

# Klagen – ein Lebensmittel

## Praxistheoretische Erkundungen in autobiografischer Sterbe- und Trauerliteratur

Ulrike Wagner-Rau

### 1. Der Trauer Ausdruck geben

Trauer ist ein schmerzliches, von vielen als „negativ“ empfundenes Gefühl; es fällt schwer sich ihm zu stellen. Bereits Sigmund Freud aber hat in seinem kleinen Aufsatz „Trauer und Melancholie“ herausgearbeitet, dass es nicht lebensförderlich ist, der Trauer auszuweichen, vielmehr die Abwehr dieses Gefühls „melancholisch“, also depressiv machen kann.<sup>1</sup> Anders, als zu weinen, zu klagen, auch anzuklagen, was im Laufe der Zeit den inneren Raum schafft, um sich dem Leben zuzuwenden, schwächt die Depression die emotionale Resonanz und das Selbstempfinden und damit die Lebensfreude insgesamt. Während Trauer eine notwendige Reaktion auf einen Verlust ist und damit eine unvermeidliche Erfahrung im menschlichen Leben, kann die Verleugnung der Trauer die Gestalt einer psychischen Beeinträchtigung annehmen und das emotionale Leben verarmen lassen.

Auch in gesellschaftsanalytischer Perspektive gibt es Entwicklungen, die zu betrauern sind. Alexander und Margarete Mitscherlich haben in ihrem wirkmächtigen Buch „Die Unfähigkeit zu trauern“ den Finger in die Wunde der deutschen Nachkriegsgesellschaft gelegt.<sup>2</sup> Weil, so ihre These, der Verlust des Ich-Ideals und der leitenden Lebensorientierung mit dem Suizid Adolf Hitlers und dem Zusammenbruch des Deutschen Reiches keine Trauer ausgelöst habe, vielmehr die damit verbundenen Empfindungen von Schmerz, Scham und Schuld von vielen Menschen verdrängt wurden, sei der Verlust des Selbstwertes mit Arbeit und Wiederaufbau betäubt worden und eine tendenziell empathielose, melancholische Generation habe das gesellschaftliche Leben geprägt. Auch gegenwärtig greifen Autor:innen die Notwendigkeit der Trauer in politischer Hinsicht auf und betonen, dass angesichts der Klimakrise, der Naturzerstörung und des Vormarsches rechter Bewegungen und Parteien Trauer eine angemessene

---

<sup>1</sup> Vgl. Sigmund Freud: Trauer und Melancholie (GW 10), Frankfurt a. M. 1946, 427–446.

<sup>2</sup> Alexander Mitscherlich/Margarete Mitscherlich, Die Unfähigkeit zu trauern. Grundlagen kollektiven Verhaltens, München 1967.

ne Reaktion sei, die weiterführe als ein pragmatischer Optimismus und eine Verleugnung der bedrohlichen Entwicklungen in der Realität.<sup>3</sup>

Zwar folgt die Trauertheorie heute in mancher Hinsicht anderen Spuren als Sigmund Freud. Sie geht nicht – wie dieser es annimmt – davon aus, dass die Trauerarbeit Menschen dazu führt, die libidinöse Beziehung vom verlorenen Objekt völlig abzuziehen, sondern sieht vielmehr die Fortsetzung und den Gestaltwandel der Beziehung zum Verlorenen im Vordergrund. Zwar, so u.a. Roland Kachler, sei es notwendig, die Realität des Verlustes anzuerkennen, ebenso aber gehe es darum, die innerlich weiter bestehende Beziehung zu den Toten anzuerkennen und mit ihr umzugehen.<sup>4</sup> Auch in der Gegenwart findet aber die These Freuds Akzeptanz, dass ein schmerzlicher Verlust notwendigerweise Trauer nach sich zieht und dies nicht als eine Krankheit oder Schwäche anzusehen ist, sondern als eine unverzichtbare Lebensäußerung, durch die Menschen zu neuer Lebensbejahung finden. Das Durchqueren des Schmerzes ist nötig, um Zuversicht wiederzufinden und ein liebevolles und produktives Leben trotz erlittener Verluste führen zu können.

Mit dem Thema der Klage, das hier im Fokus steht, ist die expressive Seite der Trauer aufgerufen. Denn Trauer bleibt nicht im Inneren eines Menschen verborgen, jedenfalls nicht, wenn sie einen heilsamen Weg nimmt. Sie sucht sich Ausdrucksformen, die innerlich entlasten und in die Kommunikation mit Anderen führen, die potentiell hilfreich sind. Um mit der Trauer nicht allein zu bleiben, muss man – wie auch immer – klagen, und zwar auf eine Weise, die der Verwirrung und der Gefährdung des Selbstempfindens gerecht wird, die mit einem Verlust verbunden sind. Teil der Trauer sind widersprüchliche, schwer erträgliche, teils als „verrückt“ verdächtige Empfindungen. Sie ist begleitet von Ängsten und Ohnmachtserfahrung. Sie kann unbegreifliche Wut und ein tiefes Gefühl der Verzweiflung und der Aussichtslosigkeit hervorbringen oder in eine völlige Erstarrung hineinführen. Wenn das Leben der eigenen Kontrolle entgleitet, schlimme Widerfahrnisse die bekannten und stabilisierenden Alltagsroutinen irritieren, wird das grundlegende Vertrauen ins Leben erschüttert oder – im Fall schwerer Traumatisierungen – sogar zerstört.<sup>5</sup> Menschen entwickeln Umgangsweisen mit dieser auf Dauer nicht erträglichen Situation. Sie suchen nach Erfahrungen, die den nächsten Schritt ermöglichen, ihre Ängste begrenzen und in der Lage sind, ein zunächst überwältigendes, amorphes und sprachloses Geschehen zu gestalten. In unterschiedlichen Formen zu klagen, ist ein wesentliches Geschehen in diesem Prozess. Durch sie werden Schmerz,

<sup>3</sup> Vgl. *Jonathan Lear*, *Imaging the End. Mourning and Ethical Life*, Cambridge 2022; *Daniel Strassberg*, *Die Unfähigkeit zu trauern. Wir befinden uns mitten in existenziellen Krisen. Warum sind wir nicht in der Lage, uns den Ernst der Lage einzugestehen?*, in: *Republik*, <https://www.republik.ch/2025/02/11/strassberg-die-unfaehigkeit-zu-trauern> [09.07.25].

