

# Wir sind Scheherazade



Aladin und die Wunderlampe – Ali Baba und die vierzig Räuber – wer kennt sie nicht: die **wundersamen Geschichten** der schönen Scheherazade.

Weniger bekannt ist dagegen die **kunstvolle Rahmenerzählung**, von der die Märchen eingeschlossen werden. Diese erklärt uns die Situation der Scheherazade.

**Zwei Königsbrüder** erleiden zunächst ein **gleiches Schicksal**: Sie herrschen über benachbarte Reiche. Beide wachen eifersüchtig über ihre jeweiligen Lieblingsfrauen. Und beide werden von ihren Lieblingsfrauen betrogen – jeweils mit einem großen, schönen Negerklaven. Die gehörnten Königsbrüder schlagen den jeweiligen Betrügerpaaren die Köpfe ab – und fallen anschließend beide in tiefe Depressionen. Im Laufe einer gemeinsamen Reise erleben sie das erste Märchen des Zyklus (auch eine Geschichte von Betrug und Rache). Später wird Scheherazade diese Geschichte ein wenig abgewandelt noch einmal erzählen. Dieses Märchen veranlasst die Königsbrüder, nicht – wie beabsichtigt – abzudanken, sondern als Könige in ihre Reiche zurückzukehren.

**Soweit die Parallelen. Nun beginnen die Unterschiede.**

Der erste König verharrt in einer selbstmörderisch **nach innen gekehrten Depression**. Anders sein Bruder: Er fällt in eine mörderisch **nach außen gewendete Depression** und beschließt, sein Leben fortan so einzurichten, daß er nie mehr betrogen werden kann. Jede Nacht muß ihm eine Jungfrau zugeführt werden, die am nächsten Morgen enthauptet wird. Nach drei Jahren ist der Jungfrauen-Vorrat seines Reiches erschöpft – bis auf eine einzige, die wunderschöne, tugendreiche, gelehrte und weise Scheherazade, die Tochter des Großwesirs. Der Vater versucht verzweifelt, seiner Tochter das grausige Schicksal zu ersparen. Aber sie besteht darauf, entweder den König von seinem mörderischen Wahn zu heilen oder das nämliche Schicksal wie all ihre Schwestern in allen Details zu teilen.

Natürlich hat Scheherazade einen **Plan für die Heilung** des Königs. Sie opfert ihm ihre Jungfernschaft, wobei der König bereits „Gefallen an ihr findet“. Danach bittet sie um die Erlaubnis, ihrer kleinen Schwester wie jeden Abend eine Gute-Nacht-Geschichte erzählen zu dürfen.



# Wir sind Scheherazade



Der König erfüllt ihr diesen letzten Wunsch und bleibt selbst anwesend, während Scheherazade die erste Geschichte erzählt. Scheherazade aber **unterbricht** ihre Gute-Nacht-Geschichte jedes Mal so geschickt, daß der König sich um die Fortsetzung des jeweiligen Märchens betrügen und die Erzählerin einen weiteren Tag leben läßt.

Am Ende der Rahmenerzählung hat der König durch die „**Erzähl-Therapie**“ – die sich schließlich über drei Jahre hinzieht – etwas sehr Wichtiges über sich selbst gelernt. Darauf komme ich später zurück. Nur soviel: Am Schluß erfahren wir, daß der König und Scheherazade sich in den 1001 Nächten ineinander verliebt haben und ihnen drei Söhne geboren worden sind. Sie gestehen einander ihre Liebe, heiraten – „und wenn sie nicht gestorben sind, so leben sie noch heute glücklich und zufrieden.“

## **Was hat diese schöne und kluge Scheherazade nun mit uns zu tun?**

Im Grunde sind wir alle Scheherazades – jüngere oder ältere. Früher oder später entdecken wir alle, daß unsere Lebenszeit eine **kurze Episode** ist, begrenzt durch Geburt und Tod.

Diese Erkenntnis unserer Endlichkeit kann uns jederzeit überfallen – typischerweise ist sie ein Phänomen der Lebensmitte. Das Bewusstsein des Endes kommt durch das ganze Leben in unterschiedlicher Weise zum Ausdruck – in der Lebensmitte jedoch wird die Vergänglichkeit unerbittlich spürbar. Die Möglichkeiten werden überschaut; dadurch verschwindet der Charakter des Unendlichen, des Immer-weiter-Gehenden, der Erwartung. Die Erwartung aber streckt die Zeit. Angesichts des Endes wird die Zeit knapp. **Die knappste aller knappen Ressourcen ist unsere Lebenszeit.**

Wenden wir uns an dieser Stelle wieder der schönen Scheherazade zu.

