehe um eine sowohl die interpersonelle sowie die körperliche Ebene einbeziehenden Behandlungswissenschaft.

Die Referentin verwies aber auch auf mögliche „Schatten“. Ein „Traumakzept“ könne es nicht geben, ohne das reduktionistisch und simplifiziert verfahren werden würde. Denn das menschliche Leiden nur nach pathologischen Kriterien in Kategorien zu packen, impliziere gleichzeitig dessen prinzipielle Behandelbarkeit. Trauma aber lässt sich nicht „prinzipiell“ behandeln. Das ist ein „Mythos der Moderne von der Machbarkeit einer leidensfreien Gesellschaft“. Die Subjektivierung, Privatisierung und Pathologisierung des Leidens führe schließlich dazu, entsprechende Lösungen nur auf

individueller Ebene, in Form von beispielsweise individueller Psychotherapie, zu suchen. Dabei werde das grundlegende Problem, das oftmals an gesellschaftspolitische und kulturelle Rahmenbedingungen gekoppelt sei, außer Acht gelassen. Diese allzu vereinfachte, systematisierte und technisierte Herangehensweise führe dazu, dass die Täter und die Analyse der spezifischen Situation, die zu dem menschlichen Leiden führte, aus dem Fokus geraten. Aber ein traumatisches Erlebnis bleibt immer ein unverwechselbarer Schock, ein „Erlebnis“ eben.

Man muss also die Geschichte des Traumas im Kontext des spezifischen historischen Hintergrundes des westlichen Kulturkreises verstehen. Der Begriff „Trauma“ sei ein historisch wandelbares Konstrukt, das je nach Kontext mit spezifischen Bedeutungsinhalten aufgeladen wird und in seinem jeweiligen Bezugsrahmen zu interpretieren sei.

Mit einem Hinweis auf den Psychologen Ulrich Beer (1932-2011) verwies Maïke Schult auf die Möglichkeit, traumatischen Erfahrungen mit Vertrauentexten zu begegnen. Beispiel:

Wer weiß?

*Die Tage sind gezählt:
Ein Jahr ist viel,
ein Leben ist wenig.
Und jedes Jahr kommt*

*er wieder, mit Knirschen,
der Frühling – der erste –
der letzte –
wer weiß?*

Im Nachgespräch die Frage: Gibt es ein posttraumatisches Wachstum?

Antwort: Ein schlimmes Ereignis macht nicht „automatisch“ krank. Es könne eben auch erhöhtes Selbstbewusstsein, intensivere Beziehungen und mehr Gelassenheit das Resultat eines besonders schlimmen Erlebnisses sein. Es gebe selbstheilende Kräfte. Dazu gehörten Optimismus und die Vorstellung, dass eine Krise zum Leben gehört, und dass man sie bewältigen kann. Und es helfe auch, wenn man sich von Allmachtsfantasien verabschiedet, dass jeder gesund werden kann und es irgendwann keine Krankheiten mehr gibt. „Es ist ein Geschenk, wenn man geheilt wird, aber ich kann es nicht herbeireden oder mir erkaufen.“

Aus einem Interview mit Maïke Schult im Hamburger Abendblatt vom 21. März 2017: Glauben Sie, dass Gebete bei der Genesung helfen können? Antwort: Ja, denn ein

Gebet ist ein Dialog. Ich trete aus meinem Alleinsein heraus und rede mit einem Gegenüber, ob das nun real ist oder nicht. Und ein Gebet ist nicht nur mit Hoffnung verbunden, sondern kann auch einen Raum für Klage geben und damit Entlastung bieten. Ich glaube, wenn Menschen sich an eine dritte Größe, also Gott, wenden, dass ihnen das auch hilft, mit der eigenen Endlichkeit zurechtzukommen. Glaube ist in dem Sinne auch eine Bewältigungshilfe.

Abschlussfrage: Welche Voraussetzungen braucht es, um vielleicht sogar von einem traumatischen Ereignis zu profitieren und nicht daran zu zerbrechen? Antwort: Das sei nicht einfach herauszufinden. Aber man könne zum Beispiel das Hiob Buch lesen, als eine einzige Auseinandersetzung mit der Frage "Warum ist das schlimme Ereignis passiert?" Und dieser setze bis heute verschiedene Interpretationsprozesse in Gang, die für Betroffene stärkend sein können. Man brauche aber dazu nicht die alles erklärenden „Freunde“, sondern könne selber, so sagt jemand, „in der Asche nach den Perlen suchen“.

