

Martin Teising

Wie leben wir mit dem Wissen, dass wir sterben werden?

Leicht gekürzte Version eines Vortrages in der Reihe „Psychoanalyse unterwegs“ im Museum für Sepulkralkultur Kassel am 13. Februar 2020

Wir wissen, dass wir alle sterben werden. Eigentlich müsste man ja genauer sagen, dass wir gestorben werden, aber so genau nimmt es die deutsche Sprache nicht, ein erstes Symptom der Abwehr gegen die Anerkennung der Endlichkeit, die uns alle begrenzt und Bazon Brock zu der Forderung veranlasst: „Der Tod muß abgeschafft werden, diese verdammte Schweinerei muß aufhören. Wer ein Wort des Trostes spricht, ist ein Verräter.“ (Brock 2017, 311)

Freud schrieb während der Zeit des ersten Weltkrieges: „Wir haben eine unverkennbare Tendenz, den Tod beiseite zu schieben, ihn aus dem Leben zu eliminieren“ (Freud, S.341) und fährt fort: „Im Grunde glaubt niemand an seinen eigenen Tod oder, was dasselbe ist: Im Unbewussten sei (ist) jeder von uns von seiner Unsterblichkeit überzeugt“ (Freud, S.341).

Der Spiegel kündigte bereits im April 2017 die Erfüllung von Brocks Forderung, also die Abschaffung des Todes, an. „Ewiges Leben demnächst für alle! Wie der Mensch den Tod besiegen will.“ Allerdings wird unten links gewarnt: „Gefährlich Extrem!“. Und im November 2019 hieß es: „Sterben? Ohne mich! Wie das gehen soll, berichtet Die Frankfurter Allgemeine Zeitung. Ein amerikanisches Unternehmen verkauft älteren Menschen das Blut Jüngerer. Dieses Geschäft beruht auf der Beobachtung, dass die Implantation von Blutgefäßen jüngerer Mäuse das Leben älterer Tiere verlängert, und auf der Hoffnung, dass das Experiment von Mäusen auf Menschen übertragbar ist. Weitere bekannte Projekte, mit deren Hilfe die Unverfügbarkeit (um den Titel des letzten Buches von Hartmut Rosa aufzugreifen) des Alterns und der Sterblichkeit überwunden werden sollen, sind zum Beispiel: Das Einfrieren des Körpers, Anti-Agingpillen und –Rezepte, Schönheitsoperationen, Gentechnologische Eingriffe, pharmakologische Empfehlungen zur Verhinderung des Alterns wie die Einnahme von Nicotinamid oder Metformin.

Interessierte Pharmakonzerne haben erreicht, dass in dem ab 2022 gültigen ICD 11 „Hohes Alter“ als Diagnose erscheint. Nur unter dieser Voraussetzung besteht die Chance, dass Kosten für Anti-Aging-Präparate, von Krankenkassen übernommen werden. In ihrer ausgezeichneten Dissertation „Das Leiden an der verrinnenden Zeit“ zeigt die Philosophin Claudia Bozzaro, dass es der Anti-Ageing Medizin genau genommen aber nicht um die Abschaffung der Sterblichkeit, sondern die Abschaffung der Endlichkeitserfahrung geht. Die Zeichen des Alterns sollen nicht mehr wahrgenommen werden müssen.

In dem Roman „Eine Zeit ohne Tod“ des Literaturnobelpreisträgers José Saramago aus dem Jahr 2005 wird in einem fiktiven Staat nicht mehr gestorben, was allerdings nach einem Jahr rückgängig gemacht werden muß, angesichts des unlösbaren Problems, was mit den vielen Alten, die immer schwächer werden, geschehen soll, wenn sie nicht mehr sterben.