Ihr Umgang mit der knappen Lebenszeit kann uns manches lehren: Scheherazade reflektiert nicht über die Kürze des Lebens – sie erzählt das Leben.



# Wir sind Scheherazade



Sie erzählt in vorbildlicher Manier und auf vierfache Weise:

1. **unterhaltend**
2. **deutend**
3. **gestaltend**
4. **hoffend**

Von Scheherazade können wir eine lebendige Form der Endlichkeitsbewältigung lernen. Schauen wir uns die vier Elemente ihrer Erzähl-Therapie im Wettlauf mit der Zeit an.

## 1. Scheherazade unterhält

Wer die Märchen aus 1001 Nacht liest, staunt über die **poetische Fabulierkunst**. Die Farbenpracht des Orients leuchtet auf, das geschäftige Treiben der Basare wird spürbar, der betörende Duft von Gewürzen und exotischen Pflanzen steigt in die Nase. In der unzensurierten Originalfassung verblüfft zudem die freizügige, deftige Sinnlichkeit. Scheherazades Phantasie scheint unerschöpflich. So nimmt es nicht wunder, daß sie den König mit ihren Märchen verzaubert. Erstaunlich ist diese **Erzählkunst angesichts des drohenden Todes**. Nur zu verständlich wäre es, wenn bei einer Todgeweihten Vorstellungskraft und Ideenreichtum versiegen würden. Wenn das Denken durch Verzweiflung gelähmt oder von Fluchtgedanken besetzt wäre. Nicht so bei Scheherazade: Gelassen schöpft sie aus ihrer Seele immer neue Bilder und Geschichten, die den Leser wie den König faszinieren, amüsieren, bei der Stange halten.





## 2. Scheherazade deutet

Scheherazade läßt es in ihren Märchen nicht bei bloßer Unterhaltung bewenden. Zunächst zeigt sie dem König durch das erste Märchen, **daß die richtige Geschichte zur rechten Zeit am rechten Ort lebensrettend sein kann**. Sie gibt dem König zweierlei zu verstehen: Daß ihm selbst sein wirkliches Leben durch eine passende Geschichte wiedergegeben werden kann. (Das wahnsinnige Leben, das er seit dem entdeckten Betrug führt, kann ja nicht als wirkliches Leben bezeichnet werden.) Und zweitens: Daß eine gute Geschichte auch Scheherazades Leben retten kann.

Etwa zur Mitte ihrer Erzähl-Zeit variiert Scheherazade geschickt das eingangs erwähnte Märchen aus der Rahmenhandlung (das die beiden Königsbrüder veranlaßt hatte, zum Leben und in ihre Reiche zurückzukehren). **Sie ersetzt das Motiv der rasenden Rache durch die Haltung einer humorvollen Gelassenheit.**

So kann der zuhörende König – wie in einem Spiegel – sich selbst entdecken und die anderen besser verstehen lernen. Er selbst erkennt, daß das, was ihm zugestoßen ist, ein weit verbreitetes Schicksal ist. Und daß es manchmal besser ist, nicht zuviel zu wissen ;-). Am wichtigsten aber ist die Erkenntnis, **welchen Anteil er selbst am Ausgang der Geschichte hat**: Daß nämlich sein eigener tiefer Zweifel an der Treue seiner Lieblingsfrau letzten Endes das Unglück herbeigeführt hatte. Dieser Zweifel aber ist nichts anderes als der Zweifel an sich selbst, die Frage, **ob er wirklich liebenswert sei**. Wenn dieser eigene innere Zweifel behoben werden könnte, würde er endlich geheilt sein.

Was in 1001 Nacht dargestellt wird, ist also eine Heilung durch Einsicht – in das eigene psychische Verhalten; eine Heilung durch das Gewinnen eines richtigen Verständnisses der Motive der anderen und der eigenen. Letzten Endes eine Heilung durch Deutung, die schließlich zu einer Heilung durch Liebe führt.





## 3. Scheherazade gestaltet

Aus dem deutenden Erzählen ergibt sich ganz natürlich sein **gestaltender Charakter**. Ordnet man Scheherazades deutende Funktion der Vergangenheit des Königs zu, so zielt ihre gestaltende auf dessen **Gegenwart und Zukunft**. Zum einen bestimmt die Erzählzeit sehr konkret das Leben des Königs: Der Abend gehört Scheherazade und ihren Märchen. Durch die geschickte Methode der Unterbrechung im spannendsten Moment werden aus der einen Nacht des Aufschubs schließlich 1001 Nächte, in denen sich Scheherazade und der König nahe kommen (sehr nahe, wie die drei Söhne am Schluß bezeugen!)