<sup>4</sup> Vgl. *Roland Kachler*, *Hypnosystemische Trauerbegleitung. Ein Leitfaden für die Praxis*, Heidelberg 2014, 70–84.

<sup>5</sup> Vgl. *Günther H. Seidler*, *Psychotraumatologie. Das Lehrbuch*, Stuttgart 2013, 18f.

Angst, verlorene Liebe und Hoffnung aus dem Inneren nach außen gebracht. Damit wird die Trauer nicht nur für andere wahrnehmbar, sodass diese darauf reagieren können, sondern ebenso wird sie für die Betroffenen selbst zu einem Gegenüber, das ihr Leben nicht fortwährend dominiert, sondern zu dem sie sich mit eigener Agency in Beziehung setzen können. Damit findet der Verlust Eingang in Prozesse der Selbstreflexivität und kann sich in seiner Bedeutung verwandeln, auch wenn weder die Wunde völlig verschwindet noch die Beziehung zum Verlorenen.

## *2. Eine Annäherung an Klageformen über autobiographische Sterbe- und Trauerliteratur*

In meinem Buch „Im Umfeld des Todes leben“<sup>6</sup> habe ich mich intensiv mit autobiographischer Trauer- und Sterbeliteratur namhafter Autor:innen befasst. Diese Texte sind das empirische Material, über das Umgangsweisen mit der Todesbedrohung bzw. mit der Trauer nach dem Verlust eines nahen Menschen zugänglich gemacht werden. Der Vorteil dieses Vorgehens besteht u.a. darin, dass Verarbeitungsprozesse verfolgt werden können, die teils über mehrere Jahre andauern. Die Texte ermöglichen also in gewisser Weise Erkenntnisse, wie sie sonst einer Langzeitstudie vorbehalten sind. Problematisieren hingegen kann man den Umstand, dass zwischen autobiographischen und autofiktionalen Aspekten entsprechender Literatur nicht immer deutlich zu unterscheiden ist. Die Auswahl der bearbeiteten Bücher richtete sich deshalb nicht zuletzt nach dem Kriterium, ob sie – z.B. als Tagebuchnotizen o.ä. – nah am Geschehen selbst verfasst wurden. Das literarische Material ist nicht repräsentativ, wie es für qualitativ-empirische Zugänge durchgehend gilt, aber seine Analyse ist dennoch aufschlussreich und theoretisch anregend. Die ausgewählten Bücher erschienen in mehreren Auflagen und als Taschenbücher, wurden teilweise in Literatur-Podcasts, im Radio oder TV besprochen. D.h. sie haben nicht nur für die Autor:innen eine Bedeutung, weil diese im Schreiben einen Ausdruck für ihr Leiden finden, sondern auch im Lesen entsteht eine als wesentlich empfundene Identifikation. Mehrfach wird entsprechend in den Selbstzeugnissen der Trauernden erwähnt, dass ihnen in den Zeiten der akuten Trauer vor allem die Bücher ähnlich betroffener Menschen entgegenkamen, ja, es ihnen überhaupt nur möglich war, solche Literatur zu rezipieren, die ihnen etwas von ihren eigenen Erfahrungen widerspiegelte.

Es zeigt sich also, dass literarische Texte an einer Auseinandersetzung mit dem Tod teilhaben, die jenseits einer naturwissenschaftlichen Orientierung der

---

<sup>6</sup> Vgl. Ulrike Wagner-Rau, Im Umfeld des Todes leben. Religiöse Transformation und kirchliche Praxis, Stuttgart 2024.

Medizin und des Nachdenkens über die Endlichkeit des menschlichen Lebens Wege öffnet, die über poetische und imaginative Formen die Gefühlswelt vom Tod Betroffener auf eine andere Weise erreicht als über die rationale Erklärung. Dies vermutet auch die Literaturwissenschaftlerin Christine Steinhoff.

Im Zeitalter der Naturwissenschaft ist die Literatur noch als Raum erhalten, in dem ein nicht-naturwissenschaftlicher Zugang zur Welt möglich ist. Von ihr wird daher möglicherweise in besonderem Maße erwartet, zur Lösung nicht rational bewältigbarer Probleme wie dem Tod beizutragen.<sup>7</sup>

Zusätzlich finden sich in den letzten Jahren in den sozialen Medien – gleichsam als populäre Version analoger Äußerungen – in wachsendem Maße Texte, Bilder, Filme, die in einer geradezu erschreckenden, teils auch ethisch zu problematisierenden Offenheit eigenes Leiden und das naher Angehöriger teilen.<sup>8</sup> Dies sind Phänomene, die in ein viel umfassenderes Feld der Artikulation von Kranken- und Trauergeschichten hineinführen als sie die gedruckten Texte bekannter Autor:innen darstellen. Auch letztere sind aber erst seit ca. vierzig Jahren in zunehmender Zahl zu finden. Die individualisierte bzw. singularisierte Gesellschaft bringt persönliche Klagen in der Gestalt des Schreibens, Lesens, Filmemachens und anderer Formen der Artikulation existenzieller Bedrängnis hervor. Sie spiegeln das Umgehen mit der Trauer in einer Zeit, in der gemeinsame Formen dafür weitgehend verloren sind.