Kritische Stimmen fragen, ob wir denn in z.B. weiteren 100 Jahren das Leben wirklich besser gestalten könnten, als in jetzt 80 Jahren? „Wäre es nicht der größte denkbare Horror, wenn wir ewig leben könnten? Sind das Altern und der Tod nicht die Voraussetzung für die Schönheit der Welt? Für die Empfindung des Glücks?“ fragt der Schreiber eines Leserbriefes in der ZEIT (20. April 2017).

George Bernhard Shaw empfahl: „Don´t try to live forever, you will not succeed“.

Mich beschäftigt die Frage, wie wir mit dem Wissen zu sterben leben, hoffen und altern können, ohne zu verzweifeln. Ich möchte einige psychische Funktionsweisen beschreiben, mit denen diese Aufgabe ohne Fatalismus bewältigt wird. Es gibt sicher viele weitere Möglichkeiten. Ich greife auf die Erfahrungen mit meinen Patienten zurück.

1. Die Zeitlosigkeit des dynamischen Unbewussten und die Nachträglichkeit

Die Zeitlosigkeit wurde von der Psychoanalyse ebenso beschrieben, wie die Nachträglichkeit.

„Im Es findet sich nichts, was der Zeitvorstellung entspricht, keine Anerkennung eines zeitlichen Ablaufs..., keine Veränderung des seelischen Vorgangs durch den

Zeitablauf. Wunschregungen, die das Es nie überschritten haben, aber auch Eindrücke, die durch Verdrängung ins Es versenkt worden sind, sind virtuell unsterblich, verhalten sich nach Dezennien, als ob sie neu vorgefallen wären.“ (Freud 1933, 79) do wie wir es aus Träumen kennen. Die Zeitlosigkeit des dynamischen Unbewußten unterliegt nicht der Realitätsprüfung des sekundärprozeßhaften Denkens, das mit der Entwicklung mentaler Funktionen organisiert wird, und das die Anerkennung chronologischer Realität fordert. Unserem Bewußtsein ist bekannt, dass Zeit verrinnt, konstant abläuft aber ewig währt und unvergänglich ist. Durch ihre Unvergänglichkeit konfrontiert sie uns mit der eigenen Vergänglichkeit. Die Zeit überlebt uns, ihr Ablauf kann von Menschen bisher nicht beeinflusst werden.

Dieses lineare chronologisch-dreigliedrige Zeitempfinden mit unseren Vorstellungen von Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft, entsteht aus Rhythmen und Wechseln, die das Kind mit seinen Bezugspersonen erfährt, sowie den damit verknüpften Erregungen und Entspannungen. Es wird moduliert von An- und Abwesenheit des hilfreichen Objektes und der Art seiner Aktionen. (Fischbein 2017)

Die lebenslange Gleichzeitigkeit unseres bewussten Zeiterlebens und unbewusster Zeitlosigkeit erlaubt eine permanente Umschreibung subjektiv erlebter Geschichte im Sinne der Nachträglichkeit. Die heutige Erinnerung eines Ereignisses ist keine originalgetreue Abbildung des damaligen Geschehens, wie etwa eine im Computer abgespeicherte Datei, sondern eine veränderte Neuauflage, beeinflusst von zwischenzeitlichen Ereignissen, Kognitionen und Emotionen. Die 104-jährige Jutta Maltusch sagte (19. Juli 2017 ZEIT) „Ich kann mich zum Beispiel genau an eine Theatervorstellung erinnern über das Schwarzwaldmädel. Ich könnte erzählen, wie schön die Kulissen waren. Da bin ich aber nie gewesen. Das ist mir wahrscheinlich als Kind so genau geschildert worden, als hätte ich es gesehen.“

Die innere Bühne wird bespielt von kristallisierten Re-präsentanzen erlebter Beziehungen und Erzählungen. Sie bestimmen die Dynamik unseres Innenlebens, und tragen wesentlich zur Gestaltung aktueller Beziehungen bei, - und zwar von Beziehungen zu bedeutenden Anderen, zur dinglichen und gesellschaftlichen Umwelt, wie auch zum eigenen Körper. Diese Partner konfrontieren mit Trennung, Verlust, Verfall, Vergänglichkeit und Endlichkeit.

