

Vom Unsagbaren sprechen: Trauma in Psychologie und Literatur am Beispiel Paul Celans

This manuscript was accepted for publication in *The Germany Quarterly*.

This is a preprint. Please refer to the publisher's website for the version of record.

Abstract

Für Psychologen sind Traumastörungen das Resultat einer pathologischen Erinnerungsstruktur: Traumatische Erlebnisse lassen den Betroffenen keine Ruhe und entziehen sich ihrer Kontrolle. Dementsprechend stellt der Versuch, traumatische Erlebnisse im Rahmen einer Erzählung artikulierbar zu machen, einen zentralen Ansatzpunkt traumatherapeutischer Interventionen dar. Eine Übertragung dieser klinisch-psychologischen Einsichten auf die Analyse literarischer Texte, in denen sich jemand traumatische Erlebnisse von der Seele schreibt, liegt deshalb nahe. Gleichzeitig ist so eine Übertragung nicht unproblematisch: Wer beispielsweise die als Reaktion auf die Shoah entstandenen Texte als individuelle Bewältigungsversuche einzelner Traumatisierter im Sinne einer Schreibtherapie zu lesen versucht, verkennt den kollektiven Rahmen, in dem dieses Ringen um Worte stattfand. Dieser Aufsatz illustriert dies beispielhaft an Leben und Werk Paul Celans.

Trauma – Gedächtnis – Sprache

Wenn Psychologen von „Trauma“ sprechen, so haben sie dabei eine bestimmte Klasse von Ereignissen im Sinn (Dilling et al. 204–11): Neben Situationen, in denen das Leben eines Menschen gefährdet ist, gelten auch ernsthafte Verletzungen und eine Bedrohung der körperlichen Unversehrtheit als traumatische Ereignisse. Naturkatastrophen sind in dieser Definition von „Trauma“ also ebenso mit inbegriffen wie Unfälle und Vergewaltigungen, Folter und Terrorismus, Kampfhandlungen in einem Krieg und von Menschen verursachte Katastrophen. Ein solches Ereignis durchleiden zu müssen, stellt für den Einzelnen immer eine Belastung dar. Als behandlungsbedürftig gilt ein Trauma aus Sicht der klinischen Psychologie aber erst dann, wenn sich nach dem Erleben des Traumas Symptome einstellen,

welche die Diagnose einer posttraumatischen Belastungsstörung (PTBS) rechtfertigen. Obwohl die meisten Menschen im Laufe ihres Lebens mindestens ein traumatisches Ereignis erleben (Breslau et al.; Stein et al.), entwickeln nur etwa 10 bis 20 Prozent der Traumatisierten eine posttraumatische Belastungsstörung (Hidalgo und Davidson). Zu den Symptomen einer posttraumatischen Belastungsstörung zählt neben einer Tendenz zur *Übererregung*, die sich beispielsweise in Konzentrationsschwierigkeiten, einer erhöhten Reizbarkeit sowie Ein- und Durchschlafstörungen auswirken kann, auch die aktive *Vermeidung* traumaassoziierter Reize, vor allem jedoch das *Wiedererleben* der belastenden Erinnerungen (Schönfeld et al. 1987).

Dieses Wiedererleben kann unterschiedliche Formen annehmen und unterschiedlich intensiv erfahren werden. Es reicht von spontan auftretenden, ungewollten Erinnerungen an einzelne Aspekte des Traumas in Form von Bildern und Gedanken, sogenannten *Intrusionen*, über Alpträume bis hin zu *Flashbacks*, bei denen die Betroffenen das Trauma erneut durchleben und sich in den Augenblick der Traumatisierung zurückversetzt fühlen. Das Wiedererleben in Form von Intrusionen und Flashbacks wird üblicherweise durch *Trigger* ausgelöst. Trigger sind Reize, die für die Traumatisierten mit dem traumatischen Ereignis verknüpft sind. Wurde beispielsweise eine Frau von einem Mann in einem roten Pullover vergewaltigt, so kann unter Umständen ein ganz anderer roter Pullover, den eine ganz andere Person an einem ganz anderen Ort trägt, bereits genügen, um die Erinnerung an das Trauma heraufzubeschwören. Dieses Beispiel macht deutlich, weshalb Menschen mit posttraumatischer Belastungsstörung das Trauma als unkontrollierbar erleben: Sie wissen nicht, hinter welcher Ecke ein Trigger auf sie lauert, der sie wieder in den Moment der Traumatisierung zurückversetzt. Dieses Beispiel macht aber auch deutlich, weshalb Psychologen die PTBS häufig als *Gedächtnisstörung* auffassen (Schönfeld et al. 1988): Anders als die nicht-traumatischen Inhalte des autobiographischen Gedächtnisses können Traumata nicht einfach erzählt und erinnert werden. Sie sind dem willentlichen Zugriff der Betroffenen weitgehend entzogen: Sie überfallen sie und werden im Augenblick der Erinnerung nicht wie eine Erinnerung, sondern wie eine *aktuelle Realität* wahrgenommen. Mit anderen Worten: Es bleibt den betroffenen Personen verwehrt, „das Trauma als etwas zu sehen, das zwar

aversiv war, aber nicht notwendigerweise noch aktuell negative Folgen für das eigene Leben haben muss“ (Schönfeld et al. 1996).

Vor diesem Hintergrund erscheint es nur konsequent, dass viele Erklärungsmodelle zur Entstehung und Aufrechterhaltung der Symptome einer PTBS ihren Schwerpunkt auf die Besonderheiten des Erinnerns traumatischer Inhalte legen und die Therapieverfahren darauf abzielen, diese Besonderheiten einzuebnen; das traumatische Erlebnis wird damit *erzählbar* und *intentional* *erinnerbar*. Das bedeutet nicht, dass die traumatische Erinnerung zu einer ganz gewöhnlichen Erinnerung unter vielen anderen gewöhnlichen Erinnerungen werden soll, sondern lediglich, dass es den Traumatisierten nach einer erfolgreichen Therapie gelingt, das Trauma in den Kontext ihres restlichen Lebens einzubetten, ohne dass es dieses restliche Leben überschattet.

Im Großen und Ganzen werden in der psychologischen Fachliteratur gegenwärtig drei verschiedene Modelle diskutiert, die jedoch weniger als Antipoden, sondern eher als einander ergänzende Ansätze aufgefasst werden sollten. Die *Emotionsverarbeitungstheorie* (Foa und Rothbaum) geht davon aus, dass die traumatischen Ereignisse nicht oder nicht ausreichend emotional verarbeitet wurden und dass sich die Symptome der PTBS aus dieser fehlenden Verarbeitung erklären lassen. Um diese Überlegung anschaulich zu machen, greifen die Autoren des Modells auf die Idee eines *Furchtgedächtnisses* zurück. In diesem Furchtgedächtnis sind dreierlei Informationen abgespeichert: Informationen über das Trauma, Informationen über die Reaktionen der traumatisierten Person auf das Trauma sowie Informationen über die Bedeutung, die den traumatischen Inhalten und den eigenen Reaktionen zugeschrieben wird. Die Annahme hierbei ist, dass sich bei Menschen mit PTBS durch fehlerhafte Verbindungen zwischen diesen einzelnen Informationselementen eine pathologische Furchtstruktur herausgebildet hat. Um es konkret am Beispiel des roten Pullovers festzumachen: Rote Pullover *an sich* sind zunächst einmal ungefährlich. Dass sie der traumatisierten Person gefährlich erscheinen, beziehungsweise, dass die Konfrontation mit einem roten Pullover später unmittelbar die Erinnerung an das Trauma wachruft, ist eine durch die Traumatisierung entstandene dysfunktionale Assoziation, die durch die Therapie entschärft werden soll. Dass es überhaupt zu einer solchen

Assoziation kommen kann, liegt der Theorie zufolge in der Tatsache begründet, dass die Betroffenen während der Traumatisierung – verständlicherweise – sehr starke Angst empfinden, was eine differenzierte Wahrnehmung der traumatischen Situation verhindert. Es gelingt den Traumatisierten weder während der Traumatisierung noch danach, zwischen den wirklich gefährlichen Elementen der Situation und jenen Elementen, die nur zufällig Teil von ihr waren, zu unterscheiden. Für die Therapie bedeutet das, dass „alle Elemente der Furchtstruktur angesprochen werden [müssen], damit sie aktiviert und somit veränderbar ist“ (Schönfeld et al. 1995). Gleichzeitig gilt es, Vermeidungsverhalten zu unterbinden. „Gelingt dies, können korrektive Informationen integriert werden, die Erinnerung wird ‚organisiert‘, Schemata werden verändert und emotionale Verarbeitung findet statt“ (Schönfeld et al. 1995). Und vielleicht könnte man hinzufügen: Wer lernt, seine Erinnerung zu organisieren, der lernt gewissermaßen auch, seine Erinnerung als erzählbare Geschichte zu erleben. Die Erinnerung an das Trauma ist dann nicht mehr so überfordernd, dass man ihr ausweichen muss: Es wird möglich, sie zu benennen und in Worte zu fassen.