In diesem Sinne kann man die Bücher, die ich analysiert habe, zunächst als Klagetexte verstehen, in denen das Leiden an lebensbedrohlicher Krankheit und Verlust der nächsten Menschen ausgedrückt wird. Die Bücher sind Zeugnisse des Leidens und der Erfahrungen, die dieses Leiden ausmachen. Zugleich aber sind sie auch Zeugnisse der Selbstermächtigung, weil sie das Leiden gestalten, sodass Menschen sich diesem als Akteure gegenüberstellen. Sie bleiben nicht in der Haltung eines Opfers, obwohl sie Entscheidendes – sei es der Verlust der Gesundheit oder der eines nahen Angehörigen – ohnmächtig hinnehmen müssen, sondern geben dem Erleiden eine Form. So schreibt das hochaltrige Ehepaar Yalom, das sich angesichts der letalen Diagnose für die an Krebs erkrankte Marilyn dazu entschlossen hat, das jeweilige Erleben im schriftlichen Dialog auszutauschen: Wir tun „das, was wir können und was uns aufrecht erhält“. So äußert sich Marilyn. Und ihr Mann Irving setzt ähnlich hinzu: „Wir schreiben, um unserer Existenz einen Sinn zu verleihen, auch wenn es uns in die dunkelsten Zonen des körperlichen Verfalls und des Todes befördert. Dieses

<sup>7</sup> Christine Steinhoff, Literarische Todesbewältigung, in: Michael Anderheiden/Wolfgang U. Eckart (Hg.), Handbuch Sterben und Menschenwürde, Berlin 2012, 1815–1832:1817.

<sup>8</sup> Vgl. Corina Caduff, Körper – Geschlecht – Sterben, in: Angela Berlis/Magdalene L. Frettlöh/Isabelle Noth/Silvia Schroer (Hg.), Die Geschlechter des Todes. Theologische Perspektiven auf Tod und Gender, Göttingen 2022, 25–38.

Buch soll uns zu allererst und vor allem dabei helfen, mit dem Ende des Lebens zurechtzukommen.“<sup>9</sup>

Die Fähigkeit zu schreiben wird zum Lebenszeichen in bedrohlicher Lage. Maxie Wander, eine Autorin, die in der DDR lebte und 1977 im Alter von 44 Jahren an einer Brustkrebserkrankung verstarb, hält nach der ersten großen Operation fest: „... der rechte Arm ist noch sehr schwach und kann kaum den Stift halten, aber ich versuche trotzdem meine erste Eintragung im Tagebuch.“<sup>10</sup> Schreibend tritt sie heraus aus der pathischen Situation, in der etwas mit ihrem Körper gemacht worden ist. Jetzt nimmt sie wieder den Stift in die Hand und gestaltet aktiv das Erlebte.

Erfahrungen der Selbstmächtigkeit durch das Schreiben werden in vielen der Bücher benannt. Das Formulieren ist ein Mittel, um dem Schock, der Desorientierung und Angst Grenzen zu setzen und sich wenigstens partiell zu:r Autor:in des eigenen Lebens zu machen.

Eindrucksvoll – freilich in der Tiefe der Beängstigung nur ahnungsweise – kann man die Bedeutung eines solchen Prozesses nachvollziehen in dem Buch „Arbeit und Struktur“ von Wolfgang Herrndorf, dessen Hirntumor ihm zeitweise ein konsistentes Denken unmöglich macht. Indem er das Wiederkehren der Fähigkeit spürt, den Gedankenzusammenhang schriftlich festzuhalten, findet er sich als Person mit einer Geschichte wieder. „Unter unendlicher Anstrengung baue ich die Gedankenkette wieder zusammen und gehe auf Zehenspitzen auf die Toilette, um sie aufzuschreiben.“<sup>11</sup> „Auf Zehenspitzen“ – der Zusammenhang des Lebens und der Person sind prekär. Jedes laute Geräusch, jede heftige Bewegung könnte ihn zerstören. Eine solche Gefährdung erlebt nicht nur dieser Autor, sondern viele Menschen, deren Lebensperspektive durch ein traumatisches Ereignis zerbricht. Wenn es möglich wird, eine „Gedankenkette“ herzustellen, den Zusammenhang einer Geschichte zu finden, verbinden sich die Aspekte des Lebens, die auseinanderzufallen drohen.

Das Klagen, so zeigt es sich, ist ein kreativer Prozess. Auch wenn es nur Schreckliches zum Ausdruck bringt, liegt darin potenziell der Beginn von etwas Neuem.

## 2.1 Schmerzhaftes Klage

Aber die Entscheidung, mit dem Schreiben zu beginnen, erfordert den Entschluss, sich dem Schmerz anzunähern und sich dem emotionalen Feld der

<sup>9</sup> Irving D. Yalom/Marilyn Yalom, Unzertrennlich. Über den Tod und das Leben, München 2021, 12f.

<sup>10</sup> Maxie Wander, Leben wär' eine prima Alternative. Tagebuchaufzeichnungen und Briefe, Darmstadt/Neuwied 1984, 18.

<sup>11</sup> Wolfgang Herrndorf, Arbeit und Struktur, Berlin 2013, 12.