Schon dem Kind wird unvermeidlich bewußt, dass die Mutter, die metaphorisch verstanden, für die natürliche und gesellschaftliche Umwelt steht, für das erste „Außen“, von der die Existenz des Kindes abhängt, nicht immer und uneingeschränkt zur Verfügung steht. Ihr gelegentliches Verschwinden nährt die Ahnung, dass sie sich eines Tages endgültig verabschieden wird.

Psychische Entwicklung beruht sowohl auf dem Vertrauen, das die Mutter wiederkehrt, als auch auf unvermeidbarem Frustrationserleben und auf Trennungen, aus denen sich neue Freiheiten ergeben. Die Bindungstheorie zeigt, dass die beste Voraussetzung zur Exploration der Umwelt eine sichere Gebundenheit an wichtige Bezugspersonen ist, eine „Bindung an das Leben“, die die Illusion der Unsterblichkeit fördert.

2. Sichere Gebundenheit an wichtige Bezugspersonen fördert die Illusion der Unendlichkeit.

Sichere Bindungserfahrungen sind die Grundlage für ein stabiles Selbstvertrauen. Es entsteht durch die Identifikation mit den Erfahrungen mit zuverlässigen Personen. Dieses Selbstvertrauen hilft uns ganz wesentlich, die Realität der Sterblichkeit abzuwehren.

Trennungen können mit sicherer Bindung aktiv angestrebt werden und fördern die Entwicklung. Eine erzwungene passiv erlittene Trennung hingegen wird als schmerzhafter Verlust erlebt, der zu betrauern ist. Gelingt das nicht, entsteht eine Depression.

In seiner Arbeit „Über Vergänglichkeit“ weist Freud darauf hin, dass es erst die Vergänglichkeit ist, die dem Bestehenden Wert verleiht. »Wenn es eine Blume gibt, welche eine einzige Nacht blüht, so erscheint mir ihre Blüte darum nicht minder prächtig« (Freud 1915, S.358). Elias Canetti fragt »wie vielen wird es noch der Mühe wert sein zu leben, sobald man nicht mehr stirbt?« (2014, S.27). Ewiges Leben könnte wertlos sein. Das Denken an eigene Sterblichkeit und den Tod, wozu uns dieser Ort hier ja ganz besonders anregt, könnte also dazu dienen, die Begrenztheit und damit die Kostbarkeit der eigenen Lebenszeit zu erkennen und schätzen zu lernen.

Wenn niemand stürbe, gebe es keinen Raum für neue Menschen und deren Kreationen die Vielfalt käme zum Stillstand. Ohne Vergänglichkeit herrschte ewige Gegenwart. Die Zeitstruktur würde kollabieren, wie bei einer schweren Depression, bei der es keinen Zugang zur verinnerlichten Vergangenheit und keine Zukunftsaussichten gibt, sondern nur ewige Gegenwart.

Geschäftigkeit und Training gegen den körperlichen Verfall

Der moderne Mensch, so Max Scheler, ist durch seinen grenzenlosen Arbeits- und Erwerbstrieb gegen den Todesgedanken narkotisiert. „Der Sturz in den Strudel der Geschäfte um der Geschäftigkeit selbst willen...ist die neue fragwürdige Medizin, die dem modernen Menschentypus die klare und leuchtende Idee des Todes verdrängt und die Illusion eines endlosen Fortgangs des Lebens zur mittelbaren Grundhaltung seine Existenz werden lässt.“ (1979,31)

Fitness- und Trainingsprogramme, sowie viele Empfehlungen für ein gesundes Leben sind von dem Wunsch nach Unsterblichkeit beseelt.

Kürzlich wurde berichtet, dass ein 105-jähriger Mann 22 km mit dem Fahrrad in einer Stunde gefahren ist und damit einen Weltrekord aufgestellt hat.