Abends dann am Beispiel der Heilungsgeschichte des Besessenen (Lukasevangelium Kapitels 8), die Frage, ob Religion so etwas sein kann wie „Schutz und Schirm vor allem Argem“. In einem früheren Interview hatte die Referentin präzisiert: Der Besessene sei nicht mehr er selbst, sozusagen besessen von einem fremden Dämon. Die Begegnung mit dem Heiler Jesus verändert ihn. Er komme wieder zu sich selbst und zur Vernunft. Diese Geschichte lasse sich als Heilung eines Traumatisierten deuten. Denn der Geheilte soll als einer der wenigen auch ausziehen und davon erzählen. Das sei selten, denn die meisten Wunder in der Bibel seien sehr zurückhaltend erzählt. Sie sollen nicht zum Event hochstilisiert werden. In biblischen Geschichten geht es darum, in eine Beziehung (zu Gott) einzutreten. Dadurch würden die Betroffenen dann gesund. „Sie glauben aber nicht an Gott, um gesund zu werden. Das ist ein Unterschied.“ (Hamburger Abendblatt 21.3. 2017). Die in den See stürzenden Schweine deuteten, so ein Teilnehmer, auf einen verborgenen Hintergrund hin. Denn Schweine seien heilige Tiere der Frau gewesen.¹ Gebe es so etwas wie autoaggressive Animabesessenheit beim Mann? Auf jeden Fall sei das „Bändigen eines Traumas auch unheimlich. Und mit dem „See“ habe das Destruktive einen konkreten Ort, sodass sich destruktive Energie nicht wahllos in einen destruktiven Akt verwandle.

¹ Ausgeführt in Jutta Voss: Das Schwarzmond-Tabu. Die kulturelle Bedeutung des weiblichen Zyklus. Stuttgart 2001

Wir lesen zum Abschluss Nelly Sachs Gedicht: **Völker der Erde**

Völker der Erde

ihr, die ihr euch mit der Kraft der unbekannt
Gestirne umwickelt wie Garnrollen,
die ihr näht und wieder auftrennt das Genähte,
die ihr in die Sprachverwirrung steigt
wie in Bienenkörbe,
um im Süßen zu stechen
und gestochen zu werden –

Völker der Erde,
zerstört nicht das Weltall der Worte,
zerschneidet nicht mit den Messern des Hasses
den Laut, der mit dem Atem zugleich geboren wurde.

Völker der Erde,
O dass nicht Einer Tod meine, wenn er Leben sagt –
und nicht einer Blut, wenn er Wiege spricht –

Völker der Erde,
lasset die Worte an ihrer Quelle,
denn sie sind es, die die Horizonte
in die wahren Himmel rücken können
und mit ihrer abgewandten Seite
wie eine Maske dahinter die Nacht gähnt
die Sterne gebären helfen –

Quelle: Nelly Sachs, Gedichte – Wegweiser ins Ungewisse. Verlag der Kunst. Dresden 1991 S. 50

Jemand erwähnt noch: Hans Magnus Enzensberger habe über Gedicht und Werk von Nelly Sachs gesagt: „Trost ist nur möglich als Frage, als Dialog mit der Trostlosigkeit, nur so kann Sprache zurückgewonnen werden, als Dialog mit der Sprachlosigkeit.“

Freitag, 21. August 2020

Einstimmung in den Tag: Schillers Jungfrau von Orleans

Bei Schillers Darstellung der «Jungfrau von Orleans» wird ein einfaches Landmädchen, eine Schäferin, zu «des höchsten Gottes Kriegerin» und ihres «Landes Retterin» - durch einen Traum, den sie unter einer alten Eiche auf der Weide hat. Es gibt die

entscheidende Szene, wie sie aus dieser traumatisierenden „Berufung“ - nach Schiller – herauskommt, eine Szene, in der er die Jungfrau *einmal* eine menschliche, eine nicht ideale, eine nicht überwältigende, (oder anders überwältigende) Begegnung haben läßt, nämlich diejenige mit dem Engländer Lionel, also einem Feind. Schiller schreibt: «Johanna ergreift Lionel von hinten zu am Helmbusch und reißt ihm den Helm gewaltsam herunter, daß sein Gesicht entblößt wird; zugleich zückt sie das Schwert mit der Rechten: <Erleide, was du suchtest, die heilige Jungfrau opfert dich durch mich.> (In diesem Augenblick sieht sie ihm ins Gesicht, sein Anblick ergreift sie, sie bleibt unbeweglich stehen und läßt dann langsam den Arm sinken.