Trauer auszusetzen. Man muss die bedrückenden und beängstigenden Bilder in der Erinnerung aufrufen und damit etwas vom Vergangenen neu durchleben. Klagen braucht insofern Mut. Gabriele von Arnim, ca. fünf Jahre nach dem Tod ihres Ehemannes, den sie zehn Jahre gepflegt hatte, schreibt in einem Brief an ihre Freundin: „Erzähl es, hast du gesagt, als wir uns vor Wochen das letzte Mal sahen und unter tiefhängenden Wolkenkissen spazieren gingen ... Und seither frage ich mich, was ist ‚es‘. Und erschrecke. [...] Es ist ein Füllhorn aus Kummer und Widrigkeiten.“ Und sie fragt weiter: „Will ich das hier wirklich? Da draußen gibt es Menschen, Museen, Radwege, Parks, Konzerte, Zimmertheater, Kneipen [...]“. <sup>12</sup> Es gäbe ja zahlreiche Möglichkeiten, etwas anderes zu tun, als sich einer schmerzlichen Vergangenheit zuzuwenden. Zu klagen, das wird in diesen und ähnlichen Formulierungen deutlich, ist selbst bedrohlich, vielleicht irgendwann befreiend, aber zunächst ein beängstigender Weg in dunkle Zonen.

Das Schreiben ist eine anstrengende Formsuche in einer Lebenssituation, in der die vertraute Gestalt des Alltags zerbrochen ist. Dies gilt umso mehr, wenn das Unglück sehr plötzlich über Menschen hereinbricht und sie keine Gelegenheit hatten, sich mit einem drohenden Verlust auseinanderzusetzen. Möglicherweise sind ihre hirnpfysiologischen Möglichkeiten überfordert damit, die chaotischen Emotionen geistig zu verarbeiten. <sup>13</sup> Vielleicht verlieren Menschen zunächst oder auch dauerhaft die Fähigkeit, Sprache zu finden für das, was in ihnen vorgeht. Auch die Autor:innen, deren Bücher ich bearbeitet habe und die Meister:innen des sprachlichen Ausdrucks sind, kommen hier an ihre Grenzen. Joan Didion, die ihren Mann durch einen unerwarteten Herztod verloren hat, der eintrat, während sie das Abendessen vorbereitete, ist sich bewusst, wie begrenzt sprachliche Möglichkeiten sind, um ihr Erleben wiederzugeben. Denn dieses ist bestimmt durch sich überlagernde Szenen, Bilder, ein Über- und Durcheinander von Emotionen und Erinnerungen. Sie schreibt:

[...] in diesem Fall wünschte ich, ich hätte anstelle von Wörtern einen Schneideraum, ausgerüstet mit einem Avis, einem digitalen Bearbeitungssystem, wo ich nur einen Knopf drücken müsste, um den Lauf der Zeit zu unterbrechen und ihnen alle Fragmente der Erinnerung gleichzeitig zeigen zu können, die mich jetzt einholen [...]. Dies ist ein Fall, in dem ich mehr als Worte brauche, um den Sinn zu finden. <sup>14</sup>

Zunächst scheint es ihr unmöglich, die Intensität und die totale Besetzung der Wirklichkeit im Erleben des Verlustes in Worte zu fassen, das Neben- und Ineinander von Bildern, Szenen, Geräuschen, Empfindungen in das Nacheinander einer Erzählung zu bringen. Damit das Erleben zur Sprache wird, braucht es einen Verarbeitungsprozess komplexer sensorischer Eindrücke und Emotionen. Der Psychoanalytiker und Soziologe Alfred Lorenzer führt in seiner Theo-

<sup>12</sup> *Gabriele von Arnim*, Das Leben ist ein vorübergehender Zustand, Hamburg 2021, 29.42.

<sup>13</sup> Vgl. *Bessel van der Kolk*, Das Trauma in dir. Wie der Körper den Schrecken festhält und wie wir heilen können, Berlin <sup>5</sup>2024, 83–116.

<sup>14</sup> *Joan Didion*, Das Jahr magischen Denkens, Berlin 2021, 12.

rie des szenischen Erlebens dafür ein plastisches Beispiel an. Ungeheuer vielfältig nämlich sind die Beziehungserfahrungen eines Babys mit seiner Mutter, die in den Moment eingehen, in dem es erstmals „Mama“ sagt. Dieses ist eben nicht nur ein Wort, sondern eine Symbolisierung zahlloser, auch widersprüchlicher Erlebnisse.<sup>15</sup>

Die Autorin Naja Marie Aidt drückt den schwierigen Prozess der Sprachfindung sehr radikal aus. Es ist für sie zunächst eine Unmöglichkeit, die eine geradezu maßlose Wut erregt, über den tragischen Verlust ihres 24jährigen Sohns und von ihrem Schmerz darüber zu schreiben. Schließlich ist es dennoch Sprache, die die Autorin benutzt, um die quälende Sprachlosigkeit zu fassen:

keine sprache möglich sprache starb mit meinem kind konnte nicht kunstvoll sein wollte keine verflochtene kunst sein zum kotzen syntax zum kotzen schreibe wie ein kind hauptsätze unsicher alles was ich schreibe ist hölzern ich hasse das schreiben will nie wieder schreiben ich schreibe voll brennendem hass mein zorn ist ziellos fetzen ein schrei gebrüll ich bin eine kugelträgerin niemand soll mir mit seinem sanften shit kommen.<sup>16</sup>

Ein Text aus Satzketten, ohne Satzzeichen und Struktur, ohne Groß- und Kleinschreibung, eine assoziative Aneinanderreihung wie von kurzen Ausrufen, ein Ausdruck unfassbaren Leids, das auf dem Weg ist, in Sprache gefasst zu werden.