Von seiner vermutlich sehr geringen Restlaufzeit verwendete er eine Stunde damit, möglichst viele Kilometer zurückzulegen und dabei für jeden Kilometer möglichst wenig seiner kostbaren Zeit zu verbrauchen. Diese Form der Rebellion gegen die Endlichkeit zeigt, welche Lebenskraft zu entfalten sie in der Lage ist.

Als mir beim Joggen die Zunge schon zum Halse raushing, begegneten mir zwei junge Männer, von denen einer zum anderen sagte: „Davon lebt der auch nicht länger“, was mich schwer frustrierte, weil mein Wunsch schonungslos entlarvt wurde. Es dauerte, bevor ich wieder begann, jetzt erst recht und mit dieser Erkenntnis, zu laufen.

Neue sportmedizinische Kenntnisse untermauern allerdings die These, dass sich körperliche Alterungsprozesse durch regelmäßiges Ausdauer- und Krafttraining wenigstens etwas verzögern lassen.

Wir kennen unerbittlich aufgezwungene, wie gewollte und befreiende Trennungen. Freud (1920) beschreibt diese beiden Qualitäten mit dem Fort-Da-Spiel. Er beobachtet seinen kleinen Enkel, der eine Garnrolle immer wieder fortwirft und an einer Schnur wieder zu sich heranzieht. Mit diesem Spiel verwandelt er passiv Erhaltenes, nämlich den Abschied von der Mutter, in aktives Wegwerfen. Zudem eröffnet er sich die Möglichkeit, das Verlorene selbst wieder heran holen zu können. Auf solche Weise können »die Kinder alles im Spiel wiederholen, was ihnen im Leben großen Eindruck gemacht hat«, und dabei die »Stärke des Eindrucks abreagieren und sich sozusagen zu Herren der

Situation machen« (Freud, 1920, S.13), gewissermaßen zu Herren über zuvor erlittene viele kleine Tode.

Die Erfahrung, verlorene Objekte wiederfinden zu können, stärkt die Illusion, dass der Tod nicht endgültig sei.

Diese Illusion setzt voraus, dass das Kind die Rückkehr der Mutter zuvor häufig erfahren hat und darauf zurückgreifen kann. Ohne diese Erfahrung löst ein Verlassenwerden katastrophale Todesängste aus, denn das Kind kann ja noch nicht wissen, dass die Mutter, von der sein Leben abhängt, zurückkehren wird. Existentiell bedrohliche Verlassenheitsängste kennen wir von Säuglingen und Kleinkindern, von traumatisierten und früh vernachlässigten Patienten, deren innere Sicherheit zerstört bzw. nicht ausreichend entwickelt wurde.

Aggressive, gegen ein Objekt gerichtete Fantasien, Rachevorstellungen und Hassgefühle lösen in einer instabilen Beziehung wegen der Vorstellung, das Objekt zerstört zu haben, ebensolche Ängste, Schuldgefühle, und Wiedergutmachtungswünsche aus. (vgl. Weiß 2017)

Die Mutter wird für das Kleinkind verlässlich, weil sie trotz mancher Attacke immer wieder zurückkehrt und das Kind dadurch die Erfahrung macht, sie nicht zerstört zu haben. Das Kind kann dann an eine Rückkehr glauben, Abschiede und Trennungen werden erträglich, ja sie prägen die psychische Entwicklung. Mit der Erfahrung und dem Glauben, die Rückkehr des Objektes bewirken zu können, wächst auch der Glaube, dass der Tod nicht endgültig sei als eine lebenswichtige Illusion. Ich komme darauf zurück.

