

II.

Umgang der Verletzer:innen mit ihrem Verletzten und den durch sie Verletzten

Reue und die eigene Fragwürdigkeit

Reue quält: Wenn doch nur, ach hätte ich. Reue sucht Ausflucht: Flüchten oder Standhalten? Reue will die nachträgliche Konfrontation mit dem, was gewesen ist: Was war los? Wie habe ich in meiner Verantwortung versagt? Was war los mit mir? Reue will die Einsicht in die eigene Fragilität: Ich will mir selbst und dem Anderen gerecht werden, aber ich bin bereits dabei gescheitert. Reue mag hilfreich sein in der Frage, wie ich mir selbst und anderen im Blick auf die Zukunft besser gerecht werden könnte; doch ist der Hang zum Wunschenken überwindbar?

1 Verpasste Chancen – vorenthaltene Möglichkeiten

Bronnie Ware erreicht bis heute anhaltendes öffentliches Interesse, seit im Jahr 2013 ihr Bestseller mit dem Titel „Fünf Dinge, die Sterbende am meisten bereuen: Einsichten, die Ihr Leben verändern werden“ in deutschsprachiger Erstausgabe auf den Markt kam.¹ Was bereuen Sterbende am meisten? Die Autorin konnte eine Rangliste erstellen und fand heraus, dass die meisten ihrer Gesprächspartner:innen im Angesicht des Todes bereuen, sich zu sehr angepasst, zu erwartungskonform gelebt zu haben. Jemand brachte es auf den Punkt: „Ich wünschte, ich hätte den Mut gehabt, mir selbst treu zu bleiben, statt so zu leben, wie es andere von mir erwarteten.“² Hätte man nicht wählen, hätte man sich nicht mutig entscheiden können?

Wenn Bronnie Wares Gesprächspartner:innen darüber nachdachten, was sie im Rückblick bereuen, konfrontierten sie sich mit der Fragwürdigkeit dessen, was sie in eigenverantwortlicher Handlungs-

1 Ware, Bronnie, 5 Dinge, die Sterbende am meisten bereuen. Einsichten, die Ihr Leben verändern werden, München 2013.

2 A.a.O., 61f.

macht bewirkt oder in Kauf genommen haben. Man hätte sein Dasein vielleicht in selbstbewusster Authentizität aktiv und initiativ gestalten können, hätte man nur die richtigen Entscheidungen getroffen und Chancen ergriffen.

Anders verhielt es sich – jenseits der Studie von Bronnie Ware – bei einem zutiefst verbitterten Mann, der sich fünfzigjährig das Leben nahm.³ Zwar hätte auch er gern weniger angepasst, weniger fügsam gelebt, wie er in seinem Abschiedsbrief schreibt. Doch im Unterschied zu den Sterbenden, die im Dialog mit Bronnie Ware von den Dingen sprachen, die sie womöglich anders oder besser hätten machen können, war ihm die Freiheit des Wählens und Entscheidens versagt. Er sah sich in Bezug auf das zurückliegende Leben nicht in der Position des Handlungsmächtigen, sondern als ein der Eigenregie beraubtes Opfer erlittenen Unrechts. Daher ging es in seinem Brief auch nicht um Reue, vielmehr um Trauer, Klage und Anklage. Gefangen in Schmerz und Groll gab es für ihn nur den Ausweg, dem eigenen traurigen Leben ein Ende zu setzen.

Auch wer zum Beispiel bereut, dem eigenen Leben einst nicht beherzt eine neue Wende gegeben zu haben, wird klagen, jedoch nicht über andere, sondern über sich selbst. Er wird nicht anderen Vorwürfe machen, sondern sich selbst. Reue ereignet sich nachträglich, als Leistung des Erinnerns und Bewertens eigenen Handelns im Blick auf das Wünschbare, das man – im Hier und Jetzt das Dort und Damals bewertend – aus eigener Schuld verfehlt hat. Die reuige Person ist emotional hoch involviert. Der Wunschseufzer *Hätt ich doch nur* ist müßig, denn die Vergangenheit ist nicht korrigierbar, aber oft kaum zum Schweigen zu bringen.

Ein Beispiel wurde erörtert, in dem es um Versäumnisse oder verpasste Chancen geht. Der Begriff der „Reue“ hätte in diesem Fall ohne weiteres durch „Bedauern“ ersetzt werden können. Das Bedauern, hinter den eigenen Möglichkeiten zurückgeblieben zu sein, wichtige Chancen nicht ergriffen, auf interessante Erfahrungen verzichtet zu haben, ist der Lebensfreude abträglich. Man möchte das *Hätt ich nur* als müßigen und sinnlosen Trübsinn abtun. Wie schön

3 Vgl. Boothe, Brigitte/Stix, Dragica, Letzte Mitteilungen vor dem Tod. Abschiedsbriefe am selbst-gewählten Lebensende, in: Simon Peng-Keller/ Andreas Mauz (Hg.), *Sterbenarrative. Hermeneutische Erkundungen des Erzählens an und vom Lebensende*, Studies in Spiritual Care 4, Berlin 2018, 139–158.

es wäre, alles hinter sich zu lassen, nichts zu bereuen und einem neuen Leben entgegenzusehen, das nichts zu wünschen übrig lässt. Wer mit Edith Piaf jubelt „Non, je ne regrette rien“, beschwört den vollkommen unbelasteten, kraftvollen Neubeginn des Lebens und der Liebe. Alles auf Anfang, im Stand der Unschuld. Eine großartige Sache. Der weltweite und anhaltende Erfolg des Chansons und all seiner Varianten und Neubearbeitungen spricht für sich.⁴

Der Jurist und Sachbuchautor Daniel H. Pink findet die Botschaft der Edith Piaf unsinnig. Reue sei vielmehr gesund, human und bereichernd für die soziale und emotionale Intelligenz. „Wie der Blick zurück uns hilft, nach vorn zu schauen“, lautet der Untertitel des Bestsellers „Die Kraft der Reue“.⁵ Der Autor erfasste im „World Regret Survey“ Daten von 16.000 Menschen aus 105 Ländern und vertiefte die Informationen durch spezifische Umfragen im nord-amerikanischen Raum; zusätzlich führte er über hundert ausführliche Interviews zur persönlichen Erfahrung und zum Umgang mit Reue. Die Befunde zeigen: Reue bedeutet die Konfrontation mit eigener Schwäche, doch gerade daraus entwickle sich Stärke. Reue mache nicht trostlos, sondern klarsichtig; sie fördere nicht Masochismus, sondern Gesundheit, Stärke, Wahrheitsliebe und Zuversicht. Auch bei Pink sind die Beispiele zahlreich, in denen jemand verpasste Chancen bedauert oder den Mut zum Risiko nicht findet. Doch teilen manche der Befragten auch Erinnerungen mit, bei denen Reue als komplexere Gestalt von Interesse ist. Im neunten Kapitel „Reue in puncto Moral“ geht es zum Beispiel um wuchtige Themen wie „Falschheit. Untreue. Diebstahl. Verrat.“⁶

2 Man braucht Zynismus, um die Illusion zu nähren, man könne sich der Rechenschaftspflicht entziehen

Es gibt nicht nur ein Narrativ der Reue, sondern viele. Das Spektrum ist offen. Im Folgenden sind Reue-Narrative mit moralischem

4 Vgl. Wikipedia, Non, je ne regrette rien. Lied von Edith Piaf (1960), URL: https://de.wikipedia.org/wiki/Non,_je_ne_regrette_rien (Zugriff: 09.06.2024).

5 Pink, Daniel H., Die Kraft der Reue. Wie der Blick zurück uns hilft, nach vorne zu schauen, Berlin 2022.

6 Vgl. a.a.O., 165–184.

Impact von Interesse.⁷ Wenn der frühere Präsident der Vereinigten Staaten Bill Clinton den „Ukraine-Deal“ von 1994 bereut, geht es nicht um Verrat oder Falschheit, sondern um eine politische Fehleinschätzung von weltpolitischer Tragweite: „Der frühere US-Präsident Bill Clinton bereut es, die Ukraine dazu gedrängt zu haben, ihre Atomwaffen abzugeben“. Er

fühle [...] sich ‚schrecklich‘ deswegen. „Ich fühle mich persönlich verantwortlich, weil ich sie dazu gebracht habe“. Clinton hatte im Januar 1994 ein entsprechendes Abkommen mit dem damaligen russischen Präsidenten Boris Jelzin und dem ukrainischen Staatsoberhaupt Leonid Krawtschuk unterzeichnet. Im gleichen Jahr gab es ein weiteres Abkommen, in dem Russland einwilligte, die territoriale Integrität der Ukraine zu respektieren. Clinton sagte, die Ukrainer hätten gezögert, die Atomwaffen abzugeben, weil sie damals schon dachten, diese würden sie vor einem expansionistisch gestimmten Russland schützen. Tatsächlich brach Russland unter Präsident Wladimir Putin das Abkommen im Jahr 2014.⁸

Schuldgefühl und Selbstanklage stehen hier im Vordergrund. Clinton weist ausdrücklich auf das Zögern der Ukrainer hin und damit auf den im Nachhinein tragischen Fehler, ihre Bedenken nicht ernst genug genommen zu haben. Später ist man klüger, zu spät. Als tragisch darf man die Fehleinschätzung bezeichnen, weil die Interessen und Anliegen der Betroffenen übergangen wurden und die Schadensfolgen massiv waren. Hätte Clinton sagen können „Non, je ne regrette rien“? Sicher nicht. Er würde den Anspruch Betroffener missachten, in ihrer Situation, in ihrer prekären oder bedrohten Lage wahrgenommen zu werden. Man braucht Zynismus, um die Illusion zu nähren, man könne sich der Rechenschaftspflicht entziehen.