Es kommt also zu einer Begegnung «Von Angesicht zu Angesicht » im Sinne von Emmanuel. Levinas. „... Warum muß' ich ihm in die Augen sehn; die Züge schaun des edeln Angesichts! Mit deinem Blick fing dein Verbrechen an, Unglückliche! ... Mit blinden Augen musstest du's vollbringen! Sobald du sahst, verließ dich Gottes Schild, ergriffen dich der Hölle Schlingen!» Johanna wird also «sündig», indem sie das Gebot der Jungfrau Maria, mit der sie sich ganz und gar und ideal identifiziert (überwertig) durchbricht. Es entsteht hier ein klassischer intrapsychischer ethischer Konflikt zwischen Idealität und Realität, und die wesentliche Bedeutung des Stückes liegt eben gerade in der *Relativierung* der Idealität, das heißt, der «Sündenfall» ist positiv, ist notwendig. Denn er bietet und bewirkt dem zerstörerischen Trauma Einhalt.

Zweite Lecture von Dr. Christian Firus: „Der lange Schatten der Kindheit/Kränkung“:

„Aus meiner Kindheit erinnere ich mich, dass die Flucht- und Vertreibungsgeschichte meines Vaters des Öfteren von ihm erzählt wurde. Sie beeindruckte mich immer wieder, weil sie eine Geschichte von Überlebenswillen und Mut trotz aller Verluste war“

Beindruckend dann der Einstieg mit dem so genannten „Still-face-experiment“. Was „macht“ ein Baby, wenn das Gesicht der Mutter sich nicht.- wie gewohnt-bewegt, sondern starr wird? Es versucht mit allen Mitteln die Aufmerksamkeit der Mutter zurückzugewinnen. Fazit. Wir leben von den „Zuwendungen“. Dass die aber häufig ausbleiben, sei Alltag, zum Beispiel, wenn sich Erwachsene ständig mit dem Smartphone beschäftigen. Dann fühle sich das Neugeborene vernachlässigt und in extremen Fällen ist man dann später Zeuge bei den Stufen von Gewalt, die daraus folgen können. Das reiche dann von (physisch)-schlagen, schubsen, kneifen, spucken oder (psychisch) von –drohen, demütigen, zu beleidigen oder (ökonomisch) Zugang zu Geld verweigern und sozial zu isolieren bis hin zu häuslicher und sexualisierter Gewalt. Diese Gewalt hat, wie man sich denken kann, Einfluss auf die Kindesentwicklung. Das Kind kann sich dann nicht konzentrieren und nicht lernen, es

empfinde Scham und Schuld, fühle sich ohnmächtig und entwickle kaum ein Gefühl für den eigenen Wert. Um aber Selbstwert und Bindung zu erleben, brauchen Kinder Körperkontakt (bester „Beruhiger“) und, wie der Referent an vielen Beispielen zeigte: Die Feinfühligkeit der Bindungspersonen komme zutage über dessen Verhalten, Sprache, Rhythmus, Blickkontakt, Berührung.

Krank machten alle Formen von Herabwürdigen, Unfreiheit, Zurückweisung und Ausgeschlossen sein. Das Gehirn aktiviert dabei dieselben Regionen wie bei körperlichen Schmerzen und diese „Erleidnisse“ setzten sich im weiteren Leben fort (langer Schatten): Jugendliche, die in der Schule gemobbt wurden, hätten ein zehnfach erhöhtes Risiko für Mobbing am Arbeitsplatz.

Es bleibt also verschärft die Frage: Was macht krank? Was macht gesund?

Man könne sich ja selber fragen, so Christian Firus, wie sehe ich meine Zukunft – kurz- und langfristig? Als Herausforderung oder Belastung? Kann ich mich mit dem identifizieren, was ich tue? Kann ich nein sagen und Grenzen setzen? Fühle ich mich in der Welt als Opfer oder als Verantwortlicher? Sehe ich meine Gestaltungsmöglichkeiten? Verfüge ich über tragfähige soziale Beziehungen? Wo gehöre ich dazu? Und schließlich: Verfüge ich über eine spirituelle Ausrichtung?

Wie sich die langen Schatten solcher Kindheit „überwinden“ lassen“, fragte Christian Firus dann in seinem zweiten Teil.

Einige Hinweise:

Zuerst müsse das „Schweigegebot“ nicht anerkannt werden. Licht und Luft ins Dunkel scham- und schuldbesetzter Ereignisse sei bei der Familientherapie ein erster Schritt. Und Unrecht müsse benannt werden dürfen, zudem seien Verluste zu betrauern und die eigne Opferrolle zu verlassen, lebensnotwendig, um Verantwortung übernehmen zu können („Resilienz entsteht nicht in der Hängematte.“)

Kann man Kränkung etwas entgegensetzen? Man könne sich fragen: Womit und mit wem vergleiche ich mich? Was erwarte ich?