Die Erfahrung des Abschieds und der Wunsch nach Wiedervereinigung, ohne Wiederholung des schmerzhaften Abschieds, sind ubiquitär, was in der Vorstellung vom Paradies zum Ausdruck kommt, in dem noch keine Sehnsucht und kein Begehren entsteht, weil es keine Trennungen gibt und Unterschiede nicht wahrgenommen werden. Wenn im Paradies Differenzen, zunächst die des Geschlechts, erkannt werden, entstehen Trennungen. Die Bewohner werden aus dem Paradies vertrieben und eigentlich erst dadurch zu Menschen. Dieser Mythos der Vertreibung steht für die

Notwendigkeit, anerkennen zu müssen, dass die getrennten Anderen, unwiederbringliche Verluste und nicht reparierbare Zerstörungen, Begrenztheit, die Geschlechtlichkeit, die Sterblichkeit und der Tod ebenso zum Menschsein gehören, wie die Sehnsucht nach deren Überwindung in einem paradiesischen Zustand. Das kommt kollektiv in den Religionen und in massenpsychologischen Phänomenen zum Ausdruck.

Die Hoffnung, im Jenseits Ruhe und Frieden zu finden

Seit der Aufklärung tragen religiöse Hoffnungen immer weniger. Heute scheint nicht mehr Gott Herr über unsere Zeit zu sein, sondern wir wollen, getrieben zur Selbstoptimierung, unsere Lebenszeit selbst bestimmen können und werden dafür auch verantwortlich gemacht. Der kategorische Imperativ lautet heute: „Lebe länger“ (Sloterdijk 1996) Auch das Sterben und der Tod sollen möglichst selbst und individuell gestaltet und inszeniert werden. Horst Eberhard Richter hat (1980) den Gotteskomplex beschrieben, mit dem Gott durch den Glauben an menschliche Machbarkeit ersetzt wird. Dennoch sagte z.B. Margarethe Mitscherlich anlässlich ihres 90. Geburtstages 2007: „Dieses Ende des Lebens beginnt immer lauter an Herz und Kopf zu pochen... mit dem Verstand weiß ich, dass es keinen lieben Gott gibt, aber ich spreche oft mit ihm, das habe ich seit der Kindheit getan. Das tut mir gut, und das erlaube ich mir.“ (Deutsches Ärzteblatt 2007, S. 2106).

Sie erkennt die eigene Sterblichkeit an und äußert zugleich den Wunsch, Zugang zu einem unsterblichen Objekt zu haben. „Illusionen“, beschreibt Freud, „empfehlen sich uns dadurch, dass sie Unlustgefühle ersparen und uns an ihrer statt Befriedigungen genießen lassen. Wir müssen es dann ohne Klage hinnehmen, dass sie irgend einmal mit einem Stücke der Wirklichkeit zusammenstoßen, an dem sie zerschellen“ (Freud 1915, S.330).

Julia Kristeva bezeichnet das „unglaubliche Bedürfnis zu glauben“ als „Narkotikum, das leben hilft“. (Kristeva, 2014 S. 7)

Die Fähigkeit zu glauben

Das Unbewußte verfügt über eine weitere Fähigkeit, auf das Wissen um den größten bevorstehenden Verlust, nämlich den des eigenen Lebens, zu reagieren. Einem Patienten, der den tödlichen Verkehrsunfall seiner Ehefrau miterleben musste, wurde in der Analyse klar, dass ihm das schreckliche Erlebnis bestätigt hatte, das Andere neben ihm sterben, er selbst dem Tod aber entgeht. Die Erfahrung des Todes nahestehender Menschen konfrontiert mit der eigenen Sterblichkeit, kann aber unbewusst zugleich die eigene Unsterblichkeit bestätigen.

Freud erinnert an die dem Ehemann zugeschriebene Äußerung: Wenn einer von uns beiden stirbt, übersiedle ich nach Paris. Solche zynischen Witze wären nicht möglich, wenn sie nicht eine verleugnete Wahrheit mitzuteilen hätten, zu der man sich nicht bekennen darf, wenn sie ernsthaft und unverhüllt ausgesprochen wird. Im Scherz darf man bekanntlich sogar die Wahrheit sagen. (Freud 1915, S.352-353) nämlich, dass wir uns die eigene Sterblichkeit, unseren endgültigen Abschied von der Welt, doch nicht richtig vorstellen können und nicht wirklich wahrhaben wollen.

