

VERSÖHNUNG MIT UNABÄNDERLICHEM

Klimakterium

Soweit die Existenzanalyse eines Falles von Angstneurose die Neurose letztlich als einen Modus der Existenz begreift, als eine Weise des Daseins, menschlichen Stellungnehmens und geistiger Entscheidung, ist damit auch schon der Ansatz für eine Logotherapie als adäquater, spezifischer Therapie gegeben. Nehmen wir als Beispiel den konkreten Fall einer klimakterischen Angstneurose. Ungeachtet der endokrinen Gleichgewichtsstörung als somatogenen Unterbaus der Erkrankung war deren eigentliche Wurzel in der geistigen, existentiellen Dimension zu finden: im Erlebnis der Lebenskrise als einer existentiellen Krise, in der Bedrohung eines Menschen durch eine im Geistigen negative Lebensbilanz. Die Patientin war als schöne Frau von der Gesellschaft verwöhnt worden; nun galt es, jenem Lebensabschnitt gegenüberzustehen, wo erotische Geltung nicht mehr in Frage kam, nun galt es, »bestehen« zu können angesichts der schwindenden Schönheit. Erotisch hatte diese Frau ausgespielt; nun fand sie sich ohne Ziel und

Zweck des Lebens, ohne Lebensinhalt – ihr Dasein erschien ihr sinnlos. »Morgens stehe ich auf«, sagte sie wörtlich, »und frage mich: was ist heute? Nichts ist heute ...« Da bekam sie es mit der Angst zu tun. Und da sie keinen Lebensinhalt hatte, da sie kein Leben voll Inhalten aufbauen konnte, musste sie ihre Angst in ihr Leben einbauen.

Nun galt es, einen Lebensinhalt zu suchen, den Sinn ihres Lebens zu finden; ihn – und damit sich selbst, ihr Selbst, ihre inneren Möglichkeiten – jetzt jenseits von erotischem Erfolg und von sozialer Geltung. Es galt, die Patientin sich von ihrer Angst ab- und ihren Aufgaben zuzuwenden zu lassen. Dass dieses letztere, positive Ziel einer existenzanalytischen Logotherapie auch noch vor dem negativen Ziel aller Psychotherapie im engeren Wortsinn erreicht werden kann, wurde bereits gesagt; ja, die Erreichung des positiven Ziels wird unter Umständen schon von sich aus den Kranken von seiner neurotischen Angst befreien – insofern nämlich dieser Angst ihre existentielle Grundlage entzogen wird. Denn die neurotische Angst als existentielle wird gegenstandslos, sobald die Sinnfülle des Lebens wieder entdeckt ist und für die Angst sozusagen kein Platz mehr bleibt – und, wie jene Patientin spontan hinzubemerkte: »keine Zeit«. Was es hier zu tun galt, das war: diesen konkreten Menschen in seiner konkreten Situation zu der einmaligen und einzigartigen Aufgabe seines Lebens hinzuführen. Jetzt galt es für ihn, zu

»werden, was er ist«, vor ihm stand »ein Bild des, was er werden soll«, und solange er dies nicht war, war auch »nicht sein Friede voll«, um mit Rückert zu sprechen. Die klimakterische Krise musste zu einer kritischen Wiedergeburt »aus dem Geiste« gestaltet werden – das war in diesem Falle die Aufgabe der Logotherapie; wobei dem Therapeuten freilich *die Rolle eines Geburtshelfers im sokratischen Sinne* zukam. Wäre es doch nachgerade ein Kunstfehler, wenn man dem Patienten irgendwelche Aufgaben aufoktroieren wollte. Im Gegenteil, der Existenzanalyse kommt es auf die Hinführung gerade zur selbständigen Verantwortlichkeit an.

Nun, auch im vorliegenden Falle konnte die Patientin »ihre« Lebensaufgabe finden. Mit der vollen Hinwendung zum neuen Lebensinhalt, mit der Hingabe an den neugewonnenen Daseinssinn und dem Erlebnis eigener Erfüllung in ihm war nicht nur ein neuer Mensch wiedergeboren, sondern auch alle neurotische Symptomatik geschwunden. Die ganzen funktionellen Herzsensationen, wie Unruhegefühl in der Herzgegend und Palpitationen, an denen die Kranke gelitten hatte, verschwanden, obzwar doch die klimakterische Grundlage hierzu fortbestand. So erwies sich, wie sehr dieses kardial-neurotische Erlebnis der »Unruhe« letztlich Ausdruck der geistigen Unruhe, der ganzen Unerlöstheit dieses Menschen gewesen war. »Inquietum est cor nostrum ...«, heißt es bei Augustinus; unruhig war auch das Herz unserer Patientin –

solange es nicht ruhen konnte und Frieden fand im Bewusstsein ihrer einmaligen und einzigartigen Aufgabe, im Bewusstsein der Verantwortung und Verpflichtung vor ihrer Lebensaufgabe.