Mit einer Klage anzuheben, ist also alles andere als harmlos, vielmehr psychische und geistige Schwerarbeit. Mit ihr treten Menschen in einen Raum ein, in dem schlimme Erfahrungen sie erneut zu überwältigen drohen, wenn es nicht gelingt, dafür eine Form zu finden, einen „Hauch von Ordnung“ – so der Titel des von Maike Schult angekündigten Buches zum Traumathema – herzustellen, indem Namenloses benannt und in eine Reihenfolge gebracht wird.<sup>17</sup>

### 3. Wie findet Leiden Ausdruck?

Ich möchte mich im Folgenden konzentrieren auf materielle Dimensionen der Klage, die der Sprachlichkeit vorausliegen bzw. sie begleiten. Denn der Prozess, der in die Sprache hineinführt, ist durchsetzt von körperlichem Erleben und entsprechenden Ausdrucksformen des Schmerzes. Zugleich sollen auch andere auf Materialität – wie Orte, Zeiten, Artefakte – bezogene Handlungsformen der Trauer fokussiert werden. Sie werden zwar aus Texten erschlossen, zeigen sich darin aber als eigenständiger Weg der Verarbeitung, der im Tun selbst

<sup>15</sup> Vgl. Alfred Lorenzer, Tiefenhermeneutische Kulturanalyse, in: Ders. (Hg.): Kultur-Analysen, Frankfurt a. M. 1986, II–98:39–54.

<sup>16</sup> Naja Marie Aidt, Hat der Tod dir etwas genommen, dann gib es zurück. Carls Buch, München 2021, 32.

<sup>17</sup> Vgl. Maike Schult, Ein Hauch von Ordnung. Traumaarbeit als Aufgabe der Seelsorge (APrTH 64), Leipzig 2023.



Zuversicht und Sinn generiert. Diese praxistheoretisch inspirierte Perspektive, die das Klagen im Horizont sozialer Praktiken wahrnimmt, ist – wie sich zeigen wird – auch im Blick auf die religiöse Praxis bedeutsam, theologisch meist aber weniger im Blick.<sup>18</sup> Dies gilt, obwohl die Formulierungen und Metaphern der Klagepsalmen, die in anderen Beiträgen dieses Bandes behandelt werden, zahlreiche Beispiele dafür liefern, dass Trauer, Schmerz und Angst körperlich erlebt werden und die Wahrnehmung von Raum und Zeit verändern. Entsprechend sind auch lebensförderliche Umgangsweisen mit der Trauer nicht nur in innerlichen Entwicklungen zu suchen, sondern Trauer wird auch in sozialen Praktiken „getan“ und auf diesem Weg bearbeitet.

### 3.1 *Das körperliche Erleben*

Die unterschiedliche Intensität des körperlichen Erlebens von Trauer, die vor allem in der Anfangsphase eines schweren Verlustes hoch ist, spiegelt sich in Joan Didions Differenzierung von Leid und Trauer. Ersteres beschreibt sie als ein körperliches Widerfahrnis, dem sie völlig ausgeliefert ist: „Leid kommt, wenn es eintrifft, in nichts dem gleich, was wir erwarten. [...] Leid ist anders. Leid kennt keinen Abstand. Leid kommt in Wellen, in Anfällen, in plötzlichen Befürchtungen, die die Knie weich machen und die Augen blind und den Alltag auslöschen.“<sup>19</sup> Das Leid erfasst Didions gesamtes Leben, das Essen und das Schlafen, das Erleben der Stille in der leeren Wohnung, den Schrecken des morgendlichen Erwachens mit dem unmittelbaren Einsetzen des Verlustschmerzes, die Angst, selbst zu sterben und die Abwesenheit von Zukunftsplänen. Diese Erfahrungen nach dem plötzlichen Tod ihres Mannes sind anders als die Trauer um ihre Eltern. Denn deren Verlust hat sie ihr ganzes Leben erwartet. Als er schließlich eintritt, ist sie davon berührt und traurig, aber sie wird nicht unfähig, ihre Alltagsroutinen aufrecht zu erhalten. „Mein Vater war tot, meine Mutter war tot, ich mußte eine Weile auf Minen achtgeben, aber ich stand morgens immer noch auf und brachte die Wäsche weg.“<sup>20</sup>

Ähnlich wie Didion ihr Leid als ein umfassendes, keine Distanz ermöglichendes Erleben beschreibt, fasst auch Naja Marie Aidt ihre Reaktion auf den Verlust des Sohnes: „Dies ist ein roher körperlicher Zustand, der nichts mit traurigen Gedanken oder mit dem ‚Trauern‘ an sich zu tun hat. Ein dumpfes Hämmern im Inneren. Unerbittliches fleischliches Wissen.“<sup>21</sup> Und etwas später schreibt sie:

<sup>18</sup> Vgl. einführend *Julia Koll*, Zu den Praktiken selbst! Der Practice Turn und seine Erträge für die Praktische Theologie, in: PTh 108.3/2019, 66–82.

<sup>19</sup> *Didion*, Das Jahr des magischen Denkens, 32f.

<sup>20</sup> Ebd., 33.

<sup>21</sup> *Aidt*, Carls Buch, 134.



Die Sprache, die mich immer begleitet hat und mein Leben war, vermag nichts. Sie keucht, fällt zu Boden, flach und unbrauchbar. [...] Das Unbegreifliche zu begreifen ist kein sprachlicher Vorgang. Diese Erkenntnis ist das verletzte Tier, das lebendige, verletzte Fleisch, das nicht versteht, warum es gefallen ist und nicht aufstehen kann [...].<sup>22</sup>

Am Anfang steht ein unaufhörliches, die Person vor allem physisch und emotional dominierendes Erleben, in dem es unmöglich scheint, sich selbst gegenüberzutreten – das, so könnte man sagen, ist die Ausgangssituation, aus der eine Klage entstehen kann: ein körperlicher Schmerz, ohne Worte, einem übermächtigen Leid ausgeliefert.

