

«Lieber nicht ... Oder doch?»

«Es ist ein schwieriges Thema... soll ich es trotzdem lesen?»

«Es ist wirklich wichtig, dass die Geschichte gehört wird.»

«Ich mag solche schweren Themen nicht.»

«Nach dem Lesen ist für mich klar geworden: 'unlebbbar' ist ein Lese-Muss mit Lerneffekt.»

## Nach dem Erscheinen von «unlebbbar»

---

Nach dem Erscheinen von «unlebbbar» setzte ich mich intensiv mit den Reaktionen auf den Roman und das Thema auseinander. Ich stellte mir immer wieder neue Fragen.

Wie können wir erahnen, dass der Nachbar an Panikattacken leidet und deshalb kaum ein Wort mit mir spricht? Dass die Arbeitskollegin vom Bruder als Kind ständig geschlagen worden ist und darum den Augenkontakt mit mir meidet? Dass die Kassierin von ihrer Diagnose Krebs weiss und mich deshalb traurig anschaut? Dass die schnippische Servicefachangestellte eben erst erfahren hat, dass ihr Sohn von ihrem ersten Ehemann regelmässig missbraucht worden ist und mich verzweifelt anschnauzt?

Ich frage mich immer wieder: Bleiben wir in der Hektik des Alltags und der allgemeinen Entwicklungen in der Welt noch genug sensibilisiert auf Dinge, die vielleicht hinter dem Sichtbaren verborgen sind? Achten wir auf unsere eigene Verhaltensweisen? Hinterfragen wir sie? Suchen wir nach Ursachen dafür? Inwiefern sind wir mitverantwortlich für das, was sich in der Welt ereignet oder immer gleich bleibt? Können wir Einfluss nehmen auf die Entwicklungen in der Gesellschaft? Oder auf einzelne Themen wie zum Beispiel, dass Kinderpornografie zunimmt? Was können wir tun, damit Gewalt an Menschen irgendwann aufhört? Oder ist es in Anbetracht der aktuellen Weltlage und dem Naturell vieler Menschen erst recht illusorisch? Ist Ignorieren und Schweigen leichter und besser? Weniger schmerzhaft und unangenehm?

### Vergessene Schmerzen wachrütteln?

Stillschweigen, Wegschauen, Angstzustände, Panikattacken, Missbrauch, psychischen Belastungsstörungen ausweichen, die Last eines schlechten Gewissens, die abschreckende Vorstellung von einem «unlebbaren» Leben: Erst nach Erscheinen von «unlebbbar» habe ich realisiert, *wie* gross der Widerstand von Menschen zu «negativen», «schweren» und «schwierigen» Themen ist und *wie* stark je nach eigener Vergangenheit oder Lebenssituation der Roman nach dem Lesen nachwirken kann. Und auch, dass der innere Schmerz über eigene Leiden wohl viel grösser sein muss als ich mir vorzustellen wagte. Und, dass es sein könnte, dass «unlebbbar» mehr von vielleicht vergessenen eigenen Geschichten wachrüttelt und berührt als angenehm ist.

Fälschlicherweise dachte ich, dass viel mehr Menschen das Interesse und das Wollen mit mir teilen, darüber sprechen zu wollen, hinzuschauen, diese Themen in Gesprächen oder Berichten aufzugreifen. Und zum Beispiel «unlebbbar» dafür zu nutzen, um offen über Gewalt und Missbrauch und vor allem über die lebenslangen Folgen davon zu reden oder zu schreiben. Dass der Roman sogar für Sensibilisierungs- und Benefiz-Lesungen von Institutionen, Psychiaterinnen oder Therapeuten eine Gelegenheit wäre.

### Lobende Rückmeldungen aus Fachkreisen

Die Rückmeldungen zum Roman sind zwar durchwegs lobend. Er sei genial umgesetzt, verständlicher als die oft die unlesbare Fachliteratur. Er versetze einen beim Lesen unglaublich wahrhaftig in die emotionalen

und psychischen Zustände dieser Menschen. Auch wird die Dramaturgie als erfreulich und lobend bezeichnet. Zahlreiche Leserinnen, Therapeuten und Psychiaterinnen gratulieren mir zu meinem Mut und betonen, wie *wichtig* es sei, «darüber» zu schreiben und zu sprechen. Aber: Trotzdem hat mich der spürbare Reflex zum Wegschauen dazu veranlasst, mich nochmals und nun insbesondere auch nach dem Erscheinen des Romans mit der «zwar schon, aber»-Haltung auseinanderzusetzen.