Die projektive Lokalisierung der Endlichkeit im Anderen

Wir verfügen zudem über die wunderbare Fähigkeit, nicht präsente und auch vergangene Objekte, psychisch zu re-präsentieren, auch wenn sie nicht mehr präsent sind. Wir haben sie innerlich festgehalten, halten sie dort lebendig und können sie bei Bedarf aktivieren, indem wir uns an sie »erinnern«, eine wesentliche Grundlage, um leben zu können. Wir können erinnertes sogar selbst erschaffen, wie uns Frau Matusch gesagt hat.

Die Fähigkeit zu erinnern und zu vergessen

Neben vielen neugewonnenen Möglichkeiten und Freiheiten konfrontiert das hohe Alter unerbittlich damit, dass die Verschiebung der Wunscherfüllung in die Zukunft nicht mehr realistisch ist.

Verluste müssen mit zunehmendem Alter immer häufiger hingenommen werden. Verlorenes kann immer schwerer ersetzt werden. Illusionäre, die Realität verkennende Abwehrmechanismen, tragen immer weniger.

Das lange erfolgreich ausgeblendete Bewusstsein eigener Endlichkeit drängt im höheren Alter zunehmend ins Bewusstsein. Die bereits gelebte Zeit nimmt ständig zu, die noch zur Verfügung stehende Zeit hingegen ständig ab. Bei der derzeitigen statistischen Lebenserwartung in Deutschland heißt dies, dass Männer mit 44 Jahren und Frauen mit 46 Jahren bereits den größeren Teil ihrer Lebenszeit verbracht haben und der noch bevorstehende Teil geringer wird.

Mit zunehmendem Altern erfordert ganz besonders der Zustand des eigenen Körpers die Anerkennung von Abhängigkeit, von Ausgeschlossenheit, von Generationsgrenzen, von Verlust und Tod in manchmal bedrückender Weise.

Der Körper übt als „Organisator der Psyche“ (Heuft, 1994) im Alter unerbittlich Macht aus, der nicht ausgewichen werden kann. Er kann eine Abhängigkeit von pflegenden Beziehungen erzwingen, wie es sie sonst nur in der ersten Lebensphase gibt. Irreversible Veränderungen konfrontieren mit abnehmender Leistungsfähigkeit und letztlich dem eigenen Zerfall.

Ein 85-jähriger Patient formulierte: Es ist notwendig, im Alter einen zweiten Gehorsam zu entwickeln. Er meinte einen Gehorsam gegenüber dem Körper.

Das Selbst weigert sich allerdings lange und hartnäckig, körperliche Veränderungen zu integrieren. Ein 75-jähriger Patient träumt immer noch davon, in die Fußballnationalmannschaft berufen zu werden. Sein Unbewusstes gönnt ihm diesen großartigen Erfolg in unregelmäßigen Abständen. Ein anderer häufig angewandter Versuch, mit der Realität des alternden Körpers umzugehen, besteht in dem Versuch, das Erleben des Körpers abzuspalten. „Warum kann ich nicht meine Augen, meine Knie und mein Herz zum Doktor schicken und ruhig zu Hause bleiben, ohne Schmerzen zu haben und die verbleibende Lebenszeit genießen“, überlegt ein älterer Patient.

Ein auf der Basis von verlässlichen Beziehungserfahrungen ausreichend gut entwickeltes Selbstwertgefühl mit ausreichend guten internalisierten Objektrepräsentanzen ermöglicht die Abschiede des Alters ohne allzu starke

Verleugnung und ohne das Gefühl vernichtender Angst erleben und betauern zu können.

Aber auch das Gegenteil ist zutreffend: die Fähigkeit uns nicht zu erinnern und die Tatsache der eigenen Sterblichkeit immer wieder zu vergessen, ist Grundlage dafür, dass wir manchen Apfelbaum noch pflanzen und zum Weiterleben beitragen.

