

Christine Hartmann

Kraft des Erinnerns

Wir erinnern uns, und mit dem Erinnern unserer individuellen Geschichte und Geschichten vergewissern wir uns, wer wir sind und wie wir – durch die ganz persönliche Vergangenheit geprägt – so geworden sind, wie wir sind. Kraft der Erinnerns sichern wir unsere Identität stets auf neue, mit unseren Erinnerungen positionieren wir uns in der Gegenwart.

Gleichzeitig bewirkt die Kraft des Erinnerns, dass wir in die Vergangenheit eintauchen und sie wieder und wieder erzählend um- und neu schreiben und somit verändern.

Die Vergangenheit im Licht der Gegenwart

Erinnern findet in der Gegenwart statt, im Jetzt. Aus dem Heute heraus werden vergangene Lebensmomente und Lebensfasen erinnert, die – mitunter sehr lose und kaum erkennbar - mit den damaligen kulturellen, sozialen oder politischen Gegebenheiten verbunden sind. Doch auch die Zeitgeschichte wird erinnert. Obwohl Daten, Ereignisse, Personen hinsichtlich der Fakten überprüfbar sind, ist die individuelle Erinnerung daran unvollständig und gefärbt durch mehrere Gefühlsschichten, nämlich der Gefühle, die im Jetzt beim Erinnern im Licht der Gegenwart vorhanden sind, und zudem die erinnerten Emotionen, die dem Erlebnis in der Vergangenheit zugeschrieben werden, und von denen wir nicht wissen, ob sie nicht schon mehrmals durch neuerliches Erinnern des Erinnerten weitergeschrieben wurden. Das Gedächtnis ist unzuverlässig, unberechenbar und kreativ, und vieles, woran sich ein (alter) Mensch zu erinnern glaubt, sind bereits die Erinnerungen der Erinnerung.

Diese Veränderung oder auch Weiterentwicklung der erinnerten Erlebnisse und Gefühle macht Sinn, lässt Sinn entstehen, sie ermöglicht die Integration des Erlebten und Erfahrenen. Das Gedächtnis arbeitet sich langsam an positive Gefühle und Erinnerungen heran, damit die individuelle Identität gewahrt bleibt und schreibt negative Erinnerungen, die Gefühle von Angst, Scham oder auch Schuld auslösen beharrlich und langsam, Stück für Stück, neu, sodass sie bewältigt werden können.

Erinnerung an die Klippen des Lebens

Der Fundus, aus dem Erinnerung auswählt, ist je nach Gegenwartsblick ein anderer. Die Erinnerung und damit der Blick auf Vergangenes und die damit zusammenhängenden erinnerten Gefühle lässt den Menschen reifen. Das Gedächtnis führt uns mit freundlicher Beharrlichkeit stets in die Erinnerungsräume hinein, die noch nicht bewältigt sind, an die Klippen unseres gelebten Lebens, die

uns in der Erinnerung noch stolpern lassen, an die Stellen unserer Biographie, für die wir noch keine erlösenden Antworten haben.

Für einen möglichen Umgang mit diesen erinnerten Lebensklippen zeigt Rainer Maria Rilke eine Wegführung auf:

[...] Man muss Geduld haben / gegen das Ungelöste im Herzen / und versuchen/ die Fragen selber lieb zu haben / wie verschlossene Stuben / und wie Bücher die in einer sehr fremden Sprache / geschrieben sind [.....] Wenn man die Fragen lebt / lebt man vielleicht allmählich / ohne es zu merken / eines fremden Tages / in die Antworten hinein.

Das Gedächtnis ist ein Steuerungsgerät in der Zeit. Wenn wir uns erinnern, sind wir gleichzeitig in der Gegenwart und in einer erinnerten Vergangenheit, die individuelle und subjektiv gefärbte Lebensereignisse erneut freigibt, mit all den Gefühlen, die mit diesen erinnerten Erlebnissen verbunden sind. Erinnern gestaltet die Möglichkeiten, stets aufs Neue die bedeutsamen Lebensfragen zu stellen: Wer bin ich, was ist mir widerfahren, was habe ich getan oder unterlassen.

Erinnernd werden mit diesen Fragen verbundene Gefühle von Bedauern, Schuld oder Scham integriert, sie wachsen in andere, neue Gefühle und Interpretationen hinein..

Erinnern heißt erzählen.

Erinnern und Sprechen gehören zusammen. Menschen erinnern sich, indem sie erzählen, und sie erzählen um sich zu erinnern. Speziell die vergangenen Erlebnisse, die sich den Antworten und der Integration noch verschließen, werden immer wieder erzählt, alle Verletzungen, Kränkungen, Schrecknisse der Vergangenheit werden immer wieder in Geschichten gegossen. Nicht immer, aber doch häufig verändern sich diese Geschichten durch die stetige Wiederholung, insbesondere dann, wenn die Erzählungen Aufmerksamkeit durch Zuhörende erfahren, das Gesagte aufgegriffen und bestätigend wiederholt wird oder die Geschichte durch achtsame Fragen im Fluss gehalten wird.

Erzählen ist auf Zuhörer und Zuhörerinnen ausgerichtet.

Das Wissen der Zuhörenden um zeitgeschichtliche Abläufe, speziell in ihren regionalen, kleinräumlichen Auswirkungen und Prägungen unterstützt das Verständnis dafür, wie die individuellen Lebensläufe in der jeweiligen Zeit eingebettet sind ebenso wie für die Bedingtheit des Erlebten. Weit wichtiger als dieses Wissen um die Zeitgeschichte ist jedoch Zuhören in interessierter Zugewandtheit zum erzählenden Menschen und in der nötigen respektvollen Distanz zu den Inhalten des Erzählten, als personifizierte Orientierung in der Gegenwart und als Hinweis auf die Gegenwärtigkeit erinnerten Gefühle.