Man könne Tagebuch führen und möglichst lebendig beschreiben, wofür ich dankbar bin. Ebenfalls könne man Menschen sehr konkret danke sagen: „Danke, dass du mir eben zugehört hast.“ Oder man schreibt – rückblickend – einen Dankesbrief oder eine dankbare Mail. Adressaten müssten dann nicht immer nur Menschen sein. Auch Natur, die Gesellschaft oder Gott seien mögliche Adressaten. Dankbarkeit als Lebenshaltung steigerten unser Wohlbefinden und machen zufriedener, körperlich und seelisch gesünder und schütze zudem vor Depression und Belastungsstörungen durch vorangegangene schlimme Erlebnisse.

Schlusssatz des Referenten mit einem Zitat von Paul Levine: „Traumata zählen zu den

wichtigsten Kräften der menschlichen Entwicklung, des psychischen, sozialen und spirituellen Erwachens. Der Umgang mit diesem Phänomen beeinflusst unsere Lebensqualität entscheidend. Letztlich bestimmt dies, wie und sogar ob wir als Spezies überleben werden.“



Schattenprojektion praktisch

Foto: Doris Schick

Abends dann ein gemeinsames Gespräch mit beiden Referierenden.

Es ging

1. um generationenübergreifende Weitergabe von Verletzungserfahrungen. Denn, so das Gespräch, traumatische Erfahrungen, die von Betroffenen nicht verarbeitet und integriert werden können, bleiben nicht nur für diese selbst eine lebenslange Belastung. Sie zeigen sich auch in den Träumen, Phantasien, im Selbstbild, emotionalen Erleben und unbewussten Agieren ihrer Nachkommen. Sowohl bei psychischer Krankheit der Eltern, bei Erfahrungen von Misshandlung und Missbrauch wie auch bei Kriegs- oder Foltererfahrung treten transgenerationale Übertragungsphänomene in den

nachfolgenden Generationen auf. Besonders bei Kindern und Enkeln von Überlebenden des Holocaust wurde dieser Zusammenhang seit Mitte der sechziger Jahre offensichtlich, als die nun jungen Erwachsenen der zweiten und dritten Generation vermehrt therapeutische Hilfe suchten.

2. Trost: Wer eine existentielle Wunde, ein Trauma, erleiden musste, braucht immer Trost. Vertrösten sei eine Gefahr aber, so Maike Schult, es bleibe sinnvoll, sich gleichwohl mit dem Trösten zu beschäftigen, vor allem aber mit zwei Voraussetzungen. Die erste besteht darin, dass die anderen mitfühlen können, dass sie berührt sind und dies mit uns teilen. Wenn wir spüren, dass andere Menschen unseren Schmerz auch als Schmerz fühlen, dann öffnet sich ein Weg aus der Einsamkeit, aus dem Alleinsein. Das tröstet.

Die zweite Voraussetzung sollte sich darin erweisen, dass sich Tröstender und der

getröstete Mensch auf gleicher Augenhöhe befinden. Es braucht eine Situation von Angesicht zu Angesicht, ein Nebeneinander und nicht ein Übereinander, also kein Blick und keine Geste von oben herab, sondern eine Begegnung unter gleichen. Wer von anderen Menschen Trost auf gleicher Augenhöhe erfährt, fühlt sich zumindest gewürdigt, dann ist Trost ein Aspekt der Würdigung.

3. Körper: Dass Trauma den ganzen Organismus betrifft und sich nicht auf Denkprozesse, Verhaltensweisen oder Aussagen eines Menschen beschränkt, ist bekannt. Der Körper ist der Ort wo Trauma stattfindet und Trauma-Folgen abgespeichert sind. Zum Beispiel mit bewusstem Atmen lasse sich ein Weg zur Innenwahrnehmung, zur Stärkung des inneren Sinns und zur Körperwahrnehmung finden, denn ein zentraler Vorgang bei Traumatisierungen bestehe in der Abspaltung der Aufmerksamkeit von der Körpererfahrung. Das Bewusstsein wandert an einen sicheren Ort aus, sodass die bedrohliche Situation, die der Körper durchleben muss, ausgehalten werden kann. Das Spüren können des Körpers und seiner Signale lasse behutsame Heilungswege zu. Man verbindet sozusagen das Bewusstsein wieder mit dem Körper und widme sich aufmerksam dem Atem und taucht so in einen permanent ablaufenden organischen Prozess ein, der vielfältige Informationen aus dem Inneren zulasse. Den Atem bewusst zu spüren und sich damit mit dem Körper zu verbinden, ist eine Übung, die überall und jederzeit gemacht werden kann.