7 Vgl. Boothe, Brigitte, Selbstpreisgabe, Selbstschutz und die Dynamik der Reue, in: Jens Wolff u.a. (Hg.), *Der Zweite – Christus denken, Hermeneutische Untersuchungen zur Theologie* 91, Tübingen 2023, 237–262; Boothe, Brigitte, Reue als nützliche Selbstentmächtigung, in: *Spiritual Care* 9 (2020), 341–348.

8 Ntv, Politik, Abgabe von Atomwaffen. Clinton bereut Ukraine-Deal. 05.04.2023, 15:33 Uhr, URL: <https://www.n-tv.de/politik/Clinton-bereut-Ukraine-Deal-article24036286.html> (Zugriff: 17.05.2025).

3 Der Anspruch des Anderen und die eigene Fragwürdigkeit

Wie schon bemerkt, die Diversität der Reue-Narrative ist groß. In Reue-Erzählungen, die im Folgenden von Interesse sind, positioniert sich die Protagonisten-Figur als entscheidungs- und wirkmächtige:r Akteur:in. Sie oder er versteht sich rückblickend als verantwortlich für das eigene Handeln, Unterlassen, Zulassen, in Kauf Nehmen oder Hinnehmen, das Schaden und Leid für Betroffene gebracht hat. Man fühlt sich in der Reue „schrecklich“, um Clintons Wortwahl aufzugreifen. Doch hat es keinen Sinn, über die Gemütsverfassung des ehemaligen Präsidenten weiter zu spekulieren. Es handelt sich um ein öffentliches Statement, das nicht jenseits des medialen und politischen Kontextes diskutiert werden sollte.

Die Gemütsverfassung der Reue im Zusammenhang mit schmerzhafter moralischer Bewertung bleibt das zentrale Thema. Dabei gilt die Aufmerksamkeit nicht der Weltpolitik, der Delinquenz und den großen Skandalen, sondern Missständen der Beziehungswirklichkeit. Man ist dem Anspruch des Anderen nicht gerecht geworden. Man ist ihm etwas schuldig geblieben. Was im Nachhinein schmerzt, bestürzt und erschüttert, ist, dass man dieses Ereignis oder diese Situation selbst verantwortet, mitgestaltet oder hergestellt hat. Man selbst hat das Übel veranlasst, ermöglicht oder geduldet. Die nachträgliche Disqualifikation erfolgt als Selbstvorwurf und Selbstanklage. In der Reue aktualisiert man bei hoher emotionaler Involviertheit Erinnerungen das Geschehene und hat den dringlichen wie vergeblichen Wunsch, es ungeschehen zu machen. Es gibt ein verzweifelt Drängen, das Geschehene sich anders vorzustellen, anders zu imaginieren, anders zu wünschen: *Ach, wenn doch, hätte ich bloß, wie konnte ich nur.* Oft intensiviert sich im anhaltenden Grübeln und Klagen die Selbstdisqualifikation. Diese Auseinandersetzung entfaltet sich als persönliche Konfliktdynamik von schmerzhafter und dauerhafter Vitalität. Reue verbindet Wunschdenken, Selbstkritik und Selbstbestrafung.

4 Reue als Selbst-Traumatisierung

Wer sich nachträglich mit dem eigenen problematischen oder schädigenden Handeln oder Unterlassen auseinandersetzt, wird sich selbst fragwürdig; man stellt das eigene Tun und Wirken unter Verdacht, sieht verstört dem eigenen moralischen Scheitern ins Auge. In der Selbstkonfrontation verzichtet man auf Wahrung eines positiven Selbstgefühls, auf Selbstschutz; vielmehr setzt man sich dem Schmerz und der Erschütterung intensiven Schuld- und Schamerlebens aus. Die Reue ist eine Qual, die uns inbrünstig wünschen lässt, man hätte anders gehandelt, als man es in Wirklichkeit getan hat. Lebhaft ist der Wunsch, nicht schuldig geworden zu sein, sich nicht schämen zu müssen. Andrängende kontrafaktische wunscherfüllende Narrative schaffen Bilder davon, wie es leider gerade nicht gewesen ist. Mit Nietzsche gesprochen will das Gedächtnis nur zu gern nachgeben. Reue nötigt auf verstörende Art mit dem Eingeständnis, das Leiden Anderer verursacht oder zugelassen zu haben; es kommt zur Demontage des Selbstwerterlebens. Reuige sind gefangen in moralischen Selbstattacken und wünschen verzweifelt, sie könnten ungeschehen machen, was geschehen ist. Qualvolle innere Zerrissenheit kann lange anhalten oder immer wieder im Lauf des Lebens aufbrechen.

Wenn man von Traumatisierungen spricht, dann geht es gewöhnlich um die intrusive Attacke auf körperliche, mentale und soziale Integrität, die sich von außen des Opfers bemächtigt. Traumatisierte Personen sind ihres Selbst- und Weltvertrauens beraubt. Sie sind gezeichnet von der Preisgabe an totale Fremdbestimmung. Auch bei der Reue könnte man von einer intrusiven Attacke auf die Integrität der Person sprechen, die nicht von außen, sondern von innen kommt. Selbstsicherheit und Selbstbewusstsein sind erschüttert. Die nunmehr reuige Person blickt im Nachhinein auf das, was sie in der Freiheit ihres Entscheidens und Handelns getan oder unterlassen hat, mit Schrecken. Sie konfrontiert sich, nachträglich empathisch, mit dem, was die Geschädigten erlitten haben. Die Fragwürdigkeit der eigenen Handlungs- und Entscheidungsmacht ist offenbar. Eine Bewegung hin zu Selbstentmächtigung und Selbstpreisgabe ereignet sich. Das kann so bestürzend, so verstörend – gleichsam so selbst-traumatisierend – sein, dass Betroffene sich von der Erschütterung des Selbstgefühls nicht erholen können.

Reue quält: *Wenn doch nur, ach hätte ich*. Reue sucht Ausflucht: *Flüchten oder Standhalten?* Reue will die nachträgliche Konfrontation mit dem, was gewesen ist: *Was war los? Wie habe ich in meiner Verantwortung versagt? Was war los mit mir?* Reue will die Einsicht in die eigene Fragilität: *Ich will mir selbst und dem Anderen gerecht werden, aber ich bin bereits dabei gescheitert*. Reue mag hilfreich sein in der Frage, wie ich mir selbst und anderen im Blick auf die Zukunft besser gerecht werden könnte; *doch ist der Hang zum Wunschenken überwindbar?*

Nicht jeder Person, die sich nachträglich, erinnernd und reflektierend, der eigenen Fragwürdigkeit stellt, droht ein massiver Absturz, insbesondere dann nicht, wenn sie sich in ihrer Belastung jemandem anvertraut. Die Möglichkeit, das nachträgliche Leiden am Leiden anderer zu offenbaren, jemandem mitzuteilen, die oder der dieses Erzählen in emotionaler Partizipation und im gemeinsamen Nachdenken begleitet, kann ermutigend wirken, kann den Mut zur aufrichtigen Selbstkonfrontation befördern. Ein Beispiel soll das anschaulich machen.