Stabile innere Objektrepräsentanzen

Die ausreichend guten inneren Repräsentanzen als Ergebnis befriedigender zwischenmenschlicher Beziehungen sind unsere Lebensgrundlage. Sie finden ihren kollektiven Ausdruck in religiösen Vorstellungen.

Anerkennung der Realität bedeutet Ent-täuschung und ist eine bedeutende Entwicklungsaufgabe, die sich im höheren Lebensalter drängend stellt.

Trauernde Ent-täuschung

wenn alte Menschen diese Trauerarbeit in ausreichendem Maße leisten können, können sich die Alten mit den Jüngeren, die ihre Zeit noch vor sich haben, mit ihrer größeren Leistungsfähigkeit und neuen Entwicklungen identifizieren und an ihren Erfolgen freuen, ohne sie sich selbst aneignen zu müssen, ein Versuch, der zum Scheitern verurteilt ist.

Leben mit den Verstorbenen, Identifizierung mit der Entwicklung Jüngerer und die Hoffnung auf ein Weiterleben in generativer Folge

„Im voranschreiten des Lebens“ schreibt Waldhoff, „erfahren wir die Anwesenheit der Abwesenden“ womit er die Verstorbenen meint, die in uns weiter existieren. Wie alle Beziehungen wandeln sich auch diese Beziehungen zu unseren Vorfahren im Laufe unseres Lebens und bedürfen stets neuer Gestaltung. Junge Eltern erleben durch die Erfahrung mit ihren Kindern ihre eigenen Eltern mit verändertem Blick. Die Beziehung zu den Eltern wird durch die Erfahrung mit eigenen Kinder neu bearbeitet, Kinder wirken also nicht nur in die Zukunft sondern auch in die Vergangenheit hinein.

Die Identifizierung mit den Nachkommen stärkt ebenfalls die Illusion, den Tod überwinden zu können. Mit den Jungen geht das Leben weiter, in ihnen lebt etwas von uns weiter. Diese Identifizierung wird erleichtert durch das Bewusstsein, dieser jüngeren Generation etwas geben zu können, was in ihnen auch nach dem eigenen Tode weiterlebt, wirksam ist und lebendig bleibt. Dieses „Etwas“ kann unterschiedlichster Natur sein, z.B. ethische, politische, ideelle oder materielle Werte oder auch spezifische Fähigkeiten, die in kommenden Generationen weiterleben und weiterentwickelt werden. Nicht selten bewundern Großeltern an ihren Enkeln Fähigkeiten, die sie ihrer Veranlagung und damit sich selbst zuschreiben, damit lässt es sich weiterleben. Bleiben Alternde hingegen ausschließlich auf ständig neue Anerkennung ihrer Person von außen angewiesen, können starke Neid- und Eifersuchtsgefühle auf die jüngere Generation mobilisiert werden, wie sie z.B. die Stiefmutter entwickelt, die Schneewittchens jugendliche Schönheit beneidet und mit tödlichem Hass verfolgt.

Grotjahn drückte als 86 jähriger Psychoanalytiker seinen Neid offen aus: »Ich kann den Gedanken nicht ertragen, dass meine Freunde morgen die Sonne genießen und mit Freude frühstücken werden und ich nicht dasselbe tun kann« (Grotjahn, 1994, S.122-123).

Der für die Psychoanalyse zentrale Ödipusmythos beginnt damit, dass Laios nicht ertragen kann, dass sein Sohn ihn eines Tages „erschlagen“ soll. Lange zuvor hatte er bereits Generationsgrenzen verletzt, indem er seine Schüler sexuell missbraucht hatte. Nach der Geburt seines Sohnes will er die eigene Vergänglichkeit nicht wahrhaben und setzt damit das Drama in Gang.