Um diese präverbalen Empfindungen auszudrücken, hält die Kunst neben der Literatur auch andere Formen bereit. Die israelische Komponistin Chaya Czernowin ist die Urheberin der Oper „Pnima... ins Innere“, die auf eindrückliche Weise solch sprachloses Leid inszeniert.<sup>23</sup> Das Stück drückt mit menschlichen und instrumentalischen Lauten und Tönen etwas von den transgenerationalen Auswirkungen des Holocaust und der erneuten Traumatisierung jüdischer Menschen am 7. Oktober 2023 aus. Es ist eine Klage ohne Worte. Auf der Bühne suchen umherirrende Körper eine Beziehung, aber sie verfehlen sich. Im Publikum erfährt man, wie schwer es ist, solche körperlichen Ausdrucksformen des Schmerzes zu ertragen und darauf zu reagieren. Man spürt das Leid im eigenen Körper, merkt, wie Worte nicht passen wollen, sie in der Gefahr stehen, vollkommen verfehlt zu wirken, zu harmlos angesichts des Geschehenen. „[...] niemand soll mir mit seinem sanften shit kommen.“<sup>24</sup>

Aber nicht nur die Ausdrucksformen des Schmerzes sind körperlich, sondern unter Umständen auch Erfahrungen, die über das Leid hinausführen. Peter Noll, an Krebs erkrankt, erzählt davon, wie er mit zwei Freundinnen eines Abends nackt auf die Terrasse tritt und sich mit ihnen in den leicht überfrorenen Schnee legt.<sup>25</sup> Eiskalt geworden suchen die drei schließlich gemeinsam die Wärme eines Bettes. Eine ekstatische Erfahrung, irgendwie bereits erwartet, wie er schreibt, aber schließlich doch überraschend. Diese und ähnliche sinnlich überwältigende Erfahrungen nennt dieser Autor „Sinnoasen“. Sie vermitteln nicht den Zusammenhang einer geistigen Überzeugung, aber sie schenken punktuell Lebensgewissheit und Zuversicht für den nächsten Schritt. Naja Marie Aidt geht zum Boxtraining, klagt und klagt an mit ihren Fäusten und wird dabei zugleich kräftiger, stärker für ihr Leben, das weitergeht.<sup>26</sup> Wiederholt geht es in den untersuchten Büchern um die Erfahrung des Schwimmens: Wolfgang Herrndorf z.B. steigt bis fast zu seinem Tod in den Berliner Schlachtensee und erlebt darin eine elementare Lebendigkeit. Er schreibt:

<sup>22</sup> A.a.O., 139.141.

<sup>23</sup> Vgl. Staatstheater Darmstadt, *Pnima... ins Innere*, <https://www.youtube.com/watch?v=g7d21P1XftM>, [09.07.25].

<sup>24</sup> *Aidt*, Carls Buch, 32.

<sup>25</sup> Vgl. *Peter Noll*, Diktate über Sterben und Tod, Ulm 1984.

<sup>26</sup> Vgl. *Aidt*, Carls Buch, 157.

Dieser rätselhafte See: Mitten in Berlin, herrlich baumumstanden, Graureiher, Haubentaucher, Blossen und ihre Jungen, klares, erfrischendes Wasser. Und nie ein Mensch. [...] Start in die Badesaison. Nicht geschwommen, linke Schulter nicht belastbar, aber immerhin schon im See gestanden und auch irgendwie gelegen, toter Mann gespielt. [...] Herrlicher Tag, acht bis zehn Grad, man riecht den Frühling. Bald werden die Bäume grün, lindgrün und maigrün und dunkelgrün vielleicht, aber lindgrün auf jeden Fall schon mal.<sup>27</sup>

Das sinnliche Erleben, darauf verweisen die angeführten Beispiele, steht am Anfang der Klage, ja, seine Wahrnehmung und sein Ausdruck ist bereits Klage. Dies gilt auch im Blick auf den Lebenswillen: Die Körperwahrnehmung wird zur Basis der Zuversicht und stärkt den Lebenswillen. „Körperliches Selbstge-wahrsam ist der erste Schritt auf dem Weg zur Befreiung von der Tyrannei der Vergangenheit.“<sup>28</sup> So schreibt Bessel van der Kolk über den Heilungsweg traumatisierter Menschen. Dies gilt auch für die Erfahrungen von seelischem Schmerz jenseits eines Traumas im engeren Sinn. Aus der Vertrautheit mit dem Körper und seinen Signalen erwächst die Möglichkeit zum Klagen und zu einem Selbstausdruck, der im Leiden und zugleich darüber hinausgreifend Lebensmöglichkeiten eröffnen kann.