5 Eine Reue-Erzählung im Zusammenhang mit Selbstentfaltung, Selbstbewährung und dem, was auf der Strecke bleibt

In autobiografischen Selbstzeugnissen berichteten Frauen und Männer im Rahmen einer narrativen Studie zu Glück und Unglück im Lebensrückblick an der Universität Zürich in ausführlichen Gesprächen über das eigene Leben.⁹ Es ging um die eigene Lebensgeschich-

9 Vgl. Boothe, Brigitte, *Liebesfreuden – Lebensfreuden. Glück und Schmerz im Lebensrückblick*, in: Brigitte Boothe/Bettina Ugolini (Hg.), *Lebenshorizont Alter*, Zürich 2003, 189–218; Grimm, Geneviève/Boothe, Brigitte, *Narratives of Life. Storytelling in the Perspective of Happiness and Disaster*, in: *Journal of Aging, Humanities, and the Arts* 1 (2007), 137–146. Vgl. auch Blumer, Charlotte, *Erzählte Lebensgeschichten – Lebensrückblick alter Menschen*. Unveröffentlichte Lizentiatsarbeit der Universität Zürich, Psychologisches Institut (2008); Radzik-Bolt, Dorothea, *Gesichter des Glücks. Glück und Unglück im Lebensrückblick alter Menschen*. Unveröffentlichte Dissertation, Universität Zürich (2006). Die Transkripte der narrativen Interviews wurden zwischen 2006 und 2008 dokumentiert, sind aber aus Gründen des Datenschutzes heute nicht mehr verfügbar.

te; uns interessierte, in welcher Weise und in welchen Zusammenhängen belastende und beglückende Erfahrungen zur Darstellung gelangen. Das anonymisierte Beispiel entstammt einem der narrativen Interviews. Die Erzählerin Frau K ließ ihre Gesprächspartnerin an einer besonders bedeutungsvollen Erfahrung des Glücks teilhaben. Anschließend kam Reue zur Sprache; wichtige Verknüpfungen und Bezüge ließen sich herstellen.

Glück ist für Frau K – und das zeigte sich eindrucksvoll auch bei anderen Erzähler:innen – die Expansion in die Welt, in die Weite, die Selbsterprobung und Selbstbewährung, die Möglichkeit, die eigenen Potentiale wahrzunehmen und erfolgreich zum Einsatz zu bringen. In diesem Sinn war ihr, anders als vielen Gesprächspartner:innen von Bronnie Ware, ein selbstbestimmter anstelle eines fügsam erwartungskonformen Lebensentwurfs gelungen.

Frau K wuchs in finanziell und sozial beschränkten Verhältnissen in der ländlichen Schweizer Bergwelt auf und war damit verbundenen Restriktionen längere Zeit ausgesetzt, bis ihr aus eigener Kraft die berufliche Weiterentwicklung gelang. Frau K blickt auf ein arbeitsreiches und erfolgreich engagiertes Leben zurück, bleibt auch in der nachberuflichen Phase aktiv und freut sich an der produktiven Verfügung über die eigenen Kräfte. Nichts fürchtet sie bei zunehmendem Verlust körperlicher Kräfte mehr als ein Verwiesensein auf Unbeweglichkeit, Fremdbestimmung und Enge. Denn noch immer ist die Öffnung nach außen, z.B. das Reisen, wichtig. Quelle großer Freude ist die herzliche Beziehung zur einzigen Tochter, neben drei Söhnen; die Tochter ist für sie wie ein jüngerer alter ego, ein Tor zur Welt.

Ihr Ehemann war eher still und nachgiebig und überließ, wie Frau K meint, das Feld der Initiative nicht ungern der Frau. So konnte Frau K vergleichsweise ungehindert Kraft und Wirksamkeit entfalten und sich doch in einem loyalen, verlässlichen Familienverbund wissen. Freilich bildete das Paar auf diese Weise nur bedingt eine Dyade zweier Liebespartner, die in intimer Annäherung einander entdecken und austauschen. Dass dies in ihrer Ehe selten war, dass ein „Miteinander“ gefehlt und nur ein „Nebeneinander“ möglich war, stimmt Frau K traurig.

Die angeführten Zitate basieren auf Audioaufnahmen, ursprünglich in Schweizerdeutsch. Sie sind der Lesbarkeit ins Schriftdeutsche überführt und etwas geglättet worden.

Es geht nicht nur um ein Bedauern, Liebe und Intimität allzu sehr marginalisiert und damit Bedeutsames verpasst zu haben, sondern auch um Reue. Sie erzählt in großer emotionaler Bewegung davon, wie ihr damals gerade pensionierter Mann plötzlich einen Herzinfarkt erlitt und unverzüglich ins Krankenhaus gebracht werden musste. Sie wollte ihn begleiten, doch der Notfalldienst sagte, es müsse ganz schnell gehen, man müsse gleich operieren. Sie solle zuhause bleiben und auf telefonische Nachricht warten. „Ach“, erzählt Frau K weinend, „noch jetzt sehe ich sein Gesicht vor mir. Er schaute mich so verzweifelt an, seinen Blick, seinen traurigen Blick kann ich nicht vergessen. Ich würde mir wünschen, dass wir mehr Zeit miteinander verbracht hätten, dass ich ihm in den letzten Jahren näher gewesen wäre. Er hat nicht mehr lang gelebt. Es war so traurig.“ Sie fährt fort: „Ich denke oft daran, und dann ist mir schwer ums Herz. Dann rede ich mit ihm, und er bleibt stumm, so stumm. Und immer sehe ich diesen Blick. Es tut weh.“ Sie klagt sich an, eine schlechte Ehefrau gewesen zu sein. „Ich habe mich viel zu wenig darum gekümmert, wie es ihm ging.“ Und erneut unter Tränen: „Es war mir oft gerade recht, dass er so still war und mich machen ließ.“ Und: „Er hat nicht einmal den Ruhestand genießen können. Und ich weiß nicht einmal, ob er gewollt hätte, dass wir dann mehr zusammen unternehmen.“ Manchmal werde sie geradezu überfallen von Bildern, an die sie früher nie gedacht, an Situationen, die sie während des gemeinsamen Lebens gar nicht beachtet habe. Wie sie ihren Mann beispielsweise verletzt habe, als er sie mit einer kurzen Reise überraschen wollte, sie aber gereizt und unwillig reagierte. Wie er ihren Rat für einen Konflikt unter Kollegen wollte und sie nicht einmal zuhörte, wie ihr vor seiner Pensionierung im Stillen bang war und sie nichts tat, um auf ihn zuzugehen. „Und ich war doch die ersten Jahre so verliebt, und ich wollte nie einen anderen Mann“, äußert sie bestürzt und erschüttert. Gemeinsam denken wir darüber nach, dass Frau K auf die Entwicklung und Erprobung ihrer beruflichen Fähigkeiten nicht hätte verzichten wollen, dass sie heimlich dem Mann grollte, der weniger ambitioniert war als sie, dass sie sich daher zurechtlegte: „Ja gut, dann muss er halt schauen, wo er bleibt“. Im Nachhinein setzt sie sich in Schmerz und Trauer mit der vernachlässigten Liebe zu diesem Mann auseinander. Das heißt keineswegs, dass sie damals anders hätte handeln und entscheiden sollen, es heißt auch keineswegs, dass sie eine schlechte Ehefrau und

Gefährtin war. Es heißt nur, dass sie in neuer Perspektive über Liebe und Zuneigung, verlorene Liebe und verlorene Nähe trauert.

6 Einer trage des anderen Last

Und wenn der Mensch in seiner Qual verstummt, gab mir ein Gott, zu sagen, wie ich leide. Der junge Dichter Torquato Tasso spricht so in Goethes gleichnamigem Drama.¹⁰ Er muss schwere Enttäuschungen hinnehmen, doch findet das Seelenleid der literarischen Figur Ausdruck in der Sprache. Eine Erleichterung, ein Trost. Auch im Alltag muss man im Leid nicht verstummen. Man kann sich erzählend anvertrauen. Dann bleibt man mit den unvermeidlichen Enttäuschungen, Kränkungen und Misserfolgen nicht allein.

Frau K tut es gut, einer aufmerksamen ZuhörerIn zu erzählen, was ihr schwer auf der Seele liegt. Es hilft ihr, zu erfahren, dass sie nicht verurteilt wird. Und es ergibt sich unversehens, dass die beiden GesprächspartnerInnen vergegenwärtigen, wie der Ehemann allein und ohne Abschied gestorben ist; und im Kontakt mit dem Gegenüber findet das Bedauern Ausdruck, dass es zu einer inneren Entfremdung der Eheleute gekommen war. Frau K wünscht nachträglich, zum Mann eine Beziehung der Nähe und Verbundenheit gelebt und auf innige Weise Abschied genommen zu haben, doch wie verhalten sich Wunsch und Wirklichkeit zueinander? Die Erzählung vom Glücksgefühl verdeutlicht als wunscherfüllendes Motiv die Freude am Tüchtigsein, an Selbstbestimmung und Selbstwirksamkeit. Da soll ihr niemand in die Quere kommen. Verantwortung im Bereich Partnerschaft und Familie: ja, zu viel Zweisamkeit und Beieinander: eher nein. Hätte Frau K damals ahnen können, dass dieser für sie und ihre Wünsche stimmige Lebensentwurf seinen Preis hat? Und wenn sie es geahnt hätte? Hätte sie sich dann vom Mann getrennt? Wenig wahrscheinlich, im sozialen Umfeld hätte eine zunehmend unbefriedigende psychosoziale Passung der Eheleute kaum als zureichender Scheidungsgrund gegolten. Hätte

10 Vgl. Goethe, Johann Wolfgang von, Torquato Tasso, 1807. 5. Akt, 5. Szene, Tasso zu Antonio. Projekt Gutenberg, Gutenberg Edition 16. 2. vermehrte und verbesserte Auflage, URL: <https://www.projekt-gutenberg.org/goethe/tasso/cha0006.html> (Zugriff 17.5.2025).

sie dem Mann zugesetzt, ambitionierter, initiativer, tatkräftiger zu sein? Die Folge wäre eine miserable Ehequalität und eine chronische Belastung der ganzen Familie. Dann vielleicht eine Haltung der Selbstbescheidung, Selbstbeschränkung, verbunden mit freundlicher und zugleich anspruchsvoller Zuwendung? Das hätte den Verlust der Struktur und Halt gebenden Regieführung bedeutet, womöglich neben ernsthaften finanziellen Einbußen. Wie man es macht, macht man es falsch, möchte man sagen. Man kann hadern, bedauern und trauern, man kann dringend wünschen, etwas ungeschehen zu machen; denkt man aber gründlich nach und rekonstruiert die Situation von damals in all ihren Facetten, dann wird deutlich, als wie komplex sich Fragen nach falsch und richtig erweisen.