Mein Fazit aus den Reaktionen und meinen Überlegungen:

***Das Thema in «unlebbbar» ist unbestritten wichtig, hochaktuell und täglich in den Medien, jedoch «unbequem». Beim Lesen erleben Lesende mit, wie sich ein Leben mit Panikattacken und eines mit einem schier lebenslangen schlechten Gewissen anfühlt.***

*Das Buch wühlt auf und regt an. Zum Nachdenken, zum Überdenken. Zum Reflektieren, zum Mitfühlen und sich Einfühlen. UND: «unlebbbar» ...*

... grübelt in eigene Wunden.

... erinnert an die Angst.

... appelliert an unser Gewissen, dass wir etwas ändern möchten und sollten – es jedoch (zu) selten tun und das wiederum hinterlässt ein schlechtes Gewissen.

***Der Roman lässt uns ohnmächtig fühlen und macht bewusst, dass wir alle selbst und als Gesellschaft (zu) oft wegschauen und weghören. Oder vielleicht auch, dass wir ...***

... oft auf Distanz gehen, wenn uns andere von schamhaften Geheimnissen, von bitteren Erlebnissen oder von ihrem Leiden erzählen möchten.

... uns lieber vor Unangenehmem schützen und genug mit uns selbst zu tun haben.

... weil es grundsätzlich einfacher ist, eine Unterhaltungssendung zu schauen, ein Konzert zu geniessen und zu tanzen oder einen humorvollen und zugleich spannenden Krimi zu lesen.

***«unlebbbar» ist kein «bequemes» Buch, denn es ...***

... handelt von menschlichen Abgründen und Tiefen, die wir naturgemäss und oft reflexartig ablehnen.

... ruft wach, dass «es» viel zu oft geschieht.

... erinnert daran, dass Gewalt an Menschen jeglichen Geschlechts und Alters geschieht, obwohl es sozial, ethisch und gesellschaftspolitisch verwerflich ist – und es gerade deshalb wichtig wäre, hinzuhören, zu sensibilisieren und dagegen anzugehen.

***Aber: «unlebbbar» ist vor allem auch eine Gelegenheit, um...***

... einmal in den Mokassins einer Frau zu gehen und im inszenierten Kammerstück über drei Stunden auszuhalten, wie es ist, an Panikattacken und an Angstzuständen zu leiden.

... mit einem Mann mitzufühlen, der ein Doppelleben führt und vor fünf Jahrzehnten bei einem Tötungsdelikt dabei gewesen ist und seither darüber geschwiegen hat. Der deshalb mit Todesängsten konfrontiert ist und sich trotz des Redeverbots in der Szene jetzt durch das Brechen des Schweigens zu erleichtern hofft.

... weder die heroische Gönner:innen- noch die distanzierte Expert:innen-Rolle wahrzunehmen, sondern für kurze Zeit die «Seite» zu wechseln und mitzuerleben, wie es ist, selbst «betroffen» zu sein.

... bei der Sensibilisierungsarbeit von Institutionen, Psychologiestudien, Schulen etc. mit einer Lesung und einem Gespräch das Buch als Instrument zu nutzen, um über das Thema öffentlich zu sprechen.

... in Artikeln und Sendungen das Thema aufzunehmen und zu sensibilisieren.

... den Blickwinkel auf das Thema zu überdenken – auch wenn es lediglich für eine kurze Zeit wäre – und nach dem Lesen im Alltag dem Thema anders begegnet und die Stimme hebt statt wegschaut, zuhört statt weghört und letztlich dazu beiträgt, dass sich Gewalt an Menschen in der Gesellschaft und in jeglicher Form reduziert.

**Einige Rückmeldungen auf «unlebbbar» (aus den Medien und von Lesenden) sind auf meiner Website hochgeladen.**