

## Abschied und Neubeginn

Das ursprüngliche Stichwort zu unserem kommenden PubTalk lautete ‚Trauer‘. Die Umdeutung in das affektiv neutralere Thema ‚Abschied und Neubeginn‘ unterscheidet sich genau darin von der Trauer, dass der Abschied und Neubeginn, wenn er mit Trauer verbunden ist, nicht freiwillig geschieht, sondern uns aufgezwungen wird.

‚Abschied‘ ist in diesem Falle eher ein Euphemismus. Zunächst einmal müsste man hier von ‚Verlust‘ sprechen. Wenn der Verlust zum Abschied wird, ist die psychische Bewältigungsarbeit schon halb geleistet, das Loslassen bereits im Gange. Der Abschied ist bereits ein Zeichen psychischer Gesundheit: Die betroffene Person ist nach einer Zeit der Trauer zum Abschied bereit.

Noch später kommt dann – vielleicht, im günstigen Falle – der Neubeginn. Hier liegt ein weiterer, wesentlicher Unterschied zum Begriff der Trauer. Die Trauer ist ein bestimmter Zustand. Abschied und Neubeginn sind dagegen Phasen eines Entwicklungsprozesses. Der Neubeginn setzt eine grundsätzliche Überwindung des vorangehenden Verlustes voraus, vor allem die Neubesinnung auf die eigenen Kräfte und ein wieder erwachtes Selbstvertrauen. Nietzsches Diktum aus der ‚Fröhlichen Wissenschaft‘, dass uns stärker mache, was uns nicht umbringt, schöpft seine Wahrheit allerdings nur aus den Fällen, wo dies tatsächlich der Fall war. Wo es nicht gelang, bleibt häufig nur der Schaden.

Interessant ist hier die Frage, inwiefern es plausibel ist oder gelingen kann, einen erlittenen Schaden mit anschließender Trauer über den Verlust in eine Ressource für einen Neuanfang zu verwandeln. Der kann am Ende sogar den Schaden als Bedingung der persönlichen Entwicklung erscheinen lassen, also als etwas Positives. Eine solche Umdeutung der eigenen Biographie ist eine höchstpersönliche Leistung, die man niemandem abverlangen kann. Wer sie aber zustande bringt, dürfte dem, was wir gemeinhin als Lebenskunst bezeichnen, recht nahegekommen sein.

Glück, Trauer, Abschied, Neuanfang, Chance, Risiko, Gewinn, Verlust: All dies sind keine objektiven Merkmale unserer Lebenserfahrungen, sondern in hohem Maße Deutungen, die auch anders, ja genau umgekehrt ausfallen können: Das verpasste Flugzeug stürzte auf dem ersehnten Flug ab; der oder die Geliebte, die uns verschmähten, stellen sich im späteren Leben als äußerst unangenehme Zeitgenossen heraus, bei denen man nur von Glück sagen kann, dass sie unsere Liebe nicht erwiderten; im Zuge eines Autounfalls lernen wir eine Person kennen, mit der wir im Folgenden eine unglaublich erfolgreiche Geschäftspartnerschaft entwickeln. Das große Kino ist voll von solchen Verläufen. Ihnen allen gemeinsam ist die Entlarvung des Unterschieds zwischen dem reinen Ereignis und seiner Deutung.

So kann auch der Verlust und nachfolgende Abschied sich am Ende nicht als Öffnung zu einem Neuanfang herausstellen, sondern im Gegenteil als Befreiung zur Verfolgung dessen, was man eigentlich schon immer, sein ganzes Leben lang machen wollte, aber nicht konnte, weil die verlorene Person dies – schuldlos, unwissentlich – verhinderte. Und dann gibt es noch den neutralen, ganz unspektakulären Fall, wo die Trauer über einen Verlust sich einfach auflöst: Der Verlust stellt sich als ein Nicht-Verlust heraus; ein Neubeginn ist gar nicht erforderlich. Unsere vorangehende Deutung der Ereignisse war einfach ein Irrtum. (ws)