KOMMENTAR

Schade, dass uns Frankl nicht verriet, welche neue Lebensaufgabe die Dame gefunden hat. Es muss etwas Faszinierendes gewesen sein, wenn sie plötzlich »keine Zeit mehr« für ihre neurotischen Ängste hatte. Dabei ist es nicht einfach, sich im vorgerückten Alter auf Ungewohntes und Unbekanntes einzulassen. Andererseits wohnt »jedem neuen Anfang ein Zauber inne« ... (Hermann Hesse)

Akzeptanz einer Hörstörung

Wiederum zeigt sich der Ort, der den von uns so genannten Einstellungswerten zukommt. Je nachdem, wie einer sich mit dem Schicksal – und zum Schicksal gehört auch die Vergangenheit – auseinandersetzt, je nach der Art und Weise, in der er das Schicksalhafte entweder gestaltet oder sonst wie bewältigt oder gar sich mit ihm ausöhnt – je nachdem hat er die Möglichkeit zur Verwirklichung von Einstellungswerten verwirklicht oder aber verwirkt. Im Folgenden wollen wir den Fall eines Patienten anführen, der an einer *Laesio auris interna* leidet. Neben

der Octavusaffektion findet sich eine rechtsseitige Schwäche des Mundfacialis, doch zeitigt unsere Fahndung in Richtung auf die Möglichkeit eines Kleinhirnbrückenwinkelprozesses ein negatives Ergebnis. Patient gibt nun an, er führe seine Schwerhörigkeit auf seelische Ursachen zurück und erwarte von uns, dass wir ihn auf seelischem Wege von dieser seiner Überzeugung nach seelisch bedingten Gehörstörung nunmehr befreien. Wir klären ihn nun über seine irrtümliche Auffassung auf; seine Enttäuschung jedoch versuchen wir damit zu parieren, dass wir ihn darauf hinweisen, dass er den Defekt längst überkompensiert habe: Durch seine richtige Einstellung sei die Schwerhörigkeit insofern von ihm zu etwas Fruchtbarem gemacht, das Schicksal also richtig gestaltet worden, als er nie soviel gelesen und sich so sehr gebildet hätte, wenn er sich nicht gerade durch die Schwerhörigkeit zu reichlicher Bücherlektüre veranlasst gesehen hätte – wie er uns vorher selber berichtet hat. Trotzdem gibt unser Patient in rührender Weise seiner Trauer darüber Ausdruck, dass er nicht mehr, wie früher, Dienst als Lokomotivführer machen kann. Demgegenüber müssen wir ihn aber darauf verweisen, dass bezüglich innerer Befriedigung und Erfüllung durch Arbeit das Wo herzlich wenig, nur umso mehr aber das Wie wichtig ist. Nun wendet der Kranke aber ein, es liege ihm dennoch alles daran, »das eine« wieder zu erreichen: Lokomotivführer zu sein. Daraufhin halten wir ihm vor Augen, dass er

es ja immerhin einmal erreicht habe – und das könne ihm nichts mehr auf der Welt rauben: dass ihm immerhin einmal diese berufliche Erfüllung zuteil geworden ist; jetzt gelte es, eben etwas anderes zu erreichen. Und in der elastischen Anpassungsfähigkeit seiner idealen Zielsetzung an die realen Gegebenheiten müsse sich seine geistige Spannkraft nun bewähren.

Hier zeigt sich so recht, was wir einmal bereits erwähnt haben: *dass ärztliche Seelsorge erst dort nötig wird, wo Psychotherapie im engeren Wortsinne unmöglich geworden ist.* Solche Psychotherapie wäre im Falle einer Hörstörung ja höchstens dann angezeigt, wo diese Störung exquisit psychogen ist. Dies ist sie nun im obigen Falle – trotz des diesbezüglichen Missverständnisses unseres Patienten – keineswegs, sie ist bei ihm ein organisch bedingtes Leiden. Hat sich uns aber denn nicht gezeigt, wie gerade das unnötige Ankämpfen, die unversöhnliche Haltung gegenüber einem gegebenen Schicksal nun ihrerseits eine gewisse Psychotherapie erfordert? Psychotherapie eben in einem bestimmten, einem erweiterten Sinne – eben ärztliche Seelsorge! Was da Not tut, ist ja: den Kranken innerlich zu ermächtigen, dass er das Notwendige, das weder somatisch noch psychisch einer Behandlung Zugängliche, hinnehmen lerne als echtes Schicksal, hinnehmen somit als etwas, demgegenüber alles nur mehr darauf ankommen kann, wie man es auf sich nimmt, wie man es trägt, wie man sein Leiden leidet.