Frau K ist im Gespräch mit dem Kummer nicht mehr allein. Ihre ZuhörerIn trägt das emotionale Geschehen mit; ein Fall von: Einer trage des anderen Last.¹¹ Es geht nicht um Entschuldigungen, Rechtfertigungen oder Beschönigungen. Vielmehr stellt die Erzählende selbst den Anspruch an sich, im Gespräch eine Auseinandersetzung in Beziehung zu sich selbst und im Dialog zu führen, in der es möglich wird, sich der eigenen Begrenztheit, Beschränktheit und Fragwürdigkeit zu stellen, hinzunehmen, dass es nicht immer möglich war zu geben, was man sich selbst und dem nächsten Menschen schuldig war. Der verstorbene Ehemann kann in dieser nachträglichen Auseinandersetzung auf neue Weise lebendig und wichtig werden, auch für die Partnerin im Gespräch. Zu betonen ist, dass es sich, ganz im Sinne des Apostels Paulus, um einen Dialog auf Augenhöhe handelt. Wer das Vertrauen genießen darf, am reuevollen Erzählen und Nachdenken eines anderen teilzuhaben, ist nicht in richtender Position, sondern begleitet mit Wohlwollen das Ringen um Aufrichtigkeit oder Wahrhaftigkeit. Und wie das Wort schon sagt: Wer aufrichtig ist, bemüht sich um den *aufrechten* Gang.

7 Was im Nachhinein schmerzt, bestürzt und erschüttert

Die Bewegung hin zu Selbstentmächtigung und Selbstpreisgabe kann, wie erwähnt, den Selbst- und Weltbezug dramatisch erschüt-

11 Vgl. Gal 6,2: Einer trage des anderen Last; so werdet ihr das Gesetz Christi erfüllen.

tern. Daher weicht man häufig auf Maßnahmen der psychischen Abwehr aus. Verleugnung, Verdrängung und Projektion sind bekannte Formen der „Flucht vor dem Gewissen“, um Wurmser prominenten Buchtitel aufzugreifen¹² Eine andere Abwehrform ist die obsessive Selbstanklage, die Wendung gegen sich selbst, das *Self-Blaming*. Die Wendung gegen sich selbst kommt zur Sprache, weil diese der reuevollen Erschütterung scheinbar ähnliche Strategie ausgeprägt selbstdestruktive Aspekte hat. Die Wendung gegen sich selbst führt aber nicht zur Reflexion im Kontext angemessener Selbstproblematisierung. Sie führt nicht zum Leiden am zugefügten Leid. Und sie führt auch nicht zum ruhigen Nachdenken in dezentrierter, von eigenen Interessen distanzierter Perspektive, die dem Anspruch des anderen nachträglich gerecht zu werden versucht. Vielmehr kommt es zu einer selbstentblößenden Inszenierung. Betroffensein wird zum Darstellungsanliegen und als Schauspiel massiver Selbstattacke aufgeführt.¹³ Das eigene Denken, Fühlen und Handeln wird als maligne dramatisch dargestellt. Das Wüten steigert sich in immer neue Selbstverdammung.

8 Depressive Personen und die Wendung gegen sich selbst

Depressive Störungen werden heutzutage in großen internationalen Klassifikationssystemen erfasst, die weltweit in der medizinischen und psychologischen Forschung und Praxis zur Anwendung kommen. Die beiden wichtigsten Systeme sind die „International Statistical Classification of Diseases“ (ICD), die sowohl körperliche als auch psychische Störungsbilder erfasst, und das „Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders“ (DSM). Beide Kom-

12 Wurmser, Lèon, Flucht vor dem Gewissen. Analyse von Über-Ich und Abwehr bei schweren Neurosen. Berlin ²1993; vgl. Hirsch, Mathias, Schuld und Schuldgefühl, Göttingen ⁵2012.

13 Vgl. Smith, Jeannette M./Alloy, Lauren B., A Roadmap to Rumination. A Review of the Definition, Assessment, and Conceptualization of this Multifaceted Construct, in: Clinical Psychology Review 29 (2009), 116–128; Wells, Adrian/Papa-georgiou, Costas, Nature, Functions, and Beliefs about Depressive Rumination, in: dies. (Hg.), Depressive Rumination. Nature, Theory and Treatment, Chichester 2004, 3–21.

pendien befinden sich in fortlaufender Überarbeitung und Aktualisierung durch internationale Expert:innengruppen. Gegenwärtig sind ICD-10 beziehungsweise ICD-11 (Entwurf) und DSM-V in Gebrauch.¹⁴ DSM und ICD bieten beschreibende Bestandsaufnahmen psychischer Störungen, denn bei den meisten dieser Symptombilder sind die Ursachen nicht bekannt. ICD und DSM informieren über Symptomatik, Schweregrad und zeitlichen Verlauf.

Vielfältig und facettenreich ist heute die Diagnostik der Depression; die Ursachenforschung ist kontrovers. Der Rückzug von Aktivität, Kontakt und Leistung ist kennzeichnend. Hilflos und hoffnungslos erleben sich die Betroffenen. Sinnlos erscheint ihnen das Leben; und sich selbst bringen sie nur Geringschätzung entgegen. Sie bewegen sich in quälenden Spiralen der Selbstanklage, der Verurteilung und Selbstverwerfung, kreisen um das, was sie für die eigene Nichtigkeit halten; so sind sie für andere Menschen kaum erreichbar. Diese Haltung bezieht häufig Selbstbeschuldigungen ein, moralisches Versagen, Fehlbarkeit und Sündhaftigkeit. Die Suizidalität ist bei depressiven Personen höher als bei anderen psychischen Erkrankungen. Hinzu kommen Antriebslosigkeit, Libidoverlust, schlechter Schlaf, keine Erholung und quälende Gefühle der Lähmung und der – teilweise sogar motorischen – Blockade.

Depressive Personen neigen also zur Selbstanklage, auch zum quälend kummervollen stummen Grübeln bis hin zur Suizidalität.¹⁵ Es kommt nicht zur realistischen Selbsteinschätzung, sondern zu gesteigerter Selbstattacke und Selbstverwerfung, die sich in negativistischen Maximalverallgemeinerungen verliert. Zur generalisierten Selbstverdammung, deren Übertreibung den unbewusst gewünschten Effekt hat, dass ein hörendes und mitfühlendes Publikum sich dem Eifernden tröstend, lobend, entlastungsbereit zuwendet, kommt

14 Falkai, Peter/Wittchen, Hans-Ulrich (Hg.), Diagnostisches und Statistisches Manual Psychischer Störungen DSM-5, Göttingen 2015; Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM) (Hg.), ICD-11 in Deutsch – Entwurfsfassung, URL: https://www.bfarm.de/DE/Kodiersysteme/Klassifikationen/ICD/ICD-11/uebersetzung/_node.html (Zugriff: 09.06.2024).

15 Vgl. Boothe, Brigitte, Depression – mit sich selbst und der Welt zerfallen, in: Tertianum. Die Zeitschrift der Generationen 53 (2011), 3–7; Boothe, Brigitte/Frick, Eckhard, Spiritual Care. Über das Leben und Sterben, Zürich 2017; Stöber, Gerald/Franzek, Ernst/Beckmann, Helmut, Die selbstquälerische Depression. Eine Form monopolarer endogener Depressionen, in: Nervenheilkunde 12 (1993), 166–169.

oft einsames Hadern mit der ganzen Person in ihrer vermeintlichen Verwerflichkeit, verbunden mit der Überzeugung, die Verachtung und Verurteilung aller Menschen zu verdienen. Diese negativistische Wendung gegen die eigene Person, heute als „Self-Blaming“ bezeichnet, gilt als Notmaßnahme: Es ist der fehlgeleitete Versuch der Regulierung und Stabilisierung eigenen Befindens. Es geht nicht um realistische Urteilsbildung und Selbsteinschätzung.

