

Jean-Pierre Wils



Warum wir Trost brauchen

Auf den Spuren
eines menschlichen
Bedürfnisses

HIRZEL

Den falschen Trost, die Vertröstungen kennen wir alle.
Ein paar Sprüche wie: »Das wird schon wieder!«,
»Bald sieht die Welt wieder bunter aus!«
oder »Da müssen wir eben alle durch!« und dazu
noch ein empathieloser Schulterklopfer.
Wer nie Trost erfahren hat, dem fällt es schwer
zu trösten. Argumente können nicht trösten.
Sie vertrösten, indem sie das Leiden und den
konkreten Schmerz des Gegenübers nicht sehen und
anerkennen. Wer trösten will, sollte in der Lage sein,
das Leiden eines Mitmenschen wahrzunehmen.
Aus dem Nachwort von Dr. Dirk Pörschmann

Jean-Pierre Wils

Warum wir Trost brauchen

Jean-Pierre Wils

**Warum wir Trost brauchen
Auf den Spuren
eines menschlichen
Bedürfnisses**

In Kooperation mit dem Museum für
Sepulkralkultur Kassel

H I R Z E L

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der
Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im
Internet unter <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Jede Verwertung des Werkes außerhalb der Grenzen des Urheberrechts
gesetzes ist unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Übersetzungen,
Nachdrucke, Mikroverfilmungen oder vergleichbare Verfahren sowie für die
Speicherung in Datenverarbeitungsanlagen.

1. Auflage 2023

ISBN 978-3-7776-3369-5 (Print)

ISBN 978-3-7776-3375-6 (E-Book, epub)

© 2023 S. Hirzel Verlag GmbH

Birkenwaldstraße 44, 70191 Stuttgart

Printed in Germany

Lektorat: Thomas Steinhoff, Frankfurt am Main

Umschlaggestaltung: semper smile, München

Umschlagmotiv: © Mads Nissen/Politiken/laif

Satz: Satzpunkt Ursula Ewert GmbH, Bayreuth

Druck und Bindung: CPI books GmbH, Leck

www.hirzel.de



Inhalt

Vorwort	9
I Zur Heimatlosigkeit eines Bedürfnisses	13
II Schmerz, Leiden und Verlust – eine Elementargrammatik . . .	22
III Angesichts der Trauer	47
IV Trost – die Ummantelung des Leidens	61
V Die Gabe der Tröstung	86
VI Trost – seine Quellen	99
Natur	101
Dinge	124
Musik	134
Menschen	147
Nachwort	165
Anmerkungen	168

»Er stieß sich vom Schreibtisch ab und wankte zum Fenster zurück. Vor dem Kreuz senkte er den Kopf, er wollte es nicht sehen, sondern beugte sich vor mit geschlossenen Augen und fühlte die Dämmerung fallen. ›Gott träumt im Tier und erwacht im Menschen«, wiederholte er tonlos das Mantra so vieler seiner Predigten. Ein böses Erwachen, dachte er bitter. Gott hätte besser daran getan, für immer im Tier zu träumen, in der Pflanze zu atmen und im Stein zu ruhen. Stein zu sein und Gottes Schlaf zu schlafen, schien ihm der einzige Trost.«

John von Düffel¹

»Wir schlafen in ihren Häusern und essen von ihren Tellern, die von ihren einstigen Besitzern nichts mehr wissen. Wir verdrängen ihre zerbrechliche Realität und setzen unsere eigenen Vorstellungen und Hoffnungen an deren Stelle, wir redigieren und kürzen nach eigenem Gutdünken, bis die Zeit uns irgendwann dorthin fegt, wo wir selbst Vergangenheit werden.«

Maria Stepanova²

»Jetzt sitze ich gegenüber dem leeren Platz und höre die Stunden
rinnen. Man verliert eine Heimat nach der anderen, sage ich mir.
Hier sitze ich am Wanderstab. Die Füße sind wund, das Herz ist
müde, die Augen sind trocken. Das Elend hockt sich neben mich,
wird immer sanfter und größer, der Schmerz bleibt stehen, wird
gewaltig und gütig, der Schrecken schmettert heran und kann
nicht mehr schrecken. Und dies ist eben das Trostlose.«

Joseph Roth³

»Auch während des Krieges haben Vögel gesungen. Darin liegt
das ganze Entsetzen ... und ein Trost.«