Die *duale Repräsentationstheorie* (Brewin et al.) lässt sich unmittelbar an diese Idee der Erzählbarkeit anschließen. Der dualen Repräsentationstheorie zufolge können Erinnerungen nämlich auf zwei verschiedene Weisen im Gedächtnis abgespeichert werden: im *verbally accessible memory* oder im *situationally accessible memory*. Im *verbally accessible memory* abgespeicherte Erinnerungen sind „intentional abrufbar und für Bewertungen zugänglich, in narrativer Form repräsentiert und [...] mit anderen autobiographischen Erinnerungen [verknüpft]“ (Schönfeld et al. 1995). Für im *situationally accessible memory* abgespeicherte Erinnerungen gilt all das nicht oder gilt das exakte Gegenteil. Sie sind *nicht* intentional abrufbar und *nicht* für Bewertungen zugänglich, *nicht* in narrativer Form repräsentiert und *nicht* mit anderen Inhalten des autobiographischen Gedächtnisses verknüpft. Traumatische Inhalte sind demnach eher im *situationally accessible memory* abgespeichert. Dafür gibt es einen einfachen Grund: Die während des Traumas erlebte Angst schränkt die zur tieferen Verarbeitung nötigen mentalen Ressourcen so weit ein, dass die Abspeicherung nur auf einer oberflächlicheren und reizbezogeneren Ebene erfolgen kann. Ziel der Therapie muss es nach der dualen

Repräsentationstheorie deshalb sein, die traumatischen Inhalte sprachlich zugänglich zu machen und somit ins *verbally accessible memory* zu überführen. Auch hier ist die Parallele zur Emotionsverarbeitungstheorie klar: Was sprachlich fassbar ist, wird zugleich als Geschichte fassbar. Und was als Geschichte fassbar ist, kann als kontrollierbar erlebt werden.

Ehlers und Clark betten ihr *kognitives Modell* der PTBS in den durch die Emotionsverarbeitungstheorie und die duale Repräsentationstheorie gesteckten Rahmen ein und legen dabei – wie der Name ihrer Theorie bereits nahelegt – besonderes Augenmerk auf die *Gedanken* und *Überzeugungen* der Traumatisierten hinsichtlich des erlittenen Traumas. Auch sie nehmen an, dass pathologische Trauma-Erinnerungen im Gedächtnis anders abgespeichert werden als nichttraumatische Erinnerungen. Gleichwohl betonen sie, dass traumatische Erinnerungen nicht *automatisch* mit einem Gefühl andauernder Bedrohung gekoppelt sind und Intrusionen nicht *automatisch* dysfunktionale Gedanken und Überzeugungen auslösen müssen. Der rote Pullover mag also mit dem Trauma assoziiert und ein Element der intrusiven Trauma-Erinnerung sein – das allein wäre vielleicht unangenehm, aber unproblematisch: Seinen destruktiven und verunsichernden Wert erhält der rote Pullover erst dadurch, dass er von der traumatisierten Person vermieden wird, weil sie ihn als „gefährlich“ abgespeichert hat. Die andauernde Vermeidung verstärkt diese Einordnung noch, denn ein Reiz, den man vermeiden muss, ist gefährlich – sonst würde man ihn schließlich nicht vermeiden. Und so weiter. Auf diese Weise bleibt die Erinnerung an das Trauma unangetastet. Ziel der Traumatherapie muss es demnach sein, derartige Überzeugungsstrukturen aufzubrechen und der Erinnerung dadurch ihren pathologischen Charakter zu nehmen.

Gemeinsam ist allen Trauma-Theorien die Idee, dass traumatische Erinnerungen anders funktionieren als „normale“ autobiographische Erinnerungen, beispielsweise, weil sie als wenig kontrollierbar erlebt werden und nicht in eine narrative Gesamtgeschichte eingebettet sind. Vor diesem Hintergrund erscheint es logisch, dass man in der Verhaltenstherapie auf eine Mischung aus Konfrontation und kognitiver Umstrukturierung setzt (Schönfeld et al. 1999). Die Konfrontation mit den einzelnen Elementen der Furchtstruktur soll die fortgesetzten Vermeidungsversuche gezielt unterlaufen

und die Entwicklung einer differenzierten Erinnerung an das Trauma gewährleisten. Wenn es darum geht, aus einer traumatischen Erinnerung eine erzählbare, in das autobiographische Narrativ eingebettete Episode zu machen, die nicht ihre Ungeheuerlichkeit, wohl aber ihren Schrecken verliert, liegt es nahe, sich dabei auch der Kraft des Geschichtenerzählens und der Kraft der Sprache zu bedienen. Autobiographisches Sprechen und autobiographisches Erinnern sind eng miteinander verwoben – und das hat Konsequenzen, die einige Therapieverfahren der PTBS nutzbar zu machen versuchen.

Der Mensch als *homo narrator*. Von der heilenden Wirkung des Erzählens

Der Mensch ist ein Geschichtenerzähler, ein *homo narrator* (Boesch): Wir Menschen konstruieren Geschichten, wenn wir von uns selbst und von dem sprechen, was in unserem Leben geschieht. Denn schlussendlich können wir uns unser eigenes Denken und Handeln, Wahrnehmen und Fühlen nur über das Erzählen von Geschichten verständlich machen. Unser Leben kann gar nicht anders existieren denn als große Sammlung von Erzählungen. Diese Erzählungen folgen bestimmten Bauprinzipien. McAdams glaubt, sechs solcher Erzählprinzipien identifizieren zu können. Sein erstes Prinzip spiegelt im Grunde das wider, was der vergangene Absatz herausgearbeitet hat: Unser Selbst ist ein erzähltes Selbst und Erzählungen mögen wir unter anderem deshalb so gerne, weil wir mit ihnen – besser als über die Aufzählung von Fakten – begreiflich zu machen vermögen, *weshalb* jemand *wie* handelt. Die Geschichten, die wir dann erzählen, dienen – so das zweite Prinzip – der Integration: Sie erlauben es uns, verstreute Erlebnisse in einen Sinn- und Verstehenszusammenhang einzuordnen und uns eine kontinuierliche Lebensgeschichte zu verleihen. Das ist wichtig, schließlich wollen wir unser Selbst von vor fünf oder zehn Jahren mit unserem heutigen Selbst in Einklang bringen können. Wir wollen überdies die verschiedenen „Selbste“ miteinander verschmelzen, die wir jeden Tag sind: Das Selbst, das hochgelehrte Texte schreiben kann, und jenes, das abends beim gemütlichen Beisammensein mit Freunden selbst über die infantilsten Witze lacht, beispielsweise. Auch das dritte Prinzip wurde bereits angesprochen: Geschichtenerzählen ist ein sozialer Akt. *Was* wir erzählen und *wem* wir es *wie*

erzählen, hängt entscheidend von den sozialen Rahmenbedingungen und den herrschenden kulturellen Normen ab. Aber nicht nur das: Das wiederholte Erzählen von Geschichten ermöglicht es uns, im Austausch mit unseren Zuhörern die emotionale Bedeutung eines Ereignisses zu begreifen und es in die eigene Lebenserzählung zu integrieren. Wir erzählen also nicht nur aus einem bestimmten Grund heraus, sondern bisweilen auch, um den Grund des Erzählten überhaupt erst zu verstehen. Das impliziert eigentlich schon das vierte Prinzip: Geschichten sind keine statischen Gebilde, sie unterliegen einer steten Veränderung. Unser autobiographisches Gedächtnis ist notorisch instabil – und das aus mindestens drei Gründen: erstens weil wir Details unserer Vergangenheit vergessen und diese rekonstruieren müssen; zweitens weil zurückliegende Erfahrungen im Lichte neuer Erlebnisse eine andere Bedeutung erhalten können, so dass wir sie fortan anders in unsere Lebenserzählung einbetten; und drittens weil sich unsere Prioritäten ändern und bestimmte Episoden unseres Lebens an Bedeutung verlieren oder umgekehrt neue Bedeutung gewinnen können (McAdams 246). Das fünfte Prinzip nimmt dezidiert den großen, gesellschaftlichen und kulturellen Rahmen in den Blick, innerhalb dessen wir unsere Lebensgeschichten entwerfen. Lebensgeschichten sind niemals nur ein individuelles, sondern immer auch ein kollektives Produkt: Sie spiegeln die Kultur wider, in der sie entstanden sind und tragen Spuren der in der jeweiligen Gesellschaft gültigen Regeln und Normen. Wie wir unsere Lebensgeschichte konstruieren, lässt sich nicht von den Konstruktionsvorschriften lösen, die uns die Kultur vorgibt, in der wir uns bewegen. Bleibt noch das sechste Prinzip: Manche Geschichten sind besser als andere. Man könnte auch sagen: Lebensgeschichten enthalten eine moralische Dimension, Wertungen bestimmter Handlungen und Annahmen darüber, was eine »gute« Lebensgeschichte ausmacht. Dementsprechend werden manche Episoden des eigenen Lebens betont, andere dagegen eher verschwiegen oder nur beiläufig abgehandelt.