4. Schließlich die Figur der Zeugenschaft²: Die Figur des Zeugen verkörpert eine für die menschliche Lebenswelt fundamentale Wissenspraxis – sei es der Mittler von Alltagswissen, der Augenzeuge vor Gericht, der Zeit- bzw. Überlebenszeuge in der Historiographie, der wissenschaftliche Experte und schließlich auch der Glaubenszeuge, der durch sein Leben oder seinen Tod für seine Religion zeugt und sie tradiert. „Diejenigen, die diese Erfahrung nicht durchgemacht haben,“ schrieb einst Elie Wiesel über Auschwitz, „haben keine Ahnung; und diejenigen, die sie durchgemacht haben, werden nichts verlauten lassen, nichts oder fast nichts oder nichts, was vollständig wäre. Die Vergangenheit gehört den Toten. „Gleichwohl kann es tröstlich sein, wenn andere für Verletzte und Traumatisierte eintreten“. Sei es die Aussage einer Augenzeugin vor Gericht oder als simple Auskunft im Alltag: Zeugnisse anderer können eine unverzichtbare Quelle bilden, um weiterleben zu können und auch dem Leben wieder langsam zu trauen.

2. Jacques Derrida und Giorgio Agamben kommt das Verdienst zu, dass sie in kritischer Auseinandersetzung mit dem juristischen und historiographischen Zeugnisbegriff die ethische Dimension von Zeugenschaft in den Fokus gerückt haben: Das Dilemma der Überlebenszeug*innen bestehe gerade darin, dass sie den „klassischen“ Anforderungen der Augenzeugenschaft nicht genügen können. In den Schwierigkeiten der Opfer, ihre Erfahrungen sprachlich mitzuteilen und sich Gehör zu verschaffen, zeige sich noch die Spur jener Vernichtung, die sie allererst zu Opfern gemacht hat.

Samstag, 22. August 2020

Einstimmung mit „Thomas“ - wie ihn der 4. Evangelist Johannes schildert (20,24-29).

War die Kreuzigung Jesu das tödliche "Trauma" nicht nur für ihn, sondern auch seine Anhänger traumatisch? Auf jeden Fall war sie das Ende ihrer religiösen Hoffnung, zunächst einmal. Thomas jedenfalls verlangt, nachdem er von „Auferstehung“ gehört hatte, Beweise. Die Auskünfte der Mitjünger genügen ihm nicht. Wir können ihn, Thomas, nur zu gut verstehen, nicht nur, weil wir die Aufklärung hinter uns haben. Thomas will etwas zum Anfassen. Sehen genügt nicht. „Wenn ich nicht den Einschlag der Nägel an seinen Händen sehe und wenn ich meinen Finger nicht an den Einschlag der Nägel und meine Hand nicht in seine Seite lege, werde ich nicht glauben.“

Thomas will begreifen, woran er sich "halten" kann. Sein Zweifel ist durchdacht. Das, was "nur" zu sehen ist, könnte ein „Fake“ sein, eine Halluzination oder eine Gespenstererscheinung mit fragwürdigem Realitätsgehalt.

Es gilt, Nichtbetroffene und Nicht Verletzte können nicht darüber befinden, was andere brauchen in ihrer Trauer.

Die 3. Lecture gab dann Dr. Martin Scherer, Verlagsleiter und Publizist aus München.

Er nahm in seiner Lesung das Vorurteil auf, dass Leidenschaft, Eros und Intimität im Verschwinden begriffen seien. Es heiße oft: Wir lebten in völlig entromantisierten Zeiten. Der Wunsch nach unverbindlichem „Matching“ habe die Suche nach dem Glück im und mit dem Anderen verdrängt.

Martin Scherer lässt sich, so die Kostprobe aus seinem Buch, von solchen Befunden nicht beeindrucken. Stattdessen sucht er nach einem Gegengewicht zur Beliebigkeit des spätmodernen Zeitgeistes. Hingabe sei ein fast schon in Vergessenheit geratener Begriff, der für pure Anti-Ökonomie stehe. Denn in der Hingabe verwandle der Mensch sich in einen Liebhaber. Er verliert sich im Anderen, um sich zugleich im bedingungslosen Erleben zurückzugewinnen. Auch wenn wir hier meist vor allem an Erotik denken, lässt sich Hingabe als tätige Verschwendung von Aufmerksamkeit, Zeit und Energie auch anderswo finden. Kunst und Wissenschaft etwa, aber auch die Sammelleidenschaft sind Paradebeispiele dafür. Es bedarf nur dieser einen paradoxen Stärke: für etwas schwach werden zu können. Es gebe vier vergleichbare Haltungen, die irgendwie zur Hingabe gehören: Resonanz, Anerkennung, Bindung, Zeugenschaft. Hingabe habe aber – im Unterschied dazu - meist einen asymmetrischen Charakter. Sie unterscheide sich von allen gegenwärtigen