Georgi Gospodinov⁴

»Durch die Worte fiel noch ein wenig Tageslicht.«

Maurice Blanchot⁵

Vorwort

»Trost« gehört zu den Begriffen mit einer schlechten Reputation. Ausdrücke wie »falscher Trost«, »billiger Trost«, »Trostpreis«, »nicht bei Trost sein« und »Vertröstung« sind Insassen eines Vokabulars, das unzweideutig anzeigt, dass der »Trost« im Grunde zu den vernachlässigungswürdigen Traditionsbeständen unserer Sprache zu zählen sei. Im Zeitalter selbstbewusster und aktivistischer Selbst- und Weltumgestaltung haftet ihm etwas Altmodisches, um nicht zu sagen etwas fundamental Unmodernes an. »Handeln und helfen statt trösten« heißt die Devise, »therapieren statt resignieren« lautet ihre Variante, sobald Menschen nicht mehr vorankommen. Falls wir dennoch über Trost sprechen wollen, fühlen wir eine Verlegenheit langsam in uns aufsteigen. Es sieht so aus, als müssten wir uns im Stillen schämen, dass wir zu ihm Zuflucht suchen. Als wäre es uns peinlich, über ihn zu reden, lassen wir den Trost im Windschatten unseres Vokabulars zurück.

Aber in den ersten Monaten der Corona-Pandemie veröffentlichte das Ensemble Polyharmonique »*Zwölf Madrigalische Trost-Gesänge*« des Komponisten Wolfgang Carl Briegel, eines Zeitgenossen von Johann Sebastian Bach. Und im Sommer 2022 lautete der Titel eines bei den Salzburger Festspielen uraufgeführten und viel besprochenen Theaterstücks »*Verrückt nach Trost*«. Angesichts prekärer und instabiler Lebensverhältnisse, jedoch

auch angesichts globaler welt- und klimapolitischer Verwerfungen sehnen Menschen sich zunehmend nach Quellen des Trostes. Das Gefühl existenzieller Obdachlosigkeit nimmt offenbar zu. Nicht selten mündet dieses in Verzweiflung. Das Trostbedürfnis ist entsprechend im Wachsen.

Menschen verlangen nach Trost und sehnen sich geradezu nach ihm, weil in ihrer persönlichen Lebenssituation das Helfen nicht mehr hilft, ihr Können an ein Ende gelangt ist. Etwas ist passiert, das sich nicht rückgängig machen lässt und einen tiefen Verlust bewirkt hat. Das Leben hat uns aus der Bahn geworfen. Es ist Irreparables geschehen, ein Zurück zum vorherigen Zustand ist verbaut. Wir haben einen Lebensplan aufgeben müssen. Es ist uns etwas zutiefst misslungen. Unsere Liebe ist unbeantwortet geblieben oder die geliebte Person ist gestorben. Wir wissen nicht, wohin mit unserer Traurigkeit. Die Verzweiflung nagt an uns. Allerdings bleibt rätselhaft, was das eigentlich ist – der Trost. Es hat den Anschein, als sei der Trost eine Gabe, also ein Geschenk. Der Ausdruck »Trost spenden« deutet darauf hin. Aber was geschieht während des Tröstens, wie »funktioniert« der Trost eigentlich, wie sieht das Innenleben dieser Spende aus? Seine Quellen sind vielfach – die Dinge, die Natur, die Tiere, die Musik und die Menschen. Es kommt demnach darauf an, den Trost zu retten und uns davor zu schützen, in trostfremden, frostigen Zeiten leben zu müssen.

Auf dem Weg zu einem Verstehen des Trostes suchen wir nach Genossen, sodass wir keinen Alleingang zu unternehmen brauchen. Es sind die Philosophie und die Literatur, die uns begleiten. Erstere – die Philosophie – wird uns mit einem analytischen und phänomenologischen Blick ausstatten. Dieser braucht keineswegs von einem kalten Herzen gespeist zu werden. Ganz im Gegenteil. Getrieben vielmehr durch die Sorge, er könnte uns aus dem Blick geraten, nehmen die philosophischen Gedanken dieses rätselhaf-

te Phänomen »Trost« genauer in Augenschein. Dieser ist nämlich keineswegs leicht zu verstehen, wohl aber leicht misszuverstehen. Dieses Buch will eine kleine Apologie des Trostes bilden, aber damit das gelingt, dürfen wir nicht den zweiten Schritt vor dem ersten Tun – vor der Sichtung dessen, was das Wesen des Trostes ist und was er für uns Menschen fundamental bedeutet. Auf welches Grundbedürfnis versucht der Trost eine Antwort zu geben?

