



Jürgen Grieser (2018): Der Tod und das Leben – Vergänglichkeit als Chance zur Entwicklung von Lebendigkeit

Giessen, Psychosozial-Verlag, 227 S.

Marie-Luise Hermann (Winterthur)

Jürgen Grieser stellt sich in diesem Buch einer Auseinandersetzung mit dem Tod und dessen Beitrag an die psychische Entwicklung über die gesamte Lebensspanne. Aus einem ungewöhnlichen Blickwinkel nähert er sich dem Thema: er fragt nach den Funktionen des Todes vom Kleinkind bis zum hochbetagten Menschen. Seine Hypothese lautet, dass das Wahrnehmen der Sterblichkeit an Übergängen des Lebens als ein basaler Organisator und Motor der Entwicklung wirke, als triangulierende Kraft und als Motor für die jeweils notwendige Anpassung der inneren Welt (S. 9).

Die *Einleitung* führt in die Grundpositionen des Autors ein. Grieser geht davon aus, dass der Tod den Menschen bereits von Kind auf und viel stärker beschäftige als lange Zeit in der Entwicklungspsychologie angenommen. Der Tod stelle nicht das Gegenteil psychischer Entwicklung dar, sondern treibe diese als dynamischer Faktor in jeder Lebensphase voran (S. 12f.). Die Unterscheidung der Aspekte «Angst vor dem Sterben», unsere «kognitiven Konzepte über den Tod» und unsere «eigenen, emotional gesättigten Vorstellungen» im Alleinsein «über den Tod» (S. 12) lässt die Komplexität der Phänomene ahnen. Das führt zum Grundproblem, dass es keine inneren Repräsentanzen von etwas gibt, das wir noch nicht erlebt haben, sodass für Freud der Tod ein abstrakter, nicht denkbarer Begriff war.

Dass die dynamische Kraft des Todes innerhalb der psychoanalytischen Theoriebildung nicht wie diejenige der Sexualität anerkannt werde, führt Grieser im ersten Kapitel *Die Psychoanalyse und der Tod* auf starke Verdrängungs- und Verleugnungsvorgänge zurück. Freud sah zunächst die Todesangst vor allem als Abkömmling der Kastrationsangst an, um in der Todestrieb-Theorie eine zur Libido symmetrische Triebkraft zu postulieren, die Bindungen wieder auflöse. Grieser bewertet die Idee des dynamischen Zusammenspiels dialektischer Kräfte als «bestechend», die Konzeption als *Trieb* jedoch als problematisch (S. 21). Er zeigt Freuds eigene Ambivalenz auf, die sich in einer Vermeidung der Thematisierung des realen Todes in seinen Behandlungen und der Ablehnung religiöser Vorstellungen

und des Wunsches nach Transzendenz niederschlug. Mit der starken Ablehnung der Todestriebtheorie etablierte sich in der Psychoanalyse zugleich eine kollektive Abwehr des Todesthemas. Alternative Positionen von Rank, Jung, Klein, Winnicott bis Yalom werden umrissen und im Verlauf des Buches wieder aufgenommen.

In einer breit angelegten Spurensuche nutzt der Autor im zweiten Kapitel *Der Tod im Lebenslauf* das Werkzeug psychoanalytischer Entwicklungspsychologie und führt den Tod als triangulierenden «Organisator» der Entwicklung ein, der in jeder Lebensphase und Krise eine Neuorganisation der psychischen Struktur und neue Vorstellungen notwendig mache. Eine Fülle von psychoanalytischer und philosophischer Literatur bietet sich zur weiteren Vertiefung an. Unneurotische altersgemässe Erfahrungen der Endlichkeit sowie neurotische Symptome, traumatisch bedingte Verarbeitungsweisen und Abwehrformen werden verständlich erklärt und mit einer Fundgrube an künstlerischen Verarbeitungen verknüpft – von Harry Potter über Leonard Cohen und Tolstoi zur Malerei und Filmkunst.

Das dritte Kapitel widmet sich der *Angst vor dem Tod* in Form von frühen, vorsprachlichen Desintegrations- und Vernichtungsängsten und Trennungsängsten auf reiferem Strukturniveau. Dem stehen als Antithesen Heilsdenken oder kindliche Omnipotenz bzw. eine Suchbewegung nach Weisheit und einem kosmischen Bewusstsein gegenüber. Auch hier wird eine Vielfalt an Phänomenen aufgezeigt, z. B. wie sich über den Wiederholungszwang auch nicht symbolisierte Erfahrungen des «Zusammenbruchs» (Winnicott) und andere bedrohliche Angstzustände bis hin zu Gewaltphantasien manifestieren können.

Das vierte Kapitel über *Lösungen* untersucht sowohl Reifungsprozesse als auch Abwehrkonstellationen, mit denen eine Zuwendung zu den Lebenskräften und eine Vertiefung der Präsenz im Heute möglich sind. Exemplarisch seien die Bewältigung über kreative und kulturelle Leistungen, die Stärkung der Liebesfähigkeit, Suche nach Sinn, Transzendenz oder spirituelle Öffnung, Individuation des «wahren Selbst» sowie der «kosmische Narzissmus» Kohuts genannt.

Die «nicht denkbare» Thematik ist dennoch in eine klar strukturierte und fast leichtfüssige Sprache gefasst. Dies ermöglicht, dass als Subtext in der eigenen Vorstellungswelt Erinnerungen, Angsterfahrungen, Alpträume und existenzielle Lösungsversuche an den Übergängen der bisherigen Lebensphasen auftauchen können, gewissermassen der Totentanz aus dem eigenen Schattenreich. Dass man sich trotz klarer Sprache immer wieder verliert, ist wohl auch Ausdruck des entgrenzenden Themas, das sich einer Strukturierung entzieht, und der Fülle an verwendetem Material zuzuschreiben. Man kann sich den Assoziationsstrudeln, unlösbaren

Fragen, aber auch kreativen Umsetzungen der Lebenslust kaum entziehen, findet somit die Thesen des Buches in der eigenen Innenwelt wieder. Denn immer geht als dialektisches und bejahendes Element die Chance auf Verdichtung und Vertiefung der Lebenskunst mit, als Versuch, die Todesangst in ein bewussteres Leben zu integrieren. Die abschliessende Frage, wie das Thema Tod die Psychotherapie bereichern könne, wird vor allem mit Bezug auf Yalom skizziert und bleibt weiter zu entwickeln. Hier wäre eine Beschäftigung mit dem Trauerprozess denkbar, der viele Patient/innen greifbare Erfahrungen mit Tod, Sterbeprozess, Trennung und allen Ängsten davor machen lässt.

Der Psychoanalyse ist das Buch als Memento mori der Selbsterfahrung in viele Behandlungszimmer zu wünschen, damit die Analytiker/innen Kinder, Jugendliche, Erwachsene und alternde Menschen mit ihrer Todesangst, ihren lebensverhindernden Abwehrkünsten und schöpferischen Integrationsleistungen nicht alleine lassen.