kulturkritischen Abgesängen wie die, dass Liebe in Zeiten des Kapitalismus unmöglich sei (Eva Illouz)³. Zitat Scherer: „Nachrufe beweisen noch kein Ableben“ und „für Apokalypse ist die Zeit viel zu ernst“. Zu lange sei auf „Entzauberung“ und Raub des Geheimnisses gesetzt. Und diese Frage gelte ja fast schon als kitschig: „Sind wir noch fähig zur Transzendenz des Egos?“.

Wo geschehen Gesten des Verschenkens? Und warum schenken Leute, statt zu verkaufen?

Antwort: Hingabe lasse erfahren, wie das Beschenktwerden einen selbst großzügig macht, obwohl oder weil man einen Teil seiner sonst so hochgeschätzten Souveränität preisgibt. Schließlich heiße die Mutter des Eros bei Platon (Symposion) „Penia“ Armut.

Für intime Nähe in der Hingabe falle ihm La Valse oder Les Valseurs (deutsch: „Der Walzer“ oder die „Walzertanzenden“), eine Bronzeskulptur der französischen Bildhauerin Camille Claudel ein (1889); einer Zeit, in der sie mit ihrem Bildhauerkollegen Auguste Rodin eine Liebesbeziehung hatte und beide sich in ihrer künstlerischen Arbeit ergänzten. Die etwa 46 cm hohe Skulptur zeigt zwei menschliche Körper, einen nackten Mann und eine Frau in langem Kleid, aber mit freiem Oberkörper, die einen intimen Walzer-Tanzschritt ausführen. Der Musikschriftsteller Robert Godet, ein Freund von Claude Debussy, schrieb über La valse: „Diese Sehnsucht und dieser Schwung, in einem einzigen Rhythmus verschmolzen, der nur schwächer wird, um umso unermüdlicher dahin zu fliegen [...]“ Hingabe halt.

Hingabe verstanden als Tanz zu einer Musik, die nur die Beteiligten hören, bestens übrigens in poetische Form gebracht bei Friedrich Rückert (Nachdichtung aus dem Werk von Dschelaladdin Rumi)⁴

*So schauert vor der Lieb ein Herz,
als wie von Untergang bedroht.
Denn wo die Lieb erwachet, stirbt
das Ich, der dunkle Despot.
Du laß ihn sterben in der Nacht,
und atme frei im Morgenrot.*

³ Eva Illouz: „Warum Liebe endet. Eine Soziologie negativer Beziehungen“/ Aus dem Englischen von Michael Adrian/ Berlin 2018

⁴ F. Rückert, Werke. Bd. 2. S. 15. Insel Verlag. Frankfurt am Main 1988



Abend in Klappholttal

Foto: Doris Schick

Hingabe also taugt nicht für Konzepte und Anleitungen. Sie ist keine Frage von Entscheidung, sondern eher ein „Glühen und Kippen“, eine Optimierung von Desoptimierung, wie der Referent paradox bemerkte. Sie lasse sich nicht zum Konzept machen, sondern bedeute Hingerissen sein und Ausflucht „in die Wildnis der Unmittelbarkeit“.

Im nachfolgenden Gespräch begann nach solchen eher wilden Tönen die Fragerunde mit: Ob man sich nicht auch an eine Aufgabe im Leben hingeben könne? Also nicht nur an Menschen? Und sei Sich-Verschwenden in der Nähe von Maßlosigkeit anzusiedeln?

Martin Scherer verwies auf „Stilles Chaos“, ein Film von Antonio Luigi Grimaldi (2007): Nach dem Tod der Ehefrau bringt es ein Mann mittleren Alters, der sonst zurechtkommt, nicht über sich, in seinen Arbeitsalltag zurückzukehren. Er wartet Tag für Tag vor der Schule seiner Tochter, bis deren Unterricht vorbei ist. Dabei trifft er auf Fremde und wird zum Anlaufpunkt für Verwandte, Freunde und Kollegen. Ein Hingabe Film, in dem "Trauer" mit bestechender Leichtigkeit inszeniert ist.