### 3.2 Orte, Zeiten, Gegenstände

Immer wieder wird in der untersuchten Literatur der Ausdruck des Leidens als ein insgesamt auf Materialität bezogenes Tun sichtbar. Das gilt zum Beispiel für das Umgehen mit der Hinterlassenschaft von Verstorbenen. Ein Zettel mit der Handschrift eines verlorenen Menschen, das Ausräumen von Schränken und Wohnungen, die Wahrnehmung eines letzten Hauches vom Körpergeruch der Verstorbenen in der Kleidung – dies alles gewinnt Agency in der eigenen Lebenspraxis. Die Praktiken werden zum Teil einer Klage, die sich im Tun selbst und ohne Worte vollzieht, und damit schwer fassbare Wirkungen hervorbringt. Die Realität verändert sich. Zsuzsa Bank schreibt nach dem Tod des Vaters: „Selbst der Abschied von Dingen wird schwer, dieser seelenlose Kram, weil alles mit ihm stirbt, jeder Gang, jede Geste, jede Nebensächlichkeit, jede Spur durch den Alltag, alles stirbt mit meinem Vater, sogar sein alter Mercedes stirbt mit ihm.“<sup>29</sup>

Wie das Umgehen mit den Dingen nicht nur ein Ausdruck der Trauer ist, sondern auch selbst auf die Trauer einwirkt, zeigt ein eindrucksvolles Beispiel aus einer Studie über verwaiste Eltern. Im Haus der Familie, die ihre älteste Tochter durch einen Unfall verloren hat, steht nach wie vor deren Stuhl am Esstisch. Die Tote sitzt mit am Tisch, gleichsam ein stummer, aber dennoch

<sup>27</sup> Herrndorf, Arbeit und Struktur, 213.311.

<sup>28</sup> Van der Kolk, Das Trauma in dir, 158.

<sup>29</sup> Zsuzsa Bánk, Sterben im Sommer, Frankfurt a. M. 2020, 165.

sehr sprechender Zeuge des Verlustes. Es ist schließlich die Haushaltshilfe, die den leeren Stuhl im Zuge ihrer Arbeit in die Ecke stellt, immer noch in sichtbarer Entfernung vom Familientisch, aber doch etwas weiter entfernt.<sup>30</sup> Das Tun dieser Haushaltshilfe wie auch die Akzeptanz der veränderten Tischordnung durch die betroffene Familie könnte man als Teil ihres Klagens verstehen, als einen durchaus mit latent aggressiver Entschlossenheit verbundenen Akt, der den Verlust handgreiflich nachvollzieht.

Der Ausdruck von Leiden verbindet sich auch mit dem Aufsuchen oder Vermeiden von Orten. Hier finden sich individuell sehr unterschiedliche Handlungsweisen. Während einige Trauernde die Orte und Landschaften meiden, die sich mit Erinnerungen an ihre Verstorbenen verbinden, suchen andere diese bewusst auf, um sich den verlorenen Menschen besonders nahe zu fühlen. So kreist Zsuzsa Bánks Buch um den Balaton, den Ort, an dem die Herkunft des Vaters situiert ist, an dem noch Verwandte leben und an dem regelmäßig die Sommer verbracht wurden, nachdem die Grenzen des Warschauer Paktes sich geöffnet hatten. In den ungarischen See einzutauchen, ist eine schmerzhaft Erinnerung an zahllose Situationen, in denen die verwaiste Tochter den Vater schwimmen sah oder in denen sie mit ihm zusammen geschwommen ist und darin eine ganz besondere Konzentration von Gemeinsamkeit und liebevoller Zuwendung erlebt hat. Auch nach seinem Tod fühlt sie im Wasser die Nähe zu ihm. Es ist, als ob sich im See die Lebenden und die Toten verbänden. In den letzten Sätzen des Buches heißt es: „Ein Bild werde ich sicher immer sehen können, eine Bewegung, die ich mit meinem Vater und nur mit ihm verbinde, seine Art, in den See zu steigen. [...] Dann weit hinauszuschwimmen und im Blau zu verschwinden.“<sup>31</sup> Ins Wasser des Sees zu steigen ist beides zugleich: schmerzhaft Klage über den Verlust und tröstliche Nähe zum Verlorenen im Horizont der Ewigkeit.

Das ambivalente – schmerzliche und schöne – Erleben der weitergehenden Gemeinschaft mit den Toten drückt sich nicht nur in Gedanken und Phantasien, sondern auch materiell aus. Dinge, Orte, geprägte Zeiten und sinnliche Erfahrungen helfen dabei, die fortbestehende Beziehung zu den Verstorbenen zu gestalten und zu transformieren. Roland Kachler sieht die Aufgabe der Trauernden darin, mit dem Zwiespalt zwischen der sich fortsetzenden inneren Präsenz der Toten und der Erfahrung ihrer tatsächlichen Abwesenheit in einer lebensförderlichen Weise umzugehen. Es sei hilfreich, so seine Theorie, wenn sich im Kontakt zu den Toten die Spannung zwischen An- und Abwesenheit derselben verringere, eine Beziehung entstehe, in der die Trauernden den inneren Raum gewinnen, um sich ihrem eigenen Leben wieder zuzuwenden, ohne

<sup>30</sup> Vgl. *Dorothea Mecking*, Die Toten sitzen mit am Tisch. Verlusterfahrungen von verwaisten Eltern und ihr Umgang mit dieser Lebenskrise, Göttingen 2016, 151.

<sup>31</sup> *Bánk*, Sterben im Sommer, 238.

die Verstorbenen endgültig zu verlieren.<sup>32</sup> Dieser Prozess findet nicht zuletzt im Medium sozialer Praktiken statt. Gabriele von Arnim z.B. erfindet Rituale, um die Verbindung zu ihrem verstorbenen Mann handelnd herzustellen. Sie kauft einen Blumenstrauß, stellt eine Hälfte ans Grab ihres Mannes und die andere auf ihren Esstisch. Sie bringt einen Teil der Steine, die ein Freundeskreis ihr schenkt, auf den Friedhof und behält die übrigen in ihrer eigenen Wohnung. Auf unterschiedliche Weise inszeniert sie die Gleichzeitigkeit von Verlust und dennoch weiter bestehender Verbindung, setzt sie im Tun aus sich heraus, was zunächst kaum in Worte zu fassen ist und auch nicht immer Worte braucht, um bedeutsam zu sein.