Die Frage ist nun: Inwiefern helfen uns diese Informationen, traumatische Erlebnisse und die nachfolgenden Therapieversuche zu verstehen? Die Antwort ist einfach und kompliziert zugleich. Einfach, weil sich das Gesagte als Vertiefung dessen lesen lässt, was die drei beschriebenen Trauma-Theorien postulieren: Im Normalfall erzählen wir unser Leben als Geschichte und wenn wir das – wie

im Fall traumatischer Erinnerungen – einmal nicht tun können, entwickelt sich daraus unter Umständen eine pathologische Symptomatik, die der Intervention bedarf. Eine solche therapeutische Intervention zielt dann auf das Erzählbarmachen der betreffenden Episode ab. Und damit wird es kompliziert: Wie eine Traumatherapie grundsätzlich aussehen kann, wurde bereits erörtert. Aber wie müsste eine Intervention aussehen, die explizit die erzählerisch-sprachliche Dimension autobiographischen Erinnerns in den Vordergrund stellt?

Ein Vorschlag hierzu stammt von James Pennebaker, der sein Konzept als *written disclosure* oder auch als *expressives Schreiben* bezeichnet. Der Ablauf der ersten Studie zu diesem Thema (Pennebaker und Beall) war denkbar einfach: Die Versuchspersonen wurden gebeten, an vier aufeinander folgenden Tagen für jeweils fünfzehn Minuten über ein Ereignis aus ihrem Leben zu schreiben. Eine Hälfte der Versuchspersonen schrieb dabei über ein belangloses, alltägliches Ereignis, die andere Hälfte über ein traumatisches Erlebnis. Die Instruktion für die einzelnen Schreibsitzungen variierte leicht: Ging es in der ersten Sitzung darum, das Ereignis überhaupt zu Papier zu bringen, strebten die nachfolgenden Sitzungen dessen weitergehende Verarbeitung an. In diesen Sitzungen wurden die Versuchspersonen beispielsweise instruiert, sich mit der Bedeutung des Ereignisses für ihr restliches Leben auseinanderzusetzen und waren am Ende angehalten, eine persönliche Bilanz des Reflexionsprozesses zu ziehen. Es zeigte sich, dass das Schreiben über das traumatische Ereignis den Versuchspersonen zwar nicht leichtfiel und eine ganze Menge negativer Emotionen zutage treten ließ, dass die langfristigen Effekte aber außerordentlich positiv waren. Personen, die über ein traumatisches Ereignis geschrieben hatten, gingen in den nächsten sechs Monaten seltener zum Arzt als die Vergleichsgruppe. Und noch ein weiteres Resultat war sehr aufschlussreich: Die Effekte waren dann besonders ausgeprägt, wenn es den Versuchspersonen gelang, beim Schreiben das Trauma betreffende Fakten und Emotionen gleichermaßen zu berücksichtigen.

Dieser positive Effekt expressiven Schreibens konnte mittlerweile in einer ganzen Reihe weiterer Studien bestätigt werden (Frattaroli). Allerdings untersuchten die meisten dieser Studien Menschen, die zwar ein Trauma erlitten hatten, die diagnostischen Kriterien einer PTBS aber nicht

erfüllten. Ein aktueller Artikel, der die bisher zum expressiven Schreiben publizierten Befunde vergleichend diskutiert, konnte lediglich sieben Studien ausfindig machen, welche dezidiert die Wirkung expressiven Schreibens auf PTBS-Patienten in den Blick genommen haben (Sloan et al.). Die Ergebnisse dieser Studien waren überdies relativ gemischt, so dass die Autoren zu dem Schluss gelangen, dass es angesichts des aktuellen Forschungsstandes übereilt wäre, expressives Schreiben in den Rang einer wirkungsvollen traumatherapeutischen Intervention zu erheben. Sie stellen dabei nicht in Abrede, dass expressives Schreiben Menschen helfen kann, und halten es durchaus für plausibel, expressives Schreiben als zusätzlichen therapeutischen Impuls einzusetzen. Der generelle Nachweis einer nachhaltigen Wirkung auf PTBS-Betroffene steht allerdings noch aus. Das alles ficht den befreienden Effekt, den expressives Schreiben offensichtlich auf Menschen ohne PTBS-Symptomatik hat, nicht an. Diese Differenzierung erscheint intuitiv plausibel. Wenn Menschen noch einigermaßen ihrer Erinnerungen mächtig sind, können sie sich auch die schwierigen unter ihnen in ihre Lebensgeschichte integrieren. Hat die Erinnerung an das Trauma dagegen pathologische Züge, wird dieser Prozess ungleich schwerer: Sich ohne Begleitung und ohne weitere Hilfestellungen an das Trauma heranzuwagen, ist risikoreich. Im Übrigen sieht James Pennebaker das genauso: In keiner seiner Veröffentlichungen erhebt er den Anspruch, expressives Schreiben als eigenständiges Psychotherapieverfahren zu etablieren (Pennebaker und Seagal). Ihm scheint es eher um eine weitere Methode zu tun zu sein, die unter Umständen bisherige Therapien zu ergänzen vermag.

Weiter geht in dieser Hinsicht die *Narrative Exposure Therapy* (Schauer et al.), die ursprünglich entwickelt wurde, um schwerst- und mehrfachtraumatisierten Menschen eine wirkungsvolle Kurzzeittherapie anbieten zu können. Die Motivation für die Entwicklung eines solchen Therapieverfahrens liegt auf der Hand: In vielen Krisenregionen dieser Welt sind die infrastrukturellen Lücken groß und die vorhandenen Finanzmittel gering. Erstens gibt es also häufig nicht genug therapeutisch geschultes Personal, um sich aller Traumatisierten anzunehmen und zweitens fehlen die Ressourcen, um zeitintensive traumatherapeutische Interventionen bezahlen zu können, wie sie im europäisch-nordamerikanischen Kulturkreis üblich wären. Aus diesem Grund ist die *Narrative*

Exposure Therapy auf etwa zehn, jeweils eineinhalb- bis zweistündige Sitzungen angelegt, in denen die Traumatisierten ein detailliertes und konsistentes Narrativ ihrer Biographie entwickeln sollen, das auch das Trauma beziehungsweise die Traumata mit einschließt. Ein entscheidender Unterschied zum expressiven Schreiben liegt darin, dass sich die Traumatisierten in der *Narrative Exposure Therapy* der Bewältigung ihrer traumatischen Erlebnisse nicht allein, sondern unter Anleitung entsprechend geschulten therapeutischen Personals annehmen. Die erste Therapiesitzung der *Narrative Exposure Therapy* ist der Diagnosestellung und Psycho-Edukation gewidmet. Dabei wird den Traumatisierten erläutert, dass ihre Symptome nicht „zufällig“ aufgetreten sind, sondern das Resultat einer Traumatisierung darstellen und dass ein bestimmter Prozentsatz der Traumatisierten eine PTBS entwickelt. Unter gewissen Umständen ist es also „ganz normal“, unter einer PTBS zu leiden. Abgesehen davon bespricht man mit den Betroffenen den Therapieverlauf und veranschaulicht ihnen, was auf sie zukommen wird. Mit der zweiten Sitzung beginnt dann die eigentliche Therapie: Während dieser zweiten Sitzung legen die Traumatisierten gemeinsam mit ihrem Therapeuten eine „Lebenslinie“, wobei positive Ereignisse durch Blumen und negative Ereignisse durch Steine symbolisiert werden. Diese Visualisierung der eigenen Biographie soll ein gemeinsames Nachdenken über Struktur und Verlauf des eigenen Lebens anregen, das in den nachfolgenden Sitzungen durch eine Konfrontation mit den traumatischen Erlebnissen vertieft wird. Dem narrativen Ansatz folgend orientieren sich diese Sitzungen an der Lebenslinie entlang von Ereignis zu Ereignis. So soll schon während des Erzählens der Eindruck vermieden werden, das eigene Leben bestehe quasi nur aus dem Trauma oder das Trauma überstrahle alles andere. Erreicht das Nacherzählen der Lebenslinie das erste traumatische Ereignis, beginnt der therapeutisch anspruchsvollste Teil: Menschen, die von traumatischen Erlebnissen berichten, neigen dazu, in ihren Erzählungen schneller zu werden, um die Erinnerung an das Trauma möglichst bald wieder beiseiteschieben zu können. Diesem intuitiv verständlichen, aber symptomstabilisierenden Impuls gilt es therapeutisch zu begegnen: Die Traumatisierten werden dazu „gezwungen“, langsam und chronologisch zu erzählen. Sie sollen beispielsweise möglichst genau beschreiben, was am Tag des Traumas vor und nach dem