Abends holen wir **per Video die Erlanger Religionsphilosophin Prof. Dr. Hanna Barbara Gerl-Falkovitz** (Erlangen) in die Runde mit der Frage: Welche Kraft braucht es um Böses zu vergeben? Ist Vergeben des Bösen nicht überhaupt unmoralisch? begann sie. Denn so hatte der französische Philosoph und Musiker Vladimir Jankélévitch angesichts der Amnestiedebatte für Kriegsverbrecher in Frankreich verletzt festgestellt: Opfer und Täter könnten einander zwar vergeben, aber das gehe

nicht an, weil die Opfer tot sind und auch die Täter. Wer könnte wem vergeben? Das Händeschütteln der Enkel über den Gräbern sei nicht wirksam, weil es die Opfer nicht mehr erreiche. Die Agonie der Opfer dauere bis ans Ende der Tage. Verzeihen also habe keine Adressaten und es gebe keine Institution, die damit umgehen könne. Vergebung sei in den Lagern gestorben. Es bleibe nur das Ressentiment, der bleibende Groll.

Auch die „halbsakralen Akte der Versöhnung“ (z.B. der Kniefall in Warschau) sind zwar versöhnlich für die Enkel, änderten aber nichts an der Agonie der Opfer. Man komme nicht mit den Tatsachen uns Gespräch.

Dies müsse, so weiter die Religionsphilosophin, hellhörig machen für alle oberflächige Versöhnungsrhetorik.

Aber ist das alles? Gibt es gleichwohl Vergebung? Rückwirkend gegen die Zeitachse? Die Referentin erwähnte Eva Mozes Kor, deren Familie Auschwitz ermordet wurde. Eva Mozes Kor überlebte, weil sie für Versuche von Josef Mengele gebraucht wurde. Sie besuchte 2003 Deutschland und traf bei einem Empfang auf einen SS Arzt. Der kam auf sie zu und bat sie um Verzeihung. Es löste sich von ihren Lippen der Satz: „Ich vergebe Ihnen“. Im selben Augenblick habe sie eine „Macht“ aus der Opferrolle befreit: „Ich habe gemerkt, dass ich die Kontrolle über mein Leben zurückbekam. Ich war nicht mehr das passive Opfer, sondern eine handelnde Person.“

Wie kann man das verstehen oder denken? In Frankreich widersprach der Philosoph Jaques Derrida (ein algerischer Jude) seinem Landsmann Jankélévitch: Wir müssen, so argumentiert er, davon ausgehen, dass es Unverzeihbares gibt. Es gebe aber „eine abrahamitische Tradition“, die von einer überragenden Vergebung wisse. Wörtlich Derrida: „Man muss von der Tatsache ausgehen, dass es, nun ja, Unverzeihbares gibt. Ist es nicht eigentlich das Einzige, was es zu verzeihen gibt? Das einzige, was nach Verzeihung ruft? Wenn man nur bereit wäre zu verzeihen, was verzeihbar scheint, was die Kirche, lässliche Sünde‘ nennt, dann würde sich die Idee der Vergebung verflüchtigen. Wenn es etwas zu verzeihen gibt, dann wäre es das, was in der religiösen Sprache, "Todsünde" heißt, das Schlimmste, das unverzeihbare Verbrechen oder Unrecht. Daher die Aporie, die man in ihrer trockenen und unerbittlichen, gnadenlosen Formalität folgendermaßen formulieren kann: Das Vergeben verzeiht nur das Unverzeihbare. Man kann oder sollte nur dort vergeben, es gibt nur Vergebung – wenn es sie denn gibt –, wo es Unverzeihbares gibt. Was so viel bedeutet, dass das Vergeben sich als gerade Unmögliches ankündigen muss. Es kann nur möglich werden, wenn es das Un-Mögliche tut... Was wäre das für eine Verzeihung, die nur dem Verzeihbaren verziehe?“

Dies könne wohl nur bedeuten, dass es „Absolution nur im Absoluten“ gibt – nicht im

Relativen menschlicher „Verrechnung“. Derridas Forderung drücke Vergebung im Horizont des „Unmöglichen“ aus, des nur Erwünschten, nicht Realisierbaren; gleichwohl entspreche sie – bis in die Formulierungen hinein – dem Angebot biblischer Neuwerdung auch des Täters, nicht nur des Opfers. Wenn die Kultur diese (Un-)Möglichkeit unausdenklicher Huld nicht mehr ins Auge fasse, bleibe sie in ihren Untaten und im unwirklichen Austausch von Entschuldigungen der Nachgeborenen auf immer verfangen. Man brauche eben mehr als den sozialen Pardon. Das Böse wird seine Wirklichkeit nicht verlieren, aber die Folgen des Bösen werden unwirklich. So habe Petrus nach seinem Verrat vom Verratenen keine Anklage bekommen, nur einen Blick, einen annehmenden Blick. Das sei das „Mehr als nur soziales Pardon“.