#### 4. Wer/was ist das Gegenüber des Klagens?

An wen richtet sich das Klagens, wer wird in ihm adressiert? Diese Frage wird in der analysierten Literatur, deren Autor:innen in einem meist distanzierten Verhältnis zum Christentum leben, nicht eindeutig beantwortet.

Zunächst gilt, was oben bereits angesprochen wurde: Indem das Leid ausgedrückt und aus sich herausgesetzt wird, sei es durch Schreie, sinnliches Wahrnehmen und Handlungen, Aktivitäten mit Bezug auf Artefakte, Orte oder Zeiten oder aber indem schließlich Worte dafür gefunden werden, wird der Schmerz selbst zu einem Gegenüber, zu dem man aktiv in Beziehung tritt. Damit verliert er etwas von der Macht, das körperliche Empfinden, die Emotionen und Gedanken, den Alltag insgesamt völlig zu beherrschen. Aus dem traumatischen Schrecken, dem sich wiederholenden Stillstand, wird eine Geschichte. Joan Didion fasst in ihrer Unterscheidung zwischen Leid und Trauer präzise, um was es geht, nämlich die Wiedergewinnung von Selbstmächtigkeit, sodass alltägliche Notwendigkeiten, z.B. die Wäsche wegzubringen, ausgeführt werden können. Zwischen einem Zustand, in dem der Mensch sich vollkommen als Opfer seines Leids empfindet, und der Situation von Trauernden, die Leidvolles erleben und damit umgehen, steht die Klage – in welcher Form auch immer – als ein wesentliches Medium der Transformation.

Sodann aber liegt in den unterschiedlichen Ausdrucksformen des Leidens auch das Vertrauen oder die Sehnsucht, gehört zu werden. Klage ist ein performativer Akt der Beziehungsaufnahme. Sie richtet sich an ein implizites Gegenüber, ohne dass immer klar sein muss, inwieweit mit einem solchen zu rechnen ist. Sie tut so, *als ob* mit einem solchen zu rechnen sei und führt damit in einen Raum zwischen dem rational Zugänglichen und dem imaginativ Möglichen.

Dieser Zwischenraum spielt in der von mir bearbeiteten Literatur eine große Rolle – unabhängig von der religiösen Selbstverortung der Autor:innen. Die

<sup>32</sup> Vgl. Kachler, Hypnosystemische Trauerbegleitung, 35–52.

leidenden Menschen wissen darum, dass sie dem Tod nicht entgehen, dass verlorene Liebste für immer verloren sind. Zugleich entwickeln sie Praktiken, die dieses Wissen gleichsam ignorieren, die ein *als ob* konstituieren. Sie klagen im Tun und in Worten, *als ob* sie gehört würden, ohne dass es für sie wesentlich ist zu klären, ob dies der Fall ist. Und in schwer fassbarer Weise werden sie mit ihren Klagen auch gehört, verwandelt sich ihr Leid, ohne zu verschwinden, geht ihr Leben weiter, wenn auch verwundet und ohne die Illusion, ungeschoren zu bleiben.

Insofern könnte man sagen: Mit der Klage beginnt auch jenseits explizit religiöser Praxis die Konstitution eines Raumes, in dem Menschen mit etwas rechnen, was rational nicht erwartbar ist, aber dennoch wirkt. Solch ein Zwischenraum ist im Zusammenhang religiöser Praktiken konstitutiv, die beständig mit Wirkungen und einem Gegenüber rechnen, die nicht zu beweisen, aber dennoch bedeutungsvoll sind.<sup>33</sup> Klagen, die wohl in allen Religionen zu finden sind, gehören in diesen Zusammenhang. Sie verändern nichts an einer bedrängenden Situation und haben dennoch das Potenzial, sie zu verwandeln.

Dabei, das erscheint mir wichtig, ist ein Zutrauen zur Wirksamkeit des Vollzuges der Klage selbst nötig. Dies hängt nicht zuletzt damit zusammen, sich in mancher Hinsicht die Grenzen der eigenen Handlungsmöglichkeiten einzugestehen, ja: auch Situationen der Ohnmacht auszuhalten, in denen es nichts unmittelbar zu tun gibt, um die Lage zu verbessern. In Zeiten der Not schnell etwas Hoffnungsstiftendes zu beschwören, kann die transformative Kraft der Klage zerstören. Hoffnung entsteht aus dem Durchgang durch Not und Angst; denn – so die französische Philosophin Corine Pelluchon – sie ist zu unterscheiden von einem Optimismus, der immer nur das Gute erwartet, obwohl die Wahrnehmung der Wirklichkeit dies als zweifelhaft erscheinen lässt. Pelluchon schreibt: „Die Hoffnung wurzelt in dem, was uns mit dem Leben verbindet, doch sie taucht auf, ohne dass wir sie vorprogrammiert haben.“<sup>34</sup> Dieser Satz fügt sich ein in eine theologische Begründung der Klage. Sie ist eine Praxis, die im Vertrauen auf eine im Moment ihres Vollzuges unabsehbare Veränderung der Wirklichkeit getan wird und damit den Ohnmächtigen eine Möglichkeit zur Lebensgestaltung anbietet.

<sup>33</sup> Vgl. Ulrike Wagner-Rau, Religiosität im Zwischenraum, in: PTh 107.6/2018, 215–229.

<sup>34</sup> Corine Pelluchon, Die Durchquerung des Unmöglichen. Hoffnung in Zeiten der Klimakatastrophe, München 2024, 43.