traumatischen Erlebnis geschehen ist und auch bei der Erinnerung an das Trauma selbst keine Details aussparen. Die Traumatisierten werden gebeten, ihre Wahrnehmungen, Gedanken und Empfindungen zu rekonstruieren. Dabei zeigt sich das aus der Expositionstherapie beziehungsweise Konfrontation vertraute Muster: Die Aktivierung der traumatischen Erinnerung führt zu einer starken Angstreaktion, die entgegen der Befürchtungen vieler Betroffener aber nicht ins Unendliche ansteigt, sondern mit der Zeit abnimmt. Die Traumatisierten lernen also, dass sie die Konfrontation mit dem Trauma aushalten. Aus Sicht des Therapeuten ist es deshalb essentiell, niemals eine Sitzung zu beenden, bevor die Angstreaktion im Abnehmen begriffen ist. Jede weitere Konfrontation mit dem Trauma während der nachfolgenden Sitzungen ist dann weniger belastend als die vorherige. Das erinnert an ein bereits erläutertes Schema: Wenn das Trauma keine so starke Angstreaktion mehr auslöst, wird es zunehmend möglich, die Erfahrung zu kontextualisieren und zu reflektieren. In den folgenden Sitzungen sollen die Traumatisierten ihre Erinnerungen daher konkretisieren, ergänzen und gegebenenfalls korrigieren. Bei diesem Schritt ist ihnen der Therapeut behilflich. Er macht sich bereits während der ersten Durcharbeitung des Traumas in der zweiten Sitzung Notizen zu den Erzählungen der Traumatisierten. Dieses schriftliche Protokoll dient dann als Grundlage für die weitere Therapie. Zu Beginn jeder Sitzung liest der Therapeut das Protokoll vor und bittet den Traumatisierten um Ergänzungen und Präzisierungen – in der Hoffnung, dass so ein Gespräch über die traumatische Erinnerung entstehen kann. In der letzten Sitzung steht dann wieder die Lebenslinie *als Lebenslinie* im Mittelpunkt: Es geht darum, den Therapieprozess Revue passieren zu lassen und die Biographie noch einmal als narrativ erfasstes und erfassbares Gesamtkonstrukt erlebbar zu machen.

Dass Schreiben und das sprachliche Ringen um eine angemessene Deutung des eigenen Lebens einen therapeutischen Effekt haben können, ist fester Bestandteil alltagspsychologischen Sprechens: Nicht umsonst sagt man, jemand lasse *seine Gedanken in die Feder fließen* und *schreibe sich etwas von der Seele*. Nun versetzen uns die Erkenntnisse aus der Trauma-Forschung der letzten Jahre und Jahrzehnte angesichts einer breiten empirischen Basis in die Lage, schriftstellerische Selbstverständigungsversuche traumapsychologisch reinterpretieren zu können. Wenn nachgewiesen

ist, dass der Versuch, traumatische Erlebnisse in den Bereich des Sagbaren zu heben und in den Gesamtzusammenhang der eigenen Biographie einzuordnen, eine heilsame Wirkung entfalten kann, ist es alles andere als abwegig, literarische Werke unter diesem Blickwinkel zu analysieren.

Paul Celans Leben und Werk. Eine traumapsychologische Interpretation

Ein Autor, bei dem sich eine solche biographisch-individualpsychologische Analysestrategie anbietet, ist Paul Celan. So schreibt John Felstiner, Celan habe „durch die Dichtung, die er schrieb, gelebt – oder vielmehr: überlebt“ (15). Und weiter:

Tag für Tag fühlte er die Geschichte seines Zeitalters und seine eigene Geschichte auf den Gedichten lasten, die er schrieb [...]. Zur unrechten Zeit am unrechten Ort geboren, wie sich bald zeigen sollte, nahm Celan die Mißgunst des Schicksals in sich auf, ohne doch jemals immun zu werden gegen sie. (15)

Die konkreten Umstände, welche die „Mißgunst“ von Paul Celans Schicksal ausmachen, sind hinlänglich bekannt und bedürfen allenfalls einer steckbriefhaften Wiederholung: Geboren wurde Celan im Jahr 1920 in Czernowitz, der damals zu Rumänien gehörenden Hauptstadt der Bukowina, als Sohn deutschsprachiger Juden. Aufgrund dieser Herkunft wurde Celan in der Zeit des Zweiten Weltkriegs nicht nur stummer Zeuge der Verfolgung und Ermordung von Millionen von Menschen durch das Dritte Reich, sondern war unmittelbar von ihr betroffen: Seine Eltern starben in einem Arbeitslager in Transnistrien und er selbst musste von Juli 1942 bis Februar 1944 Zwangsarbeit im Straßenbau leisten (Goßens 10).

Aber Celan verlor durch den Zweiten Weltkrieg und die Shoah nicht „nur“ einen Teil seiner Familie, sondern infolge der Nachkriegswirren und der heraufziehenden kommunistischen Herrschaft in Osteuropa auch seine Heimat. Über die Zwischenstationen Bukarest und Wien gelangte er 1948 schließlich nach Paris, wo er sich einen neuen Lebensmittelpunkt aufzubauen versuchte und wo er bis

zu seinem Suizid im Jahr 1970 lebte und arbeitete. Was Celan in der Fremde blieb, das war die Sprache, seine Muttersprache Deutsch. Oder wie er selbst in seiner Ansprache anlässlich der Entgegennahme des Literaturpreises der Stadt Bremen sagte:

Erreichbar, nah und unverloren blieb inmitten der Verluste dies eine: die Sprache. Sie, die Sprache, blieb unverloren, ja, trotz allem. Aber sie mußte nun hindurchgehen durch ihre eigenen Antwortlosigkeiten, hindurchgehen durch furchtbares Verstummen, hindurchgehen durch die tausend Finsternisse todbringender Rede. (Bd. 3, 185–86)

In diesen Worten klingt beides an: der Halt, den Sprache zu geben vermag und die Schwierigkeit oder Unmöglichkeit, die darin liegt, dass es hier ausgerechnet um die deutsche Sprache geht. Deutsch ist nicht nur Celans Muttersprache, vor allem ist sie die Sprache der Täter – eine Sprache, die gezielt eingesetzt wurde, um Menschen den Status des Menschseins abzusprechen und ihre Vernichtung zu organisieren (Klemperer). Die deutsche Sprache hat durch ihren Missbrauch als *Lingua tertii imperii* ihre Unschuld verloren: Es ist keine Sprache mehr wie jede andere. In seiner Ansprache fährt Celan fort:

In dieser Sprache habe ich, in jenen Jahren und in den Jahren nachher, Gedichte zu schreiben versucht: um zu sprechen, um mich zu orientieren, um zu erkunden, wo ich mich befand und wohin es mit mir wollte, um mir Wirklichkeit zu entwerfen. (Bd. 3, 186)

Sich zu orientieren und zu erkunden, wo man sich nach all dem Geschehenen befindet, das ist der erste Schritt. Und der zweite Schritt, das ist dann wieder zum Autor des eigenen Lebens zu werden, sich Wirklichkeit zu entwerfen. Die traumatischen Erlebnisse sowie die Erkenntnis, aller Unwahrscheinlichkeit zum Trotz überlebt und in eine problematische Noch-Existenz übergewechselt zu haben, können in ihm nicht stumm bleiben und lassen sich nicht wegsperren. Und sie verlangen dem

Schreibenden und der Sprache alles ab. Dass das Ordnungssystem der Sprache mitunter kurz davorsteht, vom Geschehenen zerrissen zu werden, bringt Celan in seinem zweiten zentralen poetologischen Text zum Ausdruck, seiner *Meridian*-Rede anlässlich der Entgegennahme des Büchner-Preises im Jahr 1960:

Gewiß, das Gedicht – das Gedicht heute – zeigt, und das hat, glaube ich, denn doch nur mittelbar mit den – nicht zu unterschätzenden – Schwierigkeiten der Wortwahl, dem rapideren Gefälle der Syntax oder dem wacheren Sinn für die Ellipse zu tun, – das Gedicht zeigt, das ist unverkennbar, eine starke Neigung zum Verstummen. (Bd. 3, 197)

Der sprachliche Ausdruck, den Celan in seinen Gedichten sucht, ist kein ästhetisches Spiel. Es geht nicht darum, nur wegen der ästhetischen Form neue Formen des Dichtens auszuprobieren. Es sind die Ereignisse, die der Sprache eine neue Form aufzwingen. Es geht, so Celan, um das „Immer-noch des Gedichts“ (Bd. 3, 197), um die in diesem Gedicht „gestaltgewordene Sprache eines Einzelnen“ (Bd. 3, 197–98), eines Einzelnen, der „unter dem Neigungswinkel seines Daseins, unter dem Neigungswinkel seiner Kreatürlichkeit spricht“ (Bd. 3, 197).