9 Die Selbstanklage unter Verdacht

Den Formen des „Self-Blaming“, die in Forschung und Behandlungspraxis heute breite Aufmerksamkeit finden, hat Freud in „Trauer und Melancholie“ die prägnante Charakterisierung eines „nichtswürdigen Ich“ gewidmet:

Bei der Trauer ist die Welt arm und leer geworden, bei der Melancholie ist es das Ich selbst. Der Kranke schildert uns sein Ich als nichtswürdig, leistungsunfähig und moralisch verwerflich, er macht sich Vorwürfe, beschimpft sich und erwartet Ausstoßung und Strafe. Er erniedrigt sich vor jedem anderen, bedauert jeden der Seinigen, daß er an seine so unwürdige Person gebunden sei. [...] Es ist auch nicht schwer zu bemerken, daß zwischen dem Ausmaß der Selbsterniedrigung und ihrer realen Berechtigung nach unserem Urteil keine Entsprechung besteht. [...] Endlich muß uns auffallen, daß der Melancholiker sich doch nicht ganz so benimmt wie ein normalerweise von Reue und Selbstvorwurf Zerknirschter. Es fehlt das Schämen vor anderen, welches diesen letzteren Zustand vor allem charakterisieren würde, oder es tritt wenigstens nicht auffällig hervor. Man könnte am Melancholiker beinahe den gegenteiligen Zug einer aufdringlichen Mitteilbarkeit hervorheben, die an der eigenen Bloßstellung eine Befriedigung finde.¹⁶

Die „aufdringliche Mitteilbarkeit“ ist eben gerade kein offenes Bekenntnis. Vielmehr geht es im „Self-Blaming“ um die Regulierung und Stabilisierung des eigenen Befindens, nicht aber – es sei nochmals hervorgehoben – um angemessene Urteilsbildung und Selbsteinschätzung. Die Bekenner-Inszenierung kann im Schauspiel des

16 Freud, Sigmund, Trauer und Melancholie, in: ders., Sigmund Freud Studienausgabe, Bd. III, Psychologie des Unbewussten, hg. v. Alexander Mitscherlich/Anghela Richards/James Strachey, Frankfurt a.M. 1975, 197–212, 200.

Büßergewandes daherkommen. Sie kann ein Drama jammervoller Selbstbezüglichung aufführen; das wäre dann dem „Kater“ des Alkoholkranken vergleichbar. Oder sie vermag sich als gesteigerte Empfindsamkeit darzustellen, die sich alles und jedes zu Herzen nimmt und eine skrupulöse, übersensible Bereitschaft zum Ausdruck bringt, sich kleinster – vermeintlicher, scheinbarer – Vergehen vor mitfühlendem und beschwichtigendem Publikum zu bezichtigen. Sie kann als wütend attackierende Selbstbestrafung in Erscheinung treten, mit Scheler „in tausend Formen von Selbstpeinigung“¹⁷, oder sich als Selbsthass bis zur suizidalen Selbstattacke und Selbstverachtung artikulieren. Beim Kleinheitswahn, bei der Selbstpeinigung wird das Ausmaß der Selbsterniedrigung derart expandiert und übertrieben, dass ein Gegenüber angesichts der fehlenden Berechtigung beeindruckt von derart rückhaltloser Selbstinfragestellung, genötigt wird, in mitfühlender Parteinahme dem sich Anklagenden zu widersprechen. Andere Erscheinungsformen der Wendung gegen sich selbst manifestieren sich nicht nach außen, und scheinbar beugt sich das gequälte Ich einem erbarmungslosen inneren Richter; doch kommt es auch zu leiser Selbstbewunderung für die Großartigkeit des eigenen Martyriums.

Zur Veranschaulichung ein Beispiel aus Kafkas Tagebuch (07.02.1915, 288)

Dass man sich abscheulich findet

Bei einem gewissen Stande der Selbsterkenntnis und bei sonstigen für die Beobachtung günstigen Begleitumständen wird es regelmässig geschehen müssen, dass man sich abscheulich findet. Jeder Massstab des Guten – mögen die Meinungen darüber noch so verschieden sein – wird zu gross erscheinen. Man wird einsehen, dass man nichts anderes ist als ein Rattenloch elender Hintergedanken. Nicht die geringste Handlung wird von diesen Hintergedanken frei sein. Diese Hintergedanken werden so schmutzig sein, dass man sie im Zustand der Selbstbeobachtung nicht einmal wird durchdenken wollen, sondern sich von der Ferne mit ihrem Anblick begnügen wird. Es wird sich bei diesen Hintergedanken nicht etwa bloss um Eigennützigkeit handeln, Eigennützigkeit wird ihnen gegenüber als ein Ideal des Guten und Schönen erscheinen. Der Schmutz, den man finden wird, wird um seiner selbst willen dasein, man wird erkennen, dass man tiefend von dieser Belas-

17 Vgl. Scheler, Max, Reue und Wiedergeburt, in: ders., Vom Ewigen im Menschen, Bd. 1, Religiöse Erneuerung, Leipzig 1921, 5–58, 34.

tung auf die Welt gekommen ist und durch sie unkenntlich oder allzu gut erkennbar wieder abgehn wird. Dieser Schmutz wird der unterste Boden sein, den man finden wird, der unterste Boden wird nicht etwa Lava enthalten, sondern Schmutz. Er wird das Unterste und das Oberste sein, und selbst die Zweifel der Selbstbeobachtung werden bald so schwach und selbstgefällig werden wie das Schaukeln eines Schweines in der Jauche.¹⁸

Es handelt sich um einen Tagebucheintrag, eine intime Aufzeichnung, es geht um die eigene Person; doch fällt auf, dass nirgends das Personalpronomen der ersten Person verwendet wird. Das unpersönliche, verallgemeinernde „man“ ist Subjekt. Wer immer bereit sei zur Selbstbeobachtung, werde ekelerregenden Eigennutz und Unaufrichtigkeit finden, und zwar in maximalem Ausmaß und unentrinnbarer Schicksalhaftigkeit. Die Entwertung bleibt abstrakt; was immer „man“ an sich selbst beobachten mag, ist „Schmutz“. Eben dies scheint für die Selbstanklage charakteristisch zu sein: der Verzicht auf Konkretion. Nicht eine Retrospektion dessen findet statt, was sich tatsächlich ereignet, wie man in einem bestimmten Fall gehandelt oder was man unterlassen, gedacht oder gefühlt hat, sondern man holt zum Rundumschlag aus. Auf diese Weise erspart man sich Selbstkonfrontation, obwohl der Rundumschlag einen selbstkonfrontativen Schein hat; man wirkt selbstkritisch, ohne den Blick auf potentiell kritikwürdige Situationen und Begebenheiten zu richten oder anderen den Blick auf Konkretes zu öffnen. Diese Neigung zum Allgemeinen und Abstrakten in Verbindung mit selbstgerichteten, negativen Maximalbewertungen wird im Kontext der kognitiven Verhaltenstherapie und der rational-emotiven Therapie als System „dysfunktionaler Schemata“ gekennzeichnet. Im therapeutischen Zusammenhang ist es programmatisch wichtig, Wege zu erproben, diese Schemata zu verändern. Das bedeutet unter anderem, im Dialog mit den Patient:innen den Rededuktus pauschalen Verallgemeinerens (regelmäßig „wird es [...] geschehen müssen“) zu thematisieren, die Neigung zu Extrembewertungen anzusprechen („dass man sich abscheulich findet“, „ein Rattenloch elender Hintergedanken“), die ihrerseits reformulierend weitere Steigerung suchen („Diese Hintergedanken werden so schmutzig sein, [...]“); es geht

18 Kafka, Franz, *Gesammelte Werke. Tagebücher 1910–1923*, hg. v. Max Brod, Frankfurt a.M. 1973, 288.

darum, polarisierende Darstellungs- und Argumentationsformen – Schwarz – Weiß, Gut – Böse – in Frage zu stellen, vom Abstrakten zum Konkreten überzugehen und dazu einzuladen, vom kategorisierenden Verallgemeinern („man“) zum Besonderen und Persönlichen zu kommen. Auch gilt es, die moralischen Keulenschläge zu problematisieren, die unermüdlich ausgeteilt werden und alles und jedes niederknüppeln („Eigennützigkeit“, „Unaufrichtigkeit“, „Schmutz“, Hintergedanken“); unbefangene Offenheit für Erfahrung sollte an ihre Stelle treten.