Schlussmeditation

Erlebnis oder Erleidnis: Das war die Frage der Haltung zur traumatischen Erfahrung in diesen Tagen auf Sylt. Die waren denn auch mehr traumhaft als traumatisch: Gebadet, gelacht, gesprochen, geflüstert, geweint, geschwelgt. Ob wir das Thema behandelt haben, wie „Marthe“ in Thomas Manns „Faust“, mag sich später erweisen. Sie sagt über Adrian Leverkühn: „Viel hat er von der ewgen Gnaden geredt, der arme Mann, und i weiß nit, ob die langt, aber a recht´s menschlich´s Verständnis, glaub´s mir, das langt für alle.“

Es drängt sich der Eindruck auf, dass wir dies rechte menschliche Verständnis fürs Thema und in Vortrag und Gespräch ertastet, erarbeitet, erhört haben. Mit Intensität, wohl auch zuweilen mit Intimität, und immer mit Respekt.

Sind wir denn überhaupt fähig, so die Frage des Philosophen Martin Scherer „zum Transzendieren unsres Ego“? Der Arzt hingegen, Christian Firus, fragte: Können wir unser falsch oder verquer angelegtes Gebaren im Laufe des Lebens verändern und wandeln? Denn, so Philosoph Scherer, die Lage sei zu ernst für Apokalypse.

„Entzauberung“ mag für Max Weber das Zauberwort gewesen sein. Heute brauche diese Entzauberung einen Ort, an dem sie nicht mehr so zerstörerisch wirksam ist! Es muss ja nicht gleich ein Exorzismus sein. Wir sind auch nicht gleich lauthals in den Chor der Verträster eingefallen („Wird schon wieder“). Wir haben die „Blitze der Trauer“ nicht einschlagen lassen. Denn bei dem „Loch in der Schiffswand“ (Maike Schult) handelt es sich um etwas, das einem jederzeit „von außen“ zustoßen kann: das Trauma eben.

Ist das nun ein Modethema? Jedenfalls hat das alles irgendwie mit der zeitbedingt aufkommenden Technik zu tun, mit der Eisenbahn oder mit dem Smartphone. Wir seien denn auch alle „Smartphonennomaden“ sagen die Kritiker, dem Sesshaften ein Gräuel. Den „Nomaden“ aber ist dies Gerät in Coronazeiten ein wichtiges Bindemittel

zu Anderen. Aber wir wissen auch: Bei aller Digitalität-die Wege Gottes landen eben immer im Körper, der eben Lust und im Fall der posttraumatischen Belastung (PTBS) Schmerz empfindet. Was also bestimmt und steuert unser Leben? Welche Bilder vom Menschen sind uns wichtig, immer auf der Suche nach einem Antlitz, das uns anschaut und eben nicht eingefroren ist, wie im Experiment.

Zum Menschenbild: Die FAZ, hat neulich ein ehemaliger Chefredakteur erzählt, geht davon aus, dass der Mensch von der Vernunft regiert wird. Und so sortiere sie auch die Welt. Die Bildzeitung jedoch gehe davon aus, dass der Mensch von Emotionen regiert wird, vom Bauchgefühl. Aber egal wovon man ausgeht: Ich bin nicht sicher, was ich realiter bin und wovon ich geleitet werde. Jedenfalls versuche ich nicht Andere nur darauf festzulegen und sie daran zu messen, was sie sind, sondern welche Möglichkeiten (bessere oder auch höhere) sie haben.

Wir merken aber auch (Stichwort Hingabe), dass wir dem Wirklichen nahe kommen, wenn wir unsere Endlichkeit anerkennen –ganz ohne Krampf oder Kampf. Mit dem alten Adorno: Geliebt wirst du einzig dort, wo schwach du dich zeigen kannst, ohne Stärke zu provozieren.

Nun ja: Vielleicht ein männlicher Wunsch? Entzündlich und entzündbar zu jeder Zeit. Deshalb brauche man in diesen Zeiten das Recht und dessen Sicherheit, als Ausgleich zu Rache und Zynismus.

Letztes Stichwort dieser Tage: Dankbar sein. Vielleicht ist Dankbarkeit nichts anderes, als den Eltern, die einen nicht gefragt haben ob man geboren werden will, nachträglich die Prokura zu geben: Ja, es ist in Ordnung, dass ihr mich in diese Welt gesetzt habt. Ich stimme dem zu und -bester Fall- beglückwünsche euch dafür. So könnte ein aufgefangenes, gewandeltes Trauma einst reden – vielleicht



Am Strand in Klappholttal

Foto: Brigitte Glade