Doch auch in einem weniger handgreiflichen Sinne wirkt Scheherazades Erzählkunst gestaltend. **Sie formt das Denken und Handeln des Königs** um. Unmerklich, aber konsequent infizieren die Geschichten den König mit ihrer Botschaft, verändern ihn. Am Schluß der Rahmenhandlung lebt er den Gehalt von Scheherazades Erzählungen mit ihr aus. Welch erstaunliche Wandlung vom mörderischen Despoten zum liebenden Mann und Vater. Und welche wunderbare Wandlung in Scheherazades Schicksal.

## 4. Scheherazade hofft

Das Leben erzählen – das kann Scheherazade nur als Hoffende – trotz der kurzen Zeit. Sie vertraut auf eine Kraft, die auch angesichts des bevorstehenden Endes trägt. Bei oberflächlicher Betrachtung scheint es ihr Glaube an die eigene Klugheit, ihr Vertrauen in die List zu sein. Schließlich erreicht sie damit den Aufschub der Hinrichtung von Nacht zu Nacht. Doch im tiefsten gründet Scheherazades Hoffnung auf dem **Glauben an einen unbedingten Sinn ihres Tuns**.

Dieser ist letztlich unabhängig von knappen Fristen und begrenzter Zeit. Denn das menschliche Sein ist unter allen Umständen ein hoffendes Sein – auf den Sinn hin – mag es ihn auch noch so wenig kennen. Ob er es will oder nicht, ob er es wahrhaben will oder nicht – **der Mensch hofft, solange er atmet**.



# Wir sind Scheherazade



Das ist die zentrale Botschaft von Scheherazades Gute-Nacht-Geschichten im Angesicht des Todes.

Nun möchte ich Sie zu einem Experiment anregen: Wie wäre es, wenn wir hin und wieder zu einer **Scheherazade des eigenen Lebens** würden?

Aus der Biographiearbeit ist bekannt, daß unsere sogenannten Erinnerungen im Grunde Erzählungen, Narrative, mitunter sogar „Märchen“ sind. **Was** wir erzählen, **wie** wir unser Leben erzählen – das alles hat mit unserer **Welt-Anschauung** zu tun. Diese Welt-Anschauung ist in der Regel geprägt durch unsere **Vergangenheit**, unsere bisherigen **Erfahrungen**, zum Teil auch durch unser **momentanes Befinden**. Gleichzeitig bestimmt diese Welt-Anschauung unser gegenwärtiges Verhalten. Dadurch nimmt sie auch **Einfluß auf die Zukunft**.

Unser Leben ist also nicht vollständig und nicht unveränderlich im Gehirn archiviert. Diese Beobachtung hat durchaus ihre guten Seiten. So ist unser Gedächtnis dadurch in der Lage, unangenehme Erinnerungen positiv zu „**überschreiben**“. Das hat nichts mit „Zurechtbiegen“ oder „Sich-Einreden“ zu tun, sondern stellt im Grunde ein normales gesundheitsförderndes Phänomen dar. Die weniger schönen Erinnerungen verblassen – die goldenen Momente bleiben bewahrt: „Erinnerst Du Dich noch ...?“

Dieses Phänomen können wir zu einer **Erzähl-Therapie à la Scheherazade** nutzen:

## 1. Lauschen Sie einer Ihrer Erinnerungen wie einem Märchen aus 1001 Nacht.

Lassen Sie sich durch das Unterhaltsame fesseln. Deuten Sie die Motive der anderen und auch Ihre eigenen wohlwollend und verständnisvoll. Verfolgen Sie die prägende Kraft Ihrer wertschätzenden Deutung bis in die Gegenwart. Und entdecken Sie eine Hoffnung für die Zukunft in ihr.



# Wir sind Scheherazade



## 2. Experimentieren Sie mit den Elementen Ihrer Geschichten:

- Variieren Sie den **Unterhaltungswert**: Machen Sie aus einer lustigen eine melancholische, aus einer bedrückenden eine zum Reifen anregende, aus einer verwirrenden eine befreiende Erzählung ...
- Indem Sie beispielsweise die **Motive** der anderen und Ihre eigenen Motive verändern. Eine interessante Möglichkeit besteht darin, **versuchsweise den anderen die eigenen Motive zu unterstellen und umgekehrt: sich selbst die Motive der anderen.**
- Spüren Sie nach, wie sich Ihre Welt-Anschauung unter den veränderten Bedingungen wandelt und eine **neue Geschichte** entsteht.
- Schöpfen Sie aus Ihrem Lebens-Märchen eine neue, andere **Kraft für Gegenwart und Zukunft.**

Werden Sie mit Ihren Geschichten – im Angesicht der Endlichkeit – zur **Scheherazade Ihres Lebens.**