10 Reue, Verzicht auf Abwehr, nachträgliche Verantwortungsübernahme

Während die „Wendung gegen sich selbst“ den sachlich-realistischen Welt- und Selbstbezug gerade vermeidet, geht es bei der Reue zwar zum einen um die herabgesetzte Selbstliebe, die schwer auszuhalten ist, aber auch, in Spannung dazu, um eine reflexive biografische Rekonstruktion im Zeichen nachträglicher Verantwortungsübernahme. Man muss nicht in der Verstörung verharren. Neue Selbstwirksamkeit kann entstehen, und zwar gerade aus der Einsicht in die eigene Fragilität. Scheler bringt es auf den Punkt; allerdings spricht er hier ein Ideal an, eher nicht die Lebenswirklichkeit:

Reue bricht jene Schwelle des Stolzes, die aus unsrer Vergangenheit nur das aufsteigen läßt, was diesem Stolz Befriedigung gewährt und ihn rechtfertigt. Sie hebt die natürliche Verdrängungskraft des ‚natürlichen‘ Stolzes auf. Sie wird so ein Vehikel der Wahrhaftigkeit gegen uns selbst.¹⁹

Die Selbstkonfrontation – weiterhin ist von idealen Verhältnissen die Rede – stellt eine doppelte Herausforderung dar. Erstens verlangt sie das Eingeständnis eigenen malignen Tuns oder Unterlassens. Zweitens verlangt sie Empathie mit den Geschädigten. Wollte man von einem Goldstandard der Reue sprechen, dann hätte man es wohl mit einer Selbstkonfrontation zu tun, die sich den Verzicht auf Selbstschutz zumutet. Diese „Selbstpreisgabe“ weicht dem Schmerz über das eigene Ungenügen nicht aus, und nichts geschieht, um den

¹⁹ Scheler (s. Anm. 17), 21.

Geschädigten günstig oder milde zu stimmen. Der oder die Reuige unternimmt nichts, um die relevanten Sachverhalte im eigenen Interesse zu korrigieren oder Entlastung zu erlangen; er oder sie zeigt sich ungeschützt, ohne in der Pose des Bekenners oder der Bekennerin aufzutumpfen. Das gilt auch dann, wenn es um die Fragwürdigkeit eigener Charakterzüge oder fragwürdige Aspekte der eigenen Persönlichkeit geht, nicht nur um einzelne Handlungen oder Unterlassungen. Reue in diesem Hochformat ist nicht alltäglich; und es kann „vom Schmerz über eine einzelne Tat [...] zu jener vollständigen ‚Zerknirschung des Herzens‘“ kommen, die schließlich „tiefere Gesinnungsänderung“ bewirkt, sogar „zum echten Gesinnungswandel, ja zur ‚Wiedergeburt‘ hin [...]“²⁰ führt.

Für Scheler ist der radikale Verzicht auf Selbsttäuschung, das Eingeständnis moralischen Scheiterns, so sehr das auch an die Grenzen psychischer Desintegration reichen mag, die entscheidende Leistung. Am Ende der Zerreißprobe mag Erlösung in Aussicht stehen: „Die Reue tötet den Lebensnerv der Schuld, dadurch sie fortwirkt.“²¹ Die Intensität der persönlichen Infragestellung, die „Zerknirschung“, kann in dieser Sicht zum Neubeginn führen, im Zeichen der Hoffnung auf Gnade und Neubeginn. Doch kreist hier die schmerz erfüllte Rekapitulation allein um sich selbst; die Grenze zum *Self-Blaming* ist fließend. Denn die Sehnsucht nach Erlösung kann sich zwar suggestiv wirksam machen, so, als sei Rückkehr oder Einkehr möglich in einen Stand der Unschuld, Reinheit und unverbrüchlicher Liebenswürdigkeit. Doch hier ist das Problem der Selbsttäuschung im einsamen Geschäft des In-Sich-Gehens nicht wirklich überwindbar. Der oder die Reuige mag sich wachsam dazu anhalten, kein Drama der Zerknirschung aufzuführen, um Mitleid zu erregen, auch für sich selbst; er oder sie mag sich energisch verbieten, heimlich nach Entschuldung, Gnade und Neubeginn zu gieren, er oder sie mag sich auch verbieten, heimlich stolz auf die Radikalität eigener Selbstentwertung zu sein; doch die Selbstdisziplinierung wird von Selbstliebe geschwächt. Vielmehr ist festzuhalten: Reue hat keine Prämie. Die Intensität reuiger Zerknirschung hat nicht einen Lohn der Ent-Schuldung zur Folge. Reue kreist nicht nur um sich selbst,

20 A.a.O., 29.

21 A.a.O. 17f.

ist keine einsame Gemütsverfassung, sondern – und darum geht es – ein Beziehungsgeschehen.²²

11 Reue als Beziehungsgeschehen

Inwiefern Reue ein Beziehungsgeschehen darstellt, soll an einem Beispiel anschaulich werden. Es handelt sich um eine Illustration narrativer Gläubigkeit mit gravierenden Folgen, erzählt von Gottfried Keller im Kapitel „Kinderverbrechen“ seines Romans „Der grüne Heinrich“.²³ Das „Verbrechen“ besteht in der Stegreiferfindung einer abenteuerlichen Geschichte, die der kleine Schüler Heinrich seinen Lehrern aufischt, einer Geschichte, in der er sich selbst als Opfer und ältere Schüler als Übeltäter darstellt, einer Geschichte, die unverstellten Glauben bei den erwachsenen Autoritäten findet, schwere Strafen für die vermeintlich Bösen nach sich zieht und die der Erzähler, berauscht vom Erfolg, schließlich selbst glauben möchte. Die Erzählung hat bemerkenswerte psychologische Prägnanz.²⁴

Der Ich-Erzähler erinnert sich, dass er als kleiner Junge, etwa sieben Jahre alt, im Zimmer spielend „einige unanständige, höchst rohe Worte“ vor sich hinsprach,

deren Bedeutung mir unbekannt war und die ich auf der Straße gehört haben mochte. Eine Frau saß bei meiner Mutter und plauderte mit ihr, als sie die Worte hörte und meine Mutter aufmerksam darauf machte. Sie fragte mich mit ernster Miene, wer mich diese Sachen gelehrt hätte, insbesondere die fremde Frau drang in mich, worüber ich mich verwunderte, einen Augenblick nachsinnend, und dann den Namen eines Knaben nannte, den ich in der Schule zu sehen pflegte. Sogleich fügte ich noch zwei oder drei andere hinzu, sämtlich Jungen von zwölf bis dreizehn Jahren, mit denen ich kaum noch ein Wort gesprochen hatte.²⁵

Es kam zu einem strengen und feierlichen Verhör durch hohe Autoritäten in der Schule, auch die ahnungslosen älteren Jungen waren dabei. Das Kind erfindet eine höchst abenteuerliche Geschichte von

22 Vgl. Hirsch (s. Anm. 12).

23 Keller, Gottfried, *Der grüne Heinrich*. Zweite Fassung, Erstdruck: Stuttgart (Götschen) 1879/80, Neuausgabe Guth, Karl-Maria (Hg.), Berlin 2016, URL: https://www.gottfriedkeller.ch/GH/GH2/GH1_08.htm (Zugriff: 17.5.2025).

24 Vgl. ebd.; Boothe (s. Anm. 9), 201.

25 Keller (s. Anm. 23).

„einem mutwilligen Streifzuge“, auf den die großen Jungen den Kleinen mitgenommen haben sollten.

Noch nie hatte man in der Schule eine solche Beredsamkeit an mir bemerkt, wie bei dieser Erzählung. Es kam niemand in den Sinn, etwa bei meiner Mutter anfragen zu lassen, ob ich eines Tages durchnäßt und nächtlich nach Hause gekommen sei. Dagegen brachte man mit meinem Abenteuer in Zusammenhang, daß der eine und andere der Knaben nachgewiesenermaßen die Schule geschwänzt hatte, gerade um die Zeit, welche ich angab. Man glaubte meiner großen Jugend sowohl wie meiner Erzählung; [...] Die Angeklagten wurden unschuldig verurteilt als verwilderte bösertige junge Leute, da ihr hartnäckiges und einstimmiges Leugnen und ihre gerechte Entrüstung und Verzweiflung die Sache noch verschlimmerten; sie erhielten die härtesten Schulstrafen, wurden auf die Schandbank gesetzt und überdies noch von ihren Eltern geprügelt und eingesperrt.²⁶

Dies ist die retrospektive Darstellung des Unrechts, das der kleine Junge begangen hatte. Der strengen Frage der beiden Mutter-Autoritäten, woher er bestimmte Vulgärausdrücke kenne, wich er durch eine Lüge aus, die ihrerseits zu einem weiteren Lügengespinnst expandierte. Diese Form der Expansion von Ausflucht zu Ausflucht wird im Kontext von Falschbezeichnungen häufig beobachtet.