Angesichts dessen, was über expressives Schreiben und über die Grundprinzipien narrativer Psychotherapie gesagt wurde, liegen die Parallelen zu den Äußerungen Celans offen zutage: Sprache und das Ringen um den richtigen sprachlichen Ausdruck, das sind für Celan Mittel der Selbstverständigung – Versuche, sich das Grauen verständlich zu machen; Versuche aber auch, über das Grauen hinauszukommen. In der Terminologie der dualen Repräsentationstheorie müsste man sagen: Celans Dichtung zielt – seinen poetologischen Äußerungen zufolge – darauf ab, Erinnerungen vor dem Abgleiten ins *situationally accessible memory* zu bewahren und sie im *verbally accessible memory* zu halten, um sie dort zu bearbeiten, sich an ihnen abzuarbeiten.¹ Indem er dies tut, schreibt Celan seine eigene Geschichte, stellt sich und seine Existenz in einen konkreten historischen Raum. Damit sind wir mitten in den Bauprinzipien autobiographischen Erzählens nach McAdams: Wenn sich

schon die Idee des Selbst als eines erzählten Selbst (erstes Prinzip) und die integrative, sinnstiftende Kraft dieses Erzählens (zweites Prinzip) in Celans poetologischen Äußerungen abzeichnet, wie sieht es dann mit den übrigen vier Prinzipien aus – spiegeln auch sie sich in seinem Werk, und wenn ja: Wie genau ist diese Spiegelung beschaffen?

Eine umfassende Beantwortung dieser Fragen ist hier nicht möglich; die folgenden, skizzenhaften Bemerkungen sollen aber dazu beitragen, die These plausibel zu machen, dass sich Celans Werk aus dem Blickwinkel der Prinzipien autobiographischen Erzählens nach McAdams analysieren lässt. Gleichwohl wird sich herausstellen, dass eine ausschließlich biographische Lesart der Gedichte Celans schnell an ihre Grenzen stößt, weil Schreiben nach Auschwitz niemals bloß individuelles Schreiben gewesen ist. Um diesen gedanklichen Doppelschritt verständlich zu machen, sollen zwei Gedichte Celans herangezogen werden, ein sehr frühes, das 1943 entstandene „Schwarze Flocken“ (Bd. 3, 25) und ein spätes, das im Band *Die Niemandsrose* (1963) erschienene „Psalm“ (Bd. 1, 225). Der große zeitliche Abstand ist mit Absicht gewählt: Er ermöglicht das Herausarbeiten von Gemeinsamkeiten ebenso wie das Sichtbarmachen von Unterschieden und Entwicklungslinien. Nehmen wir uns die einzelnen Prinzipien nach McAdams der Reihe nach vor.

Erstes Prinzip: Erzähltes Selbst. Unter den Geschichten, die Menschen von sich erzählen, hat man sich nicht zwingend Geschichten im Sinne eines epischen Erzähltextes vorzustellen. Es geht nicht um die Form, in der Menschen von ihrem Leben berichten, sondern darum, dass sie es überhaupt tun. In diesem Sinne verstanden, kann dann auch ein Gedicht Teil einer autobiographischen Erzählung sein. Demzufolge ist das erste Prinzip autobiographischen Erzählens nach McAdams eine Art Metaprinzip: Celan erfüllt es in dem Moment, indem er in seinem Schreiben auf Autobiographisches – oder konkreter: auf die traumatischen Ereignisse der Shoah – Bezug nimmt. Diese Bezugnahme wiederum muss sich nicht auf eine Wiedergabe des Faktischen beschränken, sie ist ein kreativer, bedeutungstiftender Akt. Deutlich wird dies besonders in „Schwarze Flocken“. Der biographische Hintergrund des Gedichts ist klar: Celan gießt jenen Moment in Lyrik, in dem er durch einen Brief der Mutter vom Tod des Vaters im Arbeitslager erfährt (vgl. Felstiner 43). Allein die Tatsache, dass das

Gedicht einen Dialog zwischen Mutter und Sohn wiedergibt, den es so in Wirklichkeit nicht gegeben hat, macht jedoch die Brüchigkeit des referentiellen Bezugs deutlich. Celan protokolliert nicht die Realität, er modelliert und verdichtet sie. Vor allem aber reichert er sie an – und zwar mit Elementen der jüdischen Überlieferung: Anstatt der gewöhnlichen Schreibweise Jakob verwendet Celan das hebraisierte „Jaakob“, er nennt den „Hetman“, also Hauptmann, als Verantwortlichen für den Tod des Vaters und er erwähnt das „Lied von der Zeder“, eine Anspielung auf die biblischen Zedern des Libanon ebenso wie auf die Hymne des Ersten Zionistischen Kongresses (vgl. Felstiner, 45–46).

Noch deutlicher ist der Bruch zwischen realem Geschehen und lyrischem Ausdruck in „Psalm“ gestaltet: Obgleich der Bezug zu den Schrecken des Nationalsozialismus zwischen den Zeilen offenbar wird, gibt es im Gedicht keinen direkten Hinweis auf konkrete Geschehnisse oder gar auf konkrete Geschehnisse im Leben Paul Celans. Man muss bereits etwas über die Bedingungen seines Schreibens wissen, um eine Verbindung zwischen den Versen und seiner Lebenswirklichkeit herstellen zu können. Dass es diese Verbindung allerdings gibt, lässt sich nicht bestreiten: „Das Gedicht antwortet auf die Unbeschreiblichkeit eines historischen Geschehens gerade dadurch, daß es nicht in einem referentiellen Bezug zu ihr steht“ (Reichert 221). Das wirft eine gewichtige Frage auf: Wie muss man sich die Tatsache erklären, dass sich das spätere Gedicht weiter vom referentiellen Bezug entfernt hat als das frühere? In einer simplen Lesart ließe sich darin eine Vermeidungsstrategie erkennen: Der Sprung von „Schwarze Flocken“ zu „Psalm“ wäre demzufolge ein Sprung hinaus aus der Verarbeitung der traumatischen Erlebnisse. Auf diese Option wird weiter unten noch einmal zurückzukommen sein.

Zweites Prinzip: Sinnstiftendes Erzählen. Plausibler erscheint gerade vor dem Hintergrund des zweiten Prinzips nach McAdams von vornherein jedoch eine andere Lesart: Die Aufgabe des referentiellen Bezugs ist sinnstiftend, weil sie die Einbettung des Geschehens in einen größeren kulturellen und geschichtlichen Zusammenhang ermöglicht. Genau deshalb, so könnte man argumentieren, handelt Celan sein Erleben nicht als bloß individuelles Erleben ab, sondern ordnet es in einen historischen Rahmen ein. Daher die zahlreichen Anspielungen auf jüdisch-christliche, in jedem Fall biblische Traditionen, wie zum Beispiel auf die Schöpfungsgeschichte in den ersten Versen von

„Psalm“, daher in eben jenem Gedicht ein „uns“ und „wir“ anstelle eines „mich“ und „ich“. Gleichwohl ist eine solche Interpretation mit Vorsicht zu genießen. Der Hinweis auf jüdisch-christliche Traditionen macht nicht wieder alles gut. Gerade das christliche Abendland ist dem Schrecken nicht entgegengesetzt, sondern der Unter- und Urgrund des nationalsozialistischen Terrors. Nicht umsonst ist in „Schwarze Flocken“ vom „Herbst unter mönchischer Kutte“ die Rede und nicht umsonst wird die Schöpfungsgeschichte in „Psalm“ gewissermaßen negiert: „Niemand knetet uns wieder aus Erde und Lehm, / niemand bespricht unsern Staub“. Das macht die Aporien des Lebens nach Auschwitz deutlich: Es gibt keinen Ort, an den man sich zurückziehen könnte, alle Kultur ist vom millionenfachen Morden angefressen – und doch gibt es keine Alternative zu dieser Kultur. Der Versuch der Sinnstiftung ist zum Scheitern verurteilt und gleichsam unerlässlich.

Was Celan betrifft, so kann keine Tradition als eine Instanz angesehen werden, an die er, auf welche Weise auch immer, hätte anknüpfen können. Letztlich hatten alle Traditionen, oder fast alle, ihren Anteil an den finsternen Ereignissen. (Bollack 195)

Dasselbe gilt für Gott, der in „Psalm“ gleichzeitig als „Niemand“ angesprochen und geleugnet wird (vgl. Felstiner 221–22). Das Gedicht muss hier in der Schwebe bleiben, und zwar nicht, weil eine Festlegung unmöglich wäre, sondern weil das Schwebende die einzig mögliche Festlegung ist. Oder anders: Celan versucht, „die Vergangenheit zu erinnern, ohne sie dabei zu rechtfertigen oder zu akzeptieren“ (Baer 27). Eine abschließende, sinnstiftende Integration der Geschehnisse kann es nicht geben, die Wunde muss offenbleiben.