Und die Literatur wird Zeugnis von der Imagination ablegen, die wir benötigen, um am Innenleben des Trostes teilzunehmen und dessen rätselhafte, komplexe Natur besser zu begreifen. In einem Essay mit dem Titel »*Hans Carossa*« sprach Hans Blumenberg davon, ein Dichter müsse, bevor er seine Stimme erhebe, über die Fähigkeit verfügen, »die Idee aus dem sklavischen Bann der grauen Dinge zu erlösen«⁶. Die Literatur wird in diesem Essay die Rolle einer Geburtshelferin erfüllen. Sie wird uns dabei helfen, die Idee des Trostes aus ihrem beschwerlichen, realen Alltag herauszuschälen. Wir können dann besser nachvollziehen, was sich während dieses nicht leicht zugänglichen, teils rätselhaften Geschehens abspielt – während des Tröstens.

Die Liaison mit der Literatur – und vermutlich mit der Kunst überhaupt – ist also keineswegs zufällig. Vielleicht ist es der Trost selbst, der immer wieder das Medium der Kunst braucht, um in Erscheinung zu treten. In dem Roman »*Die Nacht unterm Schnee*« von Ralf Rothmann heißt es: »Ein Roman verkörpert stets einen gewissen Mutwillen, er zwingt das Geschehen in eine Form, die es im Leben selten gibt und die uns in unserer Angst vor dem Traurigen, Schrecklichen und Chaotischen besänftigen soll.«⁷ Auch der Trost stellt eine Art Besänftigung dar, eine Weise, das Traurige zu ummanteln. Nicht nur in der Philosophie, sondern auch in der Literatur ist er in guten Händen.

Ich bedanke mich herzlich beim Hirzel Verlag für die höchst angenehme und vertrauensvolle Zusammenarbeit mit Rüdiger

Müller und Hubert Klöpfer, nicht zuletzt für das hervorragende und freundliche Lektorat von Thomas Steinhoff.

Jean-Pierre Wils, Nijmegen/Kranenburg, im Dezember 2022

I Zur Heimatlosigkeit eines Bedürfnisses

Wer von uns weiß nicht von Momenten im Leben zu berichten, in denen wir getröstet werden wollten? Das Verlangen nach Trost fängt bereits im Kleinen an. Das weinende Kind, das sich wehgetan hat, schreit zwar der Schmerzen wegen, aber verlangt gleichzeitig und laut nach Trost. Die Trostanlässe werden jedoch alsbald ernster und schwerwiegender. Der unwiederbringliche Verlust einer geliebten Person stürzt in Verzweiflung, weil ihrem Weggang nicht abgeholfen werden kann. Der Lebensplan ist durch ein schlimmes Widerfahrnis durchkreuzt worden, ein Unglück hat uns aus der Bahn geworfen, die Rückkehr zu einem Vorher ist ausgeschlossen. In dunkler Trostlosigkeit will jedoch niemand zurückbleiben. Deshalb halten wir im Stillen Ausschau nach Trost und hoffen darauf, nicht alleingelassen zu werden. Aber auch jene Zukunftsaussichten, die weit über das persönliche Befinden hinausgehen – die globalen politischen Wirrnisse und Krisen, der ökologische Notstand unserer Welt, die Gefährdung des Weiterlebens auf unserer Erde –, alle diese Herde der Verunsicherung und der existenziellen Bangigkeit wollen nicht ohne eine Aussicht auf Trost bleiben. Das Bedürfnis nach ihm scheint allgegenwärtig, denn seine Anlässe sind vielfältig. Wir suchen immer wieder nach »Geborgenheit im Schlechten« und wollen für eine Weile »der Welt entsunken«⁸ (Peter Strasser) sein.