Die Erzählung ist darüber hinaus realistisch und überzeugend in Bezug auf die Problematik kindlicher Zeugenschaft. Das kleine, von den erzieherischen Autoritäten abhängige und durch sie bestimmte Kind hat die Chance, selbst Regie zu führen und sich darzustellen:

Soviel ich mich dunkel erinnere, war mir das angerichtete Unheil nicht nur gleichgültig, sondern ich fühlte eher noch eine Befriedigung in mir, daß die poetische Gerechtigkeit meine Erfindung so schön und sichtbarlich abrundete, daß etwas Auffallendes geschah, gehandelt und gelitten wurde, und das infolge meines schöpferischen Wortes.²⁷

Viele Jahre später, alle haben das Erwachsenenalter erreicht, halten die „Betroffenen [...], [...] aus denen seither stille und arbeitsame junge Bürger geworden“, dem Täter von damals das Unrecht vor. Nun erinnert sich das Ich des Romans

26 A.a.O.

27 A.a.O.

an die vergessene Geschichte, und fast jedes Wort ward wieder lebendig. Erst jetzt quälte mich der Vorfall mit verdoppelter nachhaltiger Wut, und sooft ich daran dachte, stieg mir das Blut zu Kopfe, und ich hätte mit aller Gewalt die Schuld auf jene leichtgläubigen Inquisitoren schieben, ja sogar die plauderhafte Frau anklagen mögen, welche auf die verpönten Worte gemerkt und nicht geruht hatte, bis ein bestimmter Ursprung derselben nachgewiesen war. Drei der ehemaligen Schulklassen verziehen mir und lachten, als sie sahen, wie mich die Sache nachträglich beunruhigte, und sie freuten sich, daß ich zu ihrer Genugtuung mich alles einzelnen so wohl erinnerte. Nur der vierte, der viel Mühe mit dem Leben hatte, konnte niemals einen Unterschied machen zwischen der Kinderzeit und dem späteren Alter und trug mir die angelegene Unbilde so nach, als ob ich sie erst heute, mit dem Verstande des Erwachsenen, begangen hätte. Mit dem tiefsten Hasse ging er an mir vorüber, und wenn er mir beleidigende Blicke zuwarf, so vermochte ich sie nicht zu erwidern, weil das frühe Unrecht auf mir ruhte und keiner es vergessen konnte.²⁸

Die Offenheit des Reuigen findet in Kellers Darstellung wohlwollende Resonanz. Es kommt nicht etwa zu einem gewichtigen Verzeihen, sondern zu einem Leicht-Nehmen, zum Lachen. Es ist ein Lachen des Willkommens; und ein Willkommen ist möglich, weil die Betroffenen dem einstigen Mitschüler mit Vertrauen und Zutrauen neu begegnen, in einer Position der Stärke begrüßen. Und – dies darf nicht unerwähnt bleiben – weil Heinrich heute ein Erwachsener ist und Heinrich damals ein Kind. Die mangelnde Standfestigkeit des Kindes wird von keinem der Beteiligten als Ausrede missbraucht, aber es ist eben doch ein „Kinderverbrechen“. Nur derjenige, „der viel Mühe mit dem Leben hatte“ und der dem Geschehen von damals Aktualität gibt, ist nicht bereit oder in der Lage, den Unterschied zu berücksichtigen. Das Ich des Romans hat dem nichts entgegenzusetzen, da Heinrich, der Protagonist, nicht in der Position dessen ist, der für sich selbst etwas fordern kann. Der Beziehungsaspekt tritt deutlich in den Vordergrund. Die Selbstpreisgabe erfolgt vor den Betroffenen. Die Betroffenen akzeptieren sie und machen lachend einen Neubeginn möglich. Der Täter von damals gibt sich preis, zeigt sich offen, auch gegenüber dem, der unversöhnt bleibt.

28 A.a.O.

12 Verzeihen, Leichtigkeit und Gabe

In schematischer Vereinfachung kann man ‚Ich‘ und ‚Anderer‘ einführen und der Beziehungsfigur der Reue Gestalt geben. Das Ich „beugt sich zurück auf ein Stück Vergangenheit seines Lebens“, veranlasst durch die Konfrontation mit dem anderen, an dem er schuldig wurde und dem er etwas schuldig blieb. Das heutige Ich positioniert das Ich von damals als Akteur in Eigenregie. Das Ich übernimmt im Hier und Jetzt die Perspektive des anderen, versetzt sich in dessen damalige und die jetzige Situation. Das Ich bekennt sich ohne Einschränkung, im Dialog mit inneren oder auch äußeren richtenden Instanzen und gibt sich dem Urteil den anderen anheim. Es bringt gegenüber Alter den eigenen Schmerz über das Geschehene und das zugefügte Leid zum Ausdruck. Es ist möglich, dass ein Ich sich beim Anderen entschuldigt. Der Andere ist frei, was Annahme oder Ablehnung der Entschuldigung betrifft. Das Ich kann diesbezüglich keinen Anspruch anmelden. Wendet der andere sich dem Ich in Freiheit zu, um den Neubeginn einer unbelasteten Beziehung anzubieten, so hat dies den Charakter der Gabe. Gewiss, die Reue beugt. Man geht in die Knie. Gewiss, die Konfrontation mit der eigenen Fragwürdigkeit beugt. Man geht in die Knie. Und da ist der Jammer über das Leid dessen, dem übel mitgespielt wurde. Doch wer sich in der Reue anvertraut, und sei es vielleicht vorübergehend nur ein imaginiertes wohlwollendes Gegenüber, tritt in einen Dialog auf Augenhöhe, stellt sich der Herausforderung, aufrichtig zu sein und genießt den Kredit, dass man ihm Aufrichtigkeit zutraut. Eine neue Position der Stärke – die Bewegung vom Gebeugtsein zum aufrechten Gang – erwächst daher nicht aus etwas wie Selbst-Vergebung, sondern aus der Bereitschaft, sich zu stellen. Wiederum erinnert das Wort an Stehen und Standvermögen.

In Kellers Reue-Narrativ stellt sich der Täter von damals der Lüge von einst, er rekonstruiert das eigene Handeln und reflektiert seine Position als Akteur, nunmehr im Kontext von Verantwortlichkeit und in Anerkennung der damaligen und jetzigen Situation der Geschädigten. An die Stelle der Flucht vor Konkretion tritt die detaillierte Rekapitulation. Dabei findet der Schmerz der Auseinandersetzung, auch ein inneres Wüten und der dringliche Wunsch nach Selbstentlastung, deutliche Artikulation:

und sooft ich daran dachte, stieg mir das Blut zu Kopfe, und ich hätte mit aller Gewalt die Schuld auf jene leichtgläubigen Inquisitoren schieben, ja sogar die plauderhafte Frau anklagen mögen, welche auf die verpönten Worte gemerkt und nicht geruht hatte, bis ein bestimmter Ursprung derselben nachgewiesen war.²⁹

Er verzichtet im Kontakt mit den anderen auf Selbstschutz. Er appelliert nicht an Verständnis. Das Risiko, verurteilt zu werden, nimmt er in Kauf. Er hat dem nichts entgegenzusetzen.

Er gelangt keineswegs in einen neuen Stand der Unschuld. Sein Handeln von damals ist ihm weiter zuzurechnen. Er rechnet es sich selbst weiter zu. Er ist nicht erlöst. Und es gibt keine feierliche Vergebung. Wie steht es mit den Geschädigten von einst, denen das Bekenntnis zgedacht ist? Sie tragen ihm, mit einer Ausnahme, nichts nach. Sie bieten ihm neuen, unbelasteten Kontakt an. Sie „lachen“. Das ist ein wichtiger Aspekt: Damit verdeutlichen sie, dass sie an den Folgen des fürchterlichen Lügenmärchens nicht zerbrochen sind. Der Schaden war überwindbar. Sie können heute lachen.

13 Verzeihen – geht das auf Augenhöhe?

Kommt es zum Verzeihen? Es hieß ja: „Drei der ehemaligen Schulgenossen verziehen mir und lachten, als sie sahen, wie mich die Sache nachträglich beunruhigte, und sie freuten sich, daß ich zu ihrer Genugtuung mich alles einzelnen so wohl erinnerte.“ Ob und was und wann und wie und wem ein einzelner einem anderen verzeiht, welche Bedeutung das für ihre Beziehung hat, rückblickend und vorblickend, wie sich Verzeihen auf die Gemütsverfassung und die Mentalität des Verzeihenden auswirkt, ob es lebensklug ist, ob Verzeihen das Selbst- und Weltverhältnis der Beteiligten ändert und zur Lebensqualität beiträgt, sind Fragen, die in Sozialpsychologie, Persönlichkeitspsychologie, Positiver Psychologie und Klinischer Psychologie, unter anderem im Bereich der Psychopathologie und Traumaforschung eingehend exploriert und empirisch untersucht werden. Opfer von Gewalt und Personen, die massive psychische, soziale oder körperliche Schädigung erfuhr, riskieren, wie die

29 A.a.O.

einschlägige empirische Forschung differenziert belegt, in der Folge, psychisch oder somatisch zu erkranken und im Kontext prekärer Lebensaussichten eine chronifizierende posttraumatische Verbitterungsstörung zu entwickeln.³⁰ Die Bereitschaft jedoch, im Nachhinein eine Haltung des Verzeihens einzunehmen, scheint psychische Stabilität und Gesundheit zu begünstigen. Von großem Interesse ist die kaum zu überschätzende Rolle des Verzeihens im Bereich der Paar- und Familienforschung. Intime und vertraute Beziehungen gewinnen Kontinuität, emotionale Tiefe und vor allem innovatives Potential durch die emotionalen Qualitäten, die im Verzeihen wirksam werden. Die empirische Befundlage in der Resilienzforschung – der Forschungsrichtung, die Potentiale und Ressourcen der Bewältigung, der Stabilität im Unglück, der Widerstandsfähigkeit in Extrembelastungen exploriert – ist nicht einheitlich, doch gibt es Tendenzen, die in diese Richtung weisen. Die empirische „Forgiveness“-Forschung expandiert. Auf Versöhnung ausgerichtete Therapieverfahren, Praxisanleitungen und Ratgeberliteratur finden Verbreitung.