Drittes Prinzip: Erzählen als sozialer Akt. Dass Erzählen ein sozialer Akt ist, hat im Falle eines veröffentlichten Dichters eine triviale Dimension: Selbst wenn seine Gedichte nicht von vornherein für Leser bestimmt sind, so werden sie doch von ihnen rezipiert, treten diese Leser ganz automatisch in einen Dialog mit dem Schriftsteller ein. Interessanter und aufschlussreicher ist jedoch die dialogische Dimension innerhalb der Gedichte Celans. „Schwarze Flocken“ beschreibt wie erwähnt einen Dialog

zwischen Mutter und Sohn, den es so in der Realität nicht gegeben haben kann: In der Lyrik wird somit etwas Unwirkliches wirklich. Der Schmerz über den Tod des Vaters lässt sich nicht aus der Welt räumen, aber er lässt sich besprechen. Auch in „Psalm“ wird Menschen eine Stimme verliehen, die keine Stimme haben: den Toten der Vernichtungslager. „[N]iemand bespricht unsern Staub“: Dieser von den Toten gesprochene Satz bewirkt performativ genau das Gegenteil dessen, was er behauptet. Dadurch dass Celan die Toten zu Wort kommen lässt, stemmt er sich gegen das Vergessen. Auch das ist wieder beides: Ein Versuch, der nicht gelingen und doch nicht unterbleiben kann. Gleichwohl lässt sich die Identität des Sprechenden „Wir“ nicht eindeutig festlegen: Es könnte sich auch um „ein auf seine Kreatürlichkeit reduziertes ‚wir‘“ (Reichert 212) handeln. In dieser Deutung würde das „Wir“ eher die Überlebenden bezeichnen, von denen Celan einer ist, und die nach der Shoah Wege finden müssen, ihr Leben fortzusetzen. Diese beiden Deutungen schließen sich freilich nicht aus: „Gestorbensein und schieres Dahinvegetieren sind ununterscheidbar“ (Reichert 212). Und ebenso, wie die Gestorbenen brauchen die Überlebenden eine Stimme und müssen Gehör finden. Ein Gespräch über die Shoah, welches das Band zwischen den überlebenden Juden und jenen zerreißt, die ermordet wurden, ist ein unvollständiges Gespräch.

Viertes Prinzip: Veränderliche Erzählungen. Um die Veränderungen zu erkennen, die mit Celan und seinem Schreiben vor sich gegangen sind, muss man die beiden Gedichte „Schwarze Flocken“ und „Psalm“ nur nebeneinanderlegen. Zwischen den beiden Gedichten liegen nicht nur rund zwanzig Jahre, sondern auch eine Ausdifferenzierung von Celans poetologischen Vorstellungen, wie er sie in seiner Bremer Rede und in seiner *Meridian*-Rede zum Ausdruck bringt. Die Anklänge an das konkrete historische Geschehen, die sich nicht nur in „Schwarze Flocken“, sondern beispielsweise auch in der „Todesfuge“ nachweisen lassen, sind in „Psalm“ verschwunden. Die Sprache rankt sich um die Shoah wie um einen unsichtbaren Hohlkörper. Auf den ersten Blick mag man das – wie oben angesprochen – für einen Versuch der Distanzierung halten, eine Fluchtbewegung, um den Schrecken des Traumas zu entkommen. Tatsächlich könnte man jedoch nicht mehr in die Irre gehen als mit dieser Deutung: „Die Wörter vertiefen sich mit ihren Konnotationen“ (Bollack 203). Das heißt: Je komplexer der

Bedeutungsteppich ist, den Celan in seinen Gedichten knüpft, desto tiefer ist die Einbettung in den zeitgeschichtlichen und kulturellen Hintergrund, der sein Leben prägt. Dass die Bewegung weg von der Darstellung eines konkreten Ereignisses keine Abwendung vom Trauma, sondern vielmehr eine Annäherung an dessen Wurzeln darstellt, verdeutlichen auch die letzten beiden Prinzipien nach McAdams.

Fünftes Prinzip: Erzählen und kollektives Gedächtnis. Wie tief Anspielungen auf das jüdisch-biblische Erbe in die beiden Gedichte hineinverwoben sind, wurde bereits angedeutet. Die Liste mit Beispielen ließe sich problemlos verlängern: Angefangen beim Titel „Psalm“ über das an die Offenbarung des Gottesnamens gemahnende „Ein Nichts / waren wir, sind wir, werden / wir bleiben“ bis hin zu Anspielungen auf Passion und Leiden Christi über die „Krone“, das „Purpurwort“ und den „Dorn“ – kein Wort ist unschuldig; jedes trägt zumindest eine doppelte, wenn nicht gar eine dritte und vierte Bedeutung. Celan gestaltet hier kein Bildungsbürgerrätsel: Es geht nicht darum, das Gedicht zu dechiffrieren und sich daran zu freuen, dass man den Schlüssel gefunden hat. Der Bezug auf das kollektive Gedächtnis leistet vor allem eines: Er führt vor Augen, wie problematisch die sprachlichen Zeichen geworden sind. So wird in „Schwarze Flocken“ zwar eine „Botschaft“ überbracht, diese ist jedoch von der „frohen Botschaft“ der Bibel so weit entfernt wie nur irgend möglich. Noch deutlicher wird diese Negation als davon die Rede ist, „Jaakobs himmlisches Blut“ sei „benedeiet“, also gesegnet von den Äxten, die für sein Sterben verantwortlich sind. Das kollektive Gedächtnis lässt sich nicht umgehen: Man kann nicht schreiben, ohne auf seine Inhalte Bezug zu nehmen. Es bleibt dabei: Celan schreibt in einem konkreten historischen Kontext. Gleichwohl ist eine referentielle Bezugnahme auf das kollektive Gedächtnis verstellt, weil aus diesem kollektiven Gedächtnis auch der Schrecken des Dritten Reichs strömt.

Sechstes Prinzip: Erzählen und Moral. Die Kategorie der Moral ist für Celan eine schwierige: Nach der Shoah kann es keine achselzuckende Rückkehr zum Vorangegangenen geben. Wenn sich Adolf Eichmann in der Verteidigung seines Handelns auf Kant beruft und der Lagerkommandant von Auschwitz Geige spielt, droht der Halt zu zerbrechen, den Sprache und Denken zu geben vermögen:

„[D]ie Erkenntnis, daß die Sprache korrupt geworden ist, so daß spezifische Erfahrungen kaum noch mit Worten beizukommen ist, legt sich auf die Stimme des Dichters“ (Baer 190). Vielleicht muss man sich so die Veränderung des sprachlichen Ausdrucks erklären, der sich zwischen „Schwarze Flocken“ und „Psalm“ ereignet hat. Dass Celan den Holocaust nirgends in seinem Werk explizit benennt (vgl. Baer 214–15), sollte dann nicht als verzweifelte Ausweichbewegung eines Traumatisierten verstanden werden, der sich den schrecklichen Erlebnissen nicht zu stellen vermag, sondern vielmehr als Versuch, den Schlingen der Sprache und des Sich-Erinnerns zu entkommen. Jedem Bestreben, die Shoah zu beschreiben, wohnt die Gefahr inne, sie zu ästhetisieren und zu mythologisieren, sie zu einem weiteren Topos der Literatur werden zu lassen. Und nichts wäre schlimmer als das: „Celan schreibt aus dem Grauen heraus – nicht darüber und nicht über es hinweg“ (Reichert 210).

Die am Raster der Prinzipien von McAdams orientierte Deutung von „Schwarze Flocken“ und „Psalm“ macht noch einmal deutlich, dass sich Celans Werk als beeindruckendes Zeugnis des Ringens mit der eigenen traumatischen Vergangenheit lesen lässt; nicht als Bemühen um Normalität vielleicht, aber doch als Bemühen um Normalisierung. Durch seine Sprachfähigkeit und sein Sprechen behauptet sich Celan als Mensch, dem eben dieses Menschsein von den Nationalsozialisten abgesprochen worden war. Er schreibt in seiner Muttersprache, die durch die Nationalsozialisten zur Sprache der Täter wurde. Indem er schreibt, behauptet er sich, wie das Gedicht, am Rande des Daseins, entwirft sich eine Wirklichkeit und wird so selbst wieder zum Agierenden. Jahrzehntlang, so könnte man argumentieren, hat Celan expressives Schreiben betrieben, und er hat damit nach einer ureigenen Perspektive auf das erlittene Trauma gesucht, sich dem Trauma wieder und wieder angenähert und verstörende, erschütternde Bilder für dieses Trauma gefunden. Man könnte versucht sein, zu sagen „vergeblich“ – im Frühjahr 1970 nahm sich Celan das Leben. Celans Werk auf einen individuellen und zuletzt auch noch gescheiterten Therapieversuch reduzieren zu wollen, wäre allerdings absurd. Celans individuelles Ringen war niemals *nur* ein individuelles Ringen, wie die Auseinandersetzung mit den beiden Gedichten und seinen poetologischen Äußerungen bereits angedeutet hat. Sein Einzelschicksal ist eingebettet in und untrennbar verbunden mit dem großen „Zivilisationsbruch“ (Diner) des zwanzigsten

Jahrhunderts, mit der Shoah. Und diese unauflösbare Verschränktheit macht individualpsychologische Deutungen zwar nicht gänzlich sinnlos oder falsch, aber doch dringend ergänzungsbedürftig. Diese Einsicht hat eine genauere Betrachtung verdient.