Nur kurz möchte ich noch auf die wichtige Funktion von Ritualen hinweisen

Rituale mindern den Schrecken der Endlichkeit, sie suggerieren eine das eigene Leben überdauernde und berechenbare Wiederkehr, eingebettet in eine soziale Gemeinschaft. Sie dienen der Ordnung des Lebens und des Todes. Der Weihnachtsabend zum Beispiel läuft jedes Mal mit der gleichen Tagesordnung ab und vermittelt uns den Eindruck, dies könne auch in vielen weiteren Jahren so sein.

Eine 92-jährige Patientin sagte am Ende ihrer vierjährigen Behandlung: „Vor der Analyse hatte ich Todesangst, die ich loswerden wollte. Jetzt weiß ich wirklich, dass ich sterben werde. Mir ist klar geworden, dass ich vorher gedacht hatte, dass ich nicht sterben werde, wenn ich Angst davor habe. Die Angst zu sterben ist jetzt überwunden.“

Literatur

Bozzaro, C. (2014) *Das Leiden an der verrinnenden Zeit*. Stuttgart-Bad Cannstatt: frommann-holzboog

Brock, B. (2017). *Theoreme. Er lebte, liebte und starb. Was hat er sich dabei gedacht?* Köln: Verlag der Buchhandlung Koenigs.

Canetti, E. (2014). *Das Buch gegen den Tod*. Frankfurt/M.: Fischer.

Fischbein, J.E. (2017) Configurations of time, the body, and verbal communication: Temporality in patients who express their suffering through the body. *International Journal of Psychoanalysis*, 98, 323–341

Freud, S. (1915a). Zeitgemäßes über Krieg und Tod. *GW X*, S. 324-355.

Freud, S. (1915b). Vergänglichkeit. *GW X*, S. 358-361.

Freud, S. (1915c). Trauer und Melancholie. *G W X*, S. 428-446.

Freud, S. (1920). Jenseits des Lustprinzips. *GW XIII*, S. 3-69.

Freud, S. (1933). Die Zerlegung der psychischen Persönlichkeit. *GW XV*, S. 62-86.

Grotjahn, M. (1994): A Psychoanalyst's Thoughts on the Start of His 86th Year of Life. In: G.H. Pollock (Hrsg.), *How Psychiatrists Look at Aging Vol. 2*, (S. 121-127) Madison: International Universities Press.

Heuft, G., Kruse, A., Radebold, H. (2000). *Lehrbuch der Gerontopsychosomatik und Alterspsychotherapie*. München: UTB Reinhardt.

Junkers, G. (Hrsg.) (2013): *Die leere Couch: Der Abschied von der Arbeit als Psychoanalytiker* Gießen: Psychosozial-Verlag.

Kristeva, J. (2014). *Das unglaubliche Bedürfnis zu glauben*. Gießen: Psychosozial-Verlag.

Money-Kyrle, R. (1971). The Aim of Psychoanalysis. *International Journal of Psychoanalysis*, 52 (1), 103-106.

Richter, H.E. (1980) *Gotteskomplex*. Reinbek. Rowohlt.

Scheler, M. (1979). *Tod und Fortleben*. In: *Die Zukunft des Kapitalismus und andere Aufsätze*. München. UTB.

Sloterdijk, P. (1996). Alte Leute und letzte Menschen. Notiz zur Kritik der Generationenvernunft. In: H.P.Tews, T. Klie, R. M. Schütz (Hrsg.), *Altern und Politik* (S. 7-21). Melsungen. Bibliomed.

Teising, M. (2017). *Selbstbestimmung zwischen Illusion und Wirklichkeit*. Göttingen, Vandenhoeck und Ruprecht.

Waldhoff, H.-P. (2019) *Eros und Thanatos. Über die Verflechtung von Lebens- und Todestrieben und ihre riskante Spaltung im Zivilisationsprozess*. Weilerswist, Velbrück- Wissenschaft.

Weiß, H (2017), *Trauma, Schuldgefühl und Wiedergutmachung*. Stuttgart, Klett-Cotta.