Wie steht es mit der Psychoanalyse? Psychoanalytiker:innen sind keine Instanzen, die Verzeihung gewähren können. Auf Grund ihrer Verpflichtung zu Abstinenz und Neutralität in der therapeutischen Beziehung steht ihnen auch das moralische Urteilen und Verurteilen nicht zu. Patient:innen, die von Schuldkonflikten gequält sind, erhalten im psychoanalytischen Dialog keine Absolution, vielmehr geht es um die Aufdeckung beispielsweise einer destruktiven Über-Ich-Dynamik, selbstschädigender Abwehrprozesse oder die Entdeckung wirklicher Schuld hinter der dramatisierend vorgeschobenen Schuldverstrickung. Psychoanalyse kann Selbst- und Fremdkennntnis im Rahmen einer wohlwollenden, Kredit gebenden und herausfordernden Beziehung fördern, Bereitschaft zur Konfrontation mit dem eigenen Wunschdenken, mit Illusionen und Egozentrik, Korrumptierbarkeit und Destruktivität schaffen.

30 Vgl. Linden, Michael, *Verbitterung und Posttraumatische Verbitterungsstörung*, Fortschritte der Psychotherapie 65, Göttingen 2017.

14 Entgegenkommen und ein Gestus der Leichtigkeit

Ausdrücklich sei nochmals betont, dass Personen, die andere geschädigt oder verletzt haben, keinen Anspruch auf Verzeihung haben, und Personen, die geschädigt oder verletzt worden sind, zum Verzeihen nicht genötigt werden können. Verzeihen ereignet sich jenseits von Tauschbeziehungen und jenseits der Kalküle; im Idealfall handeln Personen hier „ohne Angst vor Selbstverlust und ohne Erwartung von Gegenleistung zugunsten anderer“. Kodalle verweist in diesem Zusammenhang auf Derrida und Ricoeur, die hier von „einer das Dasein durchwirkenden Potenzialität der Gabe, die in Akten des Vergebens ihren dichtesten und zuweilen provokativsten Ausdruck findet“³¹, sprechen. Dieses Entgegenkommen im Geist des Verzeihens hat nicht zwingend den Charakter einer Antwort, etwa auf sichtbare Reue; es ist vielmehr eine Haltung der Waffenlosigkeit und Entwaffnung, die sich bereits vorauslaufend als Beziehungsinitiative geltend machen kann. Eine Beziehungsinitiative im Gestus der Leichtigkeit oder der „Grazie“³². Sie kommt ohne heiligen oder Bierernst aus; das verdankt sich der Selbstrelativierung oder Selbstdezentrierung des Verzeihenden, der nicht zuletzt die eigene Fragilität, Verführbarkeit, Fehlbarkeit vor Augen hat und waffenlos auf den Anderen zugeht. Eine neue, sehr differenzierte Analyse dieses Problems legt Peisker vor.³³

Wie konfiguriert sich die Mentalität des Verzeihens? Die Relation von Opfer und Täter ist im Kontext des Verzeihens asymmetrisch, der Verzeihende ist hier in souveräner Position. Diese souveräne Position könnte im Rahmen von Beziehungen, die von wechselseitiger Achtung geprägt sind, als problematisch gelten, auch für denjenigen, der zum Verzeihen bereit ist. Es bedarf, mit Kodalle, einer Dezenz der Verzeihenskommunikation bis hin zum Verzicht auf verbale Äußerungen zugunsten einer Beziehungspraxis, in der ein

31 Kodalle, Klaus-Michael, *Verzeihung denken. Die verkannte Grundlage humaner Verhältnisse*, München 2013, 12.

32 Vgl. a.a.O., 141–146: Verzeihen vollzieht sich unter optimalen Bedingungen im Gestus der Leichtigkeit oder der „Grazie“.

33 Peisker, Ulrike, *Zwischenmenschliche Vergebung. Phänomenologische Betrachtungen in protestantischer Perspektive*, Religion in Philosophy and Theology 128, Tübingen 2024.

Rekurs auf die problematische Vergangenheit obsolet wird.³⁴ Verzeihen – oder sollte man besser vom ungeschützten Entgegenkommen sprechen? – ist möglich auf der Basis grundsätzlichen Wohlwollens, grundsätzlichen Interesses an humanen Beziehungen, denen man Veränderung zutraut und für die man selbst sich zu engagieren bereit ist. Man tritt einander auf Augenhöhe entgegen und ist in Bezug auf Unrecht gleichwohl nicht blind, sondern hellichtig und sensibel. Gewiss, im Alltagsleben kommen zwischen Vergeltung und Verzeihung tausendfache Zwischenformen vor, Akte der Vergebung oder eine Haltung der Nachsicht können halbherzig, erlogen, heuchlerisch, komfortbedingt und selbstgefällig sein, und die Praxis des Verzeihens ist vor Selbsttäuschung nicht geschützt. Das ist dem Verzeihensbereiten klar, der das zugefügte Übel sowohl in dezentrierter Perspektive, unter Absehung vom Betroffensein, als auch im Blick auf die eigene Erfahrung beurteilt, freilich in Überwindung der Klage wie der Anklage. Die Bereitschaft zur ungeschützten Selbstproblemmatisierung, wie auch die des ungeschützten Entgegenkommens, wächst mit der Fähigkeit, die Situation gründlich zu erfassen, in der das Übel entstand, dabei der eigenen Beteiligung gewahr zu sein wie auch die probeweise Identifikation mit dem Übeltäter oder Schädiger zu übernehmen. Solche retrospektiven Explorationen können bedrängend, schmerzlich, kummervoll sein und sich als außerordentliche psychische Herausforderung erweisen, doch schaffen sie eine Haltung der Freiheit in und Zukunftsoffenheit für Beziehungen. Das ungeschützte Entgegenkommen ist prospektiv orientiert im Unterschied zur retrospektiven oder auch im prekären Sinn rückwärtsgewandten Orientierung der Rache und der Vergeltung. Das ungeschützte Einander-Entgegenkommen verhindert das Unrechtsbewusstsein nicht, und es beschränkt die Selbstermächtigung zum Handeln und die eigene Agentivität gerade nicht.

15 Offener Ausblick

Reue mag verändern. Doch das muss nicht sein. Man mag für lange Zeit in Selbsthader und *Self-Blaming* verharren. Die Preisgabe eige-

34 Vgl. Kodalle (s. Anm. 31).

ner Stärke und Selbstsicherheit und die retrospektive Exploration dessen, wie man im Dort und Damals gehandelt oder gerade nicht gehandelt, wie man gefühlt und gedacht hat, bietet die Aussicht, das Selbstbild zu verändern, gerade weil die eigene Fragwürdigkeit sich darin offenbart und nicht versteckt. Es braucht den verlässlichen Anderen oder die verlässliche Andere zur eigenen Wiederherstellung und Erholung. Diese:r Andere vermittelt eine Beziehung auf Augenhöhe. Der Austausch mag neues Standvermögen bringen. Der erzählende und nachdenkliche Umgang mit selbstkonfrontativer Erschütterung und Selbstinfragestellung kann – muss nicht – dazu führen, dass man das Leben und sich selbst mit neuen Augen sieht. Man könnte von Kummer, Hader oder Resignation zu skeptischem, aber auch wohlwollendem Realismus sich selbst gegenüber gelangen.³⁵

Die Auseinandersetzung mit möglichen Versäumnissen und Verfehlungen im Gespräch kann Perspektiven eröffnen. Dazu gehören beispielsweise: Erholung und Sammlung durch die Möglichkeit, ungeteilte Aufmerksamkeit zu erhalten, Freude am Verstandenwerden, Selbstwertzuwachs durch den Mut, eigene Unzulänglichkeiten und Grenzen anzuerkennen, Teilhabe an der begründeten Zuversicht eines glaubwürdigen Gegenübers, ein erweiterter Blick auf das Dort und Damals und eine Zunahme an Selbstkenntnis und emotionaler Intelligenz.

35 Vgl. Ayduk Özlem/Kross, Ethan, Analyzing Negative Experiences Without Rumination. The Role of Self-Distancing in Enabling Adaptive Self-Reflection, in: *Social and Personality Psychology Compass* 4 (2010), 841–854.