Jenseits des Individuellen: Die kollektive Auseinandersetzung mit dem Unsagbaren

In den letzten Jahren seines Lebens litt Celan immer wieder unter gravierenden psychischen Problemen, die ihn zu mehreren Psychiatrieaufenthalten zwangen. Auch die Beziehung zu seiner Frau war dadurch schwer belastet: Nachdem er versucht hatte, sie und den gemeinsamen Sohn mit einem Messer zu töten, musste er die gemeinsame Wohnung verlassen (May und Lehmann 14). Dennoch riss der Kontakt zwischen den Eheleuten bis zum Tod Celans nicht ab (Wiedemann 222). Nach einem seiner Psychiatrieaufenthalte schrieb Celan an seinen Freund Petre Solomon: „Ich war letztes Jahr ziemlich krank: eine nervöse Depression (um den – vereinfachenden – Terminus des Mediziners zu gebrauchen)“ (zit. in Felstiner 260). „Vereinfachend“ nennt Celan den medizinisch-psychologischen Fachterminus, „simplificatrice“ im französischen Original; vereinfachend wohl vor allem deshalb, weil mit diesem Begriff ein kollektives Trauma auf eine individuelle Symptomatik zusammengeschrumpft wird.

Wie die anderen Überlebenden ist Celan dem Tod durch die auszehrende Zwangsarbeit, durch Erschießungskommandos und Vergasung entronnen, hat Familienangehörige und seine Heimat verloren. Die Rückkehr zu seinem alten Leben ist im gleichwohl unwiederbringlich verstellt. Zwar ist die gesamte Menschheitsgeschichte durchsetzt von Herrschaftssystemen, die sich unliebsamer „Anderer“ entledigten, was immer dieses Anderssein im Einzelfall kennzeichnen mochte. In der Shoah aber wurden nicht „bloß“ Menschen ermordet. Die Shoah passt nicht hinein in diesen allgemeinen Rahmen: Niemals zuvor hatte es einen industrialisierten und bürokratisierten Massenmord gegeben, eine derart durchorganisierte und durchgeplante Vernichtung von Menschenleben. Es gab keinen Grund dafür, dass diese Menschen sterben mussten – außer dass sie einer bestimmten Gruppe angehörten. Und weil sie dieser Gruppe angehörten, gab es umgekehrt keinen Grund dafür, am Ende zu

den Überlebenden zu zählen. Diese Zufälligkeit des Ermordetwerdens ebenso wie des Davonkommens macht das Leben nach Auschwitz zu einem aporetischen Dasein, in dem sich einzurichten grundsätzlich unmöglich sein muss. Erschwerend kommt hinzu, dass sich die Shoah nicht in irgendeinem Land ereignete, sondern in einem Land, das sich seiner Wissenschaft und Kultur rühmte und das durch die Aufklärung hindurchgegangen war. Und gerade weil die Kultur sich als machtlos erwies, gerade weil auch die Täter überzeugt davon waren, kultivierte Menschen zu sein, ließ sich die Shoah nicht als einmalige Katastrophe abtun, nach der man schnell zu einer bildungsbürgerlichen Kulturkulisse zurückkehren kann.

Celans Ringen um Sprache und mit der Sprache konnte angesichts dessen kein individuell-solipsistisches Ringen bleiben, sondern musste ein kollektives Ringen werden – überdies ein Ringen, das sich niemals zu einem erfolgreichen Abschluss bringen lässt. In seiner Büchner-Preisrede macht Celan das zum Thema, indem er auf den 20. Januar 1942 verweist, den Tag der Wannseekonferenz:

Vielleicht darf man sagen, daß jedem Gedicht sein ‚20. Jänner‘ eingeschrieben bleibt?

Vielleicht ist das Neue an den Gedichten, die heute geschrieben werden, gerade dies: daß hier am deutlichsten versucht wird, solcher Daten eingedenk zu bleiben? (Bd. 3, 196)

Die Frage ist nur: Wie geht das? Eine Abbildung des Grauens ist im Grunde unmöglich: Man kann dem Leben und Sterben von Millionen von Ermordeten nicht gerecht werden, indem man ihr Leiden literarisch nachzuahmen und nachzubilden versucht. Das mimetische Prinzip versagt. Das nahezu unvorstellbare und den Verstand überschreitende Ausmaß der Grausamkeiten stellt die Frage nach Form und Funktion einer Kunst, die ihres mimetischen Charakters aufgrund der unfassbaren Wirklichkeit beraubt ist, neu.

Mag das Sprechen und Schreiben nach Auschwitz noch so inadäquat sein: dass Schweigen keine Alternative darstellt, stand für die meisten Autoren unverrückbar fest. Schweigen nämlich ist vieldeutig (vgl. Merk 267–72): Es kann das Verstummen der Traumatisierten angesichts des

Unsagbaren ebenso meinen wie das Verschweigen der Täter oder die unerträgliche Stille, die sich um die Toten herum ausbreitet, denen man durch ihre Ermordung die Möglichkeit des Sprechens genommen hat. Schreiben nach Auschwitz ist also unmöglich – und gerade deshalb dringend notwendig: Man muss versuchen, das Unaussprechliche in Worte zu fassen – nicht, um sich dadurch selbst zu therapieren oder ein Trauma individualpsychologisch in den Griff zu bekommen, sondern um das Leben im „Dazwischen“ zu artikulieren und vielleicht auch, um die „Schuld bekennende Stimme des Täters im Angesicht des schweigenden Opfers zum Klingen zu bringen“ (Neumann 301). Wer so schreibt, der hofft nicht auf Bewältigung des Schmerzes; allenfalls macht er ein Dasein inmitten des Schmerzes lebbar und zwingt den Leser gleichzeitig dazu, sich zu den thematisierten Ungeheuerlichkeiten zu verhalten. Oder wie Paul Celan es in seiner Bremer Rede mit Blick auf die Lyriker seiner Generation sagt:

Es sind die Bemühungen dessen, der, überflogen von Sternen, die Menschenwerk sind, der, zeltlos auch in diesem bisher ungeahnten Sinne und damit auf das unheimlichste im Freien, mit seinem Dasein zur Sprache geht, wirklichkeitswund und Wirklichkeit suchend. (Bd. 3, 186)

Wie aber geht man angesichts der Shoah mit seinem Dasein zur Sprache? Dass es auf diese Frage keine letztgültige Antwort geben kann, muss nicht eigens betont werden: Die existentielle Antwortlosigkeit ist das Hauptcharakteristikum des Schreibens nach Auschwitz.

Perennierendes Leiden – oder: Die Grenzen der Therapierbarkeit

Paul Celan war einer jener Künstler, in deren Werk das äußerste Grauen der Shoah nachzitterte. Bekannt wurde er nicht, weil seine Gedichte so „schön“ sind. Schönheit ist keine Kategorie, in der sich Lyrik nach Auschwitz und in der sich über Auschwitz denken lässt. In seinen Versen wird das Unsagbare sagbar, wird das Ungeheuerliche sprachlich fassbar. Und damit sind wir doch wieder beim

expressiven Schreiben, der narrativen Psychotherapie und dem Versuch angelangt, traumatische Inhalte im *verbally accessible memory* zu halten – oder etwa nicht?

Die Antwort auf diese Frage hängt ganz entscheidend von der eingenommenen Perspektive ab und davon, wie diese Perspektive expliziert wird. Die eine Perspektive lautet ungefähr so:

Traumatherapie setzt auf eine Bewältigung des Traumas. Das Trauma soll in die Lebenserzählung der Betroffenen eingebettet und so erträglich gemacht werden. Das traumatische Ereignis ist dann zwar immer noch schlimm, aber es verfolgt die Traumatisierten nicht länger; es gibt ihnen Gelegenheit, in ein Leben nach dem Trauma hineinzufinden, das nicht ständig vom Trauma überschattet ist. Celans Dichtung deutet in eine ganz andere Richtung: Für ihn wie für viele Überlebende lässt sich das kollektiv traumatische Geschehen der Shoah grundsätzlich nicht bewältigen, ja, wäre eine solche Bewältigung nicht einmal wünschenswert. Bewältigen würde nämlich bedeuten, dass man das Trauma vergessen, dass man es ruhen lassen kann – und eben das, so müsste hier der Einwand lauten, darf niemals passieren. Denn dann liefen wir Gefahr, eine gesamtgesellschaftliche Tragödie zu individualisieren. Aus einem kollektiven Drama würde das persönliche Drama einzelner Therapiebedürftiger. Und mit dieser Individualisierung würde auch die Notwendigkeit einer kollektiven Aufarbeitung entfallen. Dabei ist so eine Aufarbeitung unerlässlich, muss es der Lyrik nach Auschwitz doch auch und gerade darum gehen, „den Angesprochenen [...] zu einer Äußerung zu bewegen, ihn zum Zeitzeugen zu machen“ (Neumann 301).