Dennoch besitzen sowohl das Trostbedürfnis als auch das Trösten eine schlechte Reputation. Der »falsche Trost« liegt uns eher auf der Zunge als die Sprache des gelungenen Tröstens. Der Verdacht falscher Versprechungen liegt nah. Das »Trostpflaster« gilt als Leugnung der Tiefe oder Größe einer seelischen Wunde, als Verharmlosung psychischen Leidens. Die religiöse Tröstung scheint ausgezehrt zu sein. Vermutlich kennen wir den »Kelch des Leidens«, falls das Christentum uns in Grundzügen vertraut geblieben ist, aber wer verfügt in seiner Sprache noch über die Metapher vom »Becher des Trostes«? Wer pilgert noch zu der Gottesmutter Maria, der Trösterin der Betrübten (Maria Consolatrix afflictorum), und nicht nur auf dem Jakobsweg als Weg zur Selbstfindung? Erst recht hat die Rede von der »Verströstung« den Ruf des Trostes gehörig ramponiert, um nicht zu sagen desavouiert. Es werden Ablenkungen vermutet, wo tatkräftiges Handeln angeblich erforderlich wäre. Der Verdacht wird auf Strategien des Einverständnisses mit den schlechten Verhältnissen gelenkt, wo in Wahrheit der schonungslose Blick auf die schlimme Lage nottäte.

Wer zu trösten beabsichtigt, hege trübe Intentionen, nämlich die Unmündigkeit des Adressaten aufrechtzuerhalten und den schlechten Status quo zu konservieren. Ist der Trost nicht längst von der berühmten Invektive Karl Marx', »Religion« mitsamt ihrer Trostambitionen sei »Opium des Volkes«, schwer kontaminiert worden? Bestätigt und besiegelt der Trost nicht unsere Ohnmacht, unser teils selbst verschuldetes Unvermögen, das Ungute zu wenden? Gehört der Trost nicht zum Vokabular der Gestrigen, der Advokaten der Passivität und der deplatzierten Einwilligung, also der Resignation am falschen Ort? Ist, wer zu trösten unternimmt oder sich trösten lassen möchte, »nicht ganz bei Trost«?

In Zeiten eines entfesselten Aktivismus, der entschiedenen und progressiven Selbst- und Weltumgestaltung und angesichts des Imperativs, Reichweitenvergrößerung sei als Grundmotiv unse-

res Daseins zu betrachten, haftet dem Trost etwas Unmodisches, besser – etwas *Unmodernes* an. Sind in schweren Lebensumständen nicht eher Aufheiterung und Aufmunterung angesagt? Wo Letztere keine Aussicht auf Erfolg haben, sei doch eher eine zwischenzeitliche Besänftigung und Linderung des Schreckens an der Tagesordnung, die Verabreichung eines Labsals für die Seele, ein sanftes Narkotikum vonnöten, bis wir wiederum hellwach und frohgemut voranschreiten? Warum sollten wir nicht zu Mitteln des Gedächtnisverlusts greifen, die uns zumindest kurzweilig in eine andere, angeblich bessere Welt entführen, neue Energien sammelnd für den Weg, der vor uns liegt? Hat unser therapiefreudiges Zeitalter nicht längst Auswege aus der vermeintlichen Trostlosigkeit freigelegt? Ist ein Heilungsversprechen angesichts einer persönlichen Katastrophe denn keine Option?

Diese blanke Zuversicht geht aber an den Realitäten des menschlichen Lebens vorbei. Es gibt Dinge, die *nicht* rückgängig oder ungeschehen gemacht werden können. Etwas kann nicht restituiert werden. Es stellen sich Verluste ein, die im Grunde irreparabel sind. Wir befinden uns in einer Situation, in der *das Helfen nicht länger hilft*. Uns vermag kein Ratschlag aufzumuntern, denn wir sind in einer Lage, in der wir »nicht mehr können können« (Emmanuel Lévinas). Es hat sich eine tief sitzende Verletzung in unsere Seele eingenistet, eine Daseinserschöpfung ungekannten und ungeahnten Ausmaßes ist eingetreten, eine verzweifelte Lebensmüdigkeit hat sich eingestellt, die von Aussichtslosigkeit und Hoffnungslosigkeit gespeist wird. Uns ist buchstäblich nicht mehr zu helfen. Die Empfehlung, Pfade des Vergessens und der Betäubung einzuschlagen, mögen zwar zu einer vorläufigen Erleichterung führen, aber das Trostbedürfnis will nicht abgewürgt werden. Der Ratschlag, die Leidensursache beiseitezuschieben und so zu tun, als gäbe es sie nicht, greift nicht. Ihr Stachel, der sich in unserem Fleisch verhakt hat, lässt sich nicht entfernen. Wir