Diese scheinbare Gegensätzlichkeit der Perspektiven lässt sich aufheben, wenn man die individuelle und die kollektive Dimension einer Menschheitskatastrophe wie der Shoah nicht gegeneinander ausspielt, sondern sie als zwei Seiten derselben Medaille betrachtet. Selbstverständlich greift es zu kurz, die Gedichte Paul Celans nur als individuelle Bewältigungsversuche zu deuten, gleichwohl sind sie auch das. Oder in den Worten Charlotte Rylands: „To speak of Celan as only a “Holocaust“ poet is to over-emphasize that element of his biography; yet there is equally a risk of underplaying it“ (1). Und selbstverständlich wäre eine traumatherapeutische Intervention fragwürdig, welche das Trauma wegzaubern und so tun wollte, als sei das Geschehene gar nicht so schlimm

gewesen. Nur ist das gewiss nicht das Ziel der Traumatherapie: Wie im Laufe dieser Überlegungen deutlich geworden sein sollte, versucht die Traumatherapie gerade nicht, traumatische Erlebnisse beiseitezuschaffen, sondern hofft umgekehrt darauf, die traumatische Erinnerung aus der Unzugänglichkeit in den Raum des Erinnerbaren hinein zu holen.

Alles hängt an dem Wort *Bewältigung*. Wenn mit Bewältigung ein endgültiges Abhaken gemeint ist, ein ad acta Legen des Geschehenen, dann kann es für die Betroffenen keine Bewältigung der Shoah geben und dann wäre Bewältigung geradezu moralisch fragwürdig. Pathologisch ist bei einem Überlebenden der Shoah nicht das Leiden, sondern das Nicht-Leiden. Es kann keine Erlösung geben: Wer im Lager war, trägt das Lager ein Leben lang in sich. Wenn unter Bewältigung dagegen der Versuch verstanden wird, das perennierende Leiden artikulierbar zu machen, es wenigstens in einen Schrei überführen zu können, dann ist Bewältigung selbstverständlich möglich. Und an diesem Punkt treffen narrative Psychotherapie und die Frage, ob man nach Auschwitz noch Gedichte schreiben darf, doch wieder zusammen: Vom Unsagbaren zu sprechen hat vielleicht keine heilende, immerhin aber eine lindernde Wirkung. Und das gilt besonders dann, wenn das Sprechen eigentlich unmöglich ist – eine Haltung, die Paul Celan in seinem Werk zum Ausdruck brachte.

¹ Man muss nicht unterstellen, Celan habe unter eine posttraumatischen Belastungsstörung gelitten, um anerkennen zu können, dass Erinnerungen an traumatische Erlebnisse Erinnerungen sind, die besonderer Aufmerksamkeit bedürfen, um sie in die eigene Lebensgeschichte integrieren zu können. Was bei Celan „unverloren“ blieb, ist die Sprache: Die Schwierigkeit seines Schreibens besteht also nicht darin, traumatische Erinnerungen in Form einer Schreibtherapie vom *situationally accessible memory* ins *verbally accessible memory* zu überführen, sondern darin, Worte für Erinnerungen zu finden, die ihm zwar grundsätzlich zugänglich sind, die sich aber nicht ohne Weiteres in einen Sinn- und Verstehenszusammenhang einordnen lassen, die sich dagegen sträuben, in eine lineare Lebenserzählung eingeordnet zu werden.

Literatur

Baer, Ulrich. *Traumadeutung. Die Erfahrung der Moderne bei Charles Baudelaire und Paul Celan*.

Übersetzt von Johanna Bodenstab, Suhrkamp, 2002.

Boesch, Ernst E. “Homo narrator – Der erzählende Mensch.“ *Handlung, Kultur, Interpretation*.

Zeitschrift für Sozial-und Kulturwissenschaften, Bd. 9, 2000, S. 205–30.

- Bollack, Jean. "Psalm". *Interpretationen. Gedichte von Paul Celan*, herausgegeben von Hans-Michael Speier, Reclam, 2002, S. 83–94.
- Breslau, Naomi, et al. "Trauma and Posttraumatic Stress Disorder in the Community: The 1996 Detroit Area Survey of Trauma." *Archives of General Psychiatry*, Bd. 55, Nr. 7, 1998, S. 626–32.
- Brewin, Chris R., et al. "A Dual Representation Theory of Posttraumatic Stress Disorder." *Psychological Review*, Bd. 103, Nr. 4, 1996, S. 670–86.
- Celan, Paul. "Ansprache zum Bremer Literaturpreis." *Gesammelte Werke*. Bd. 3, herausgegeben von Beda Allemann und Stefan Reichert, Suhrkamp, 1983, S. 185–86.
- - -. "Der Meridian." *Gesammelte Werke*, Bd. 3, S. 187–202.
- - -. "Psalm." *Gesammelte Werke*, Bd. 1, S. 225.
- - -. "Schwarze Flocken." *Gesammelte Werke*, Bd. 3, S. 25.
- Dilling, Horst, et al. *Internationale Klassifikation psychischer Störungen: ICD-10, Kapitel V (F) – Klinisch-diagnostische Leitlinien*. 9. Aufl., Hans Huber, 2014.
- Diner, Dan. [Vorwort des Herausgebers]. *Zivilisationsbruch. Denken nach Auschwitz*, herausgegeben von Dan Diner, Fischer, 1988, S. 7–13.
- Ehlers, Anke, und David M. Clark. "A Cognitive Model of Posttraumatic Stress Disorder." *Behaviour Research and Therapy*, Bd. 38, Nr. 4, 2000, S. 319–45.
- Felstiner, John. *Paul Celan. Eine Biographie*. Übersetzt von Holger Fliessbach, 3. Aufl., C. H. Beck, 2014.
- Foa, Edna B., and Barbara O. Rothbaum. *Treating the Trauma of Rape: Cognitive Behavioral Therapy for PTSD*. Guilford Press, 1998.
- Frattaroli, Joanne. "Experimental Disclosure and its Moderators: A Meta-analysis." *Psychological Bulletin*, Bd. 132, 2006, S. 823–65.
- Goßens, Peter. "Leben und Werk – eine kurze Chronik: Czernowitz (1939–1945)" *Celan-Handbuch. Leben – Werk – Wirkung*, herausgegeben von Markus May, Peter Goßens, und Jürgen Lehmann, Metzler, 2008, S. 9–10.

- Hidalgo, Rosario B., and Jonathan R. Davidson. "Posttraumatic Stress Disorder: Epidemiology and Health-related Considerations." *Journal of Clinical Psychiatry*, Bd. 61, 2000, S. 5–13.
- Klemperer, Victor. *LTI. Notizbuch eines Philologen*. 1947. Reclam, 2015.
- May, Markus, und Jürgen Lehmann. "Leben und Werk – eine kurze Chronik: Paris (1948-1970)" *Celan-Handbuch*, S. 11–16.
- McAdams, Dan P. "Personal Narratives and the Life Story." *Handbook of Personality: Theory and Research*, herausgegeben von Oliver P. John, Richard W. Robins, und Lawrence A. Pervin, Guilford Press, 2008, S. 242–62.
- Merk, Simone. *Die postapokalyptische Genese. Lineare und zyklische (End-)Zeitvorstellungen in Rose Ausländers Gedichten*. Lang, 2011.
- Neumann, Gerhard. *Selbstversuch*. Rombach, 2018.
- Pennebaker, James W., und Sandra K. Beall. "Confronting a Traumatic Event: Toward an Understanding of Inhibition and Disease." *Journal of Abnormal Psychology*, Bd. 95, 1986, S. 274–81.
- Reichert, Klaus. "Fragendes Verstehen. Zu Paul Celans Gedicht Psalm" *Literaturwissenschaft. Ein Grundkurs*, herausgegeben von Helmut Brackert and Jörn Stückrath, 4. Aufl., Rowohlt, 1996, S. 210–25.
- Ryland, Charlotte. *Paul Celan's Encounters with Surrealism: Trauma, Translation and Shared Poetic Space*. Modern Humanities Research Association and Maney Publishing, 2010.
- Schauer, Maggie, et al. *Narrative Exposure Therapy (NET). A Short-term Intervention for Traumatic Stress Disorders after War, Terror, or Torture*. Hogrefe & Huber, 2005.
- Schönfeld, Sabine, et al. "Posttraumatische Belastungsstörung". *Klinische Psychologie & Psychotherapie*, herausgegeben von Hans-Ulrich Wittchen und Jürgen Hoyer, 2. Aufl., Springer, 2011, S. 985–1004.
- Sloan, Denise M., et al. "Efficacy of Narrative Writing as an Intervention for PTSD: Does the Evidence Support its Use?" *Journal of Contemporary Psychotherapy*, Bd. 45, 2015, S. 215–25.

Solomon, Petre. "Zwanzig Jahre danach. Erinnerungen an Paul Celan." *Neue Literatur*, Bd. 33, Nr. 11, 1982, S. 23–34.

Stein, Murray B., et al. "Full and Partial Posttraumatic Stress Disorder: Findings from a Community Survey." *American Journal of Psychiatry*, Bd. 154, Nr. 8, 1997, S. 1114–19.

Wiedemann, Barbara. "Briefe." *Celan-Handbuch*, S. 220–39.