Welch eine lehrreiche Intervention Franks! Enttäuschung und Trauer verwandeln sich beim Patienten in »Stolz auf seine Elastizität« (bezüglich seines jetzigen Bücherlesens) und »Genugtuung über das Erreichte« (bezüglich seines Traumberufs, den er ausüben hat dürfen). Als dann noch das Wort »geistige Spannkraft« fiel, wird der Patient voller guter Vorsätze heimgekehrt sein.

Lebenskunst einer Kranken

Wenn die Frage nach dem bloßen Nutzwert auch kranken Lebens für die menschliche Gesellschaft und den wissenschaftlichen Fortschritt je erhoben wird, dann verrät diese Fragestellung bereits einen un-menschlichen und sonach einen auch un-ärztlichen Standpunkt, einen Standpunkt radikaler Verdinglichung und Entwürdigung des Menschen, den einzunehmen wir von vornherein ablehnen. Selbst der geistesranke Mensch »ist« für uns keine Krankheit, sondern in erster Linie Mensch, also ein Mensch, der eine Krankheit »hat«. Und wie menschlich kann dieser Mensch sein, wenn er auch noch so krank ist, und auch wenn er geisteskrank ist, wie menschlich kann er nicht nur trotz und in seiner Krankheit sein, sondern in seiner Einstellung zur Krankheit. Da lernte ich vor vielen Jahren eine alte Frau kennen, die seit Jahrzehnten an einer

schweren Geistesstörung litt und ständig von Sinnestäuschungen gepeinigt wurde: Immer hörte sie »Stimmen«, die all ihr Tun und Lassen kritisierten und mit höhnischen Bemerkungen quittierten – gewiss ein höchst qualvoller Zustand. Wie aber hatte diese Frau zu diesem ihrem schrecklichen Schicksal Stellung genommen, wie hatte sie sich mit diesem Schicksal – ausgesöhnt! Denn sichtlich hatte sie das getan: war sie doch in ihrem Gespräch, während der Schilderung ihres Zustands, trotzdem gelassen und heiter; war sie doch im Rahmen des Möglichen sogar ein arbeitsamer Mensch geblieben. Selber erstaunt darüber, erlaubte ich mir die vorsichtige Frage, was sie denn von diesem Zustand denke und wie sie so lächeln könne, ob denn dieses fortwährende Stimmenhören nicht allzu grauenhaft sei. Und was gab sie zur Antwort? »Mein Gott – ich denk mir halt, Herr Doktor, es ist noch immer besser, ich hör Stimmen, als wann ich schwerhörig wär.« Und schelmisch lächelte sie weiter. Welche Menschlichkeit, welche menschliche Leistung – man ist verführt zu sagen: welche Lebenskunst birgt doch diese Äußerung!

KOMMENTAR

Es ist selten, dass schicksalsgeprüfte Personen registrieren, dass es praktisch immer eine Variante gäbe, die ihnen noch weniger gefiele als die bei ihnen vorliegende. Sie glauben, bereits in die tiefste Talsohle ge-

schlittert zu sein. Nur »Ausnahmetalente« wie die Patientin hier entdecken, dass es noch tiefere Abgründe gibt, in die sie gleichermaßen hätten hineinschlittern können.

Etwas in der Welt zurücklassen

Wie sieht nun die Nutzenanwendung der Logotherapie in der Praxis aus? In diesem Zusammenhang möchte ich den Fall einer Krankenschwester zitieren, die mir im Rahmen eines Seminars, das ich für das Department of Psychiatry an der Stanford University zu halten hatte, vorgestellt wurde: Diese Patientin litt an einem nicht operierbaren Krebs, und sie wusste darum. Weidend trat sie ins Zimmer, in dem die Stanford-Psychiater versammelt waren, und mit von Tränen erstickter Stimme sprach sie von ihrem Leben, von ihren begabten und erfolgreichen Kindern und davon, wie schwer es ihr nun falle, von alledem Abschied zu nehmen. Bis zu diesem Zeitpunkt hatte ich, offen gesagt, noch keinen Ansatzpunkt gefunden, um logotherapeutisches Gedankengut in die Diskussion zu werfen. Nunmehr ließ sich das in ihren Augen Negativste, dass sie das für sie Wertvollste in der Welt zurücklassen muss, in etwas Positives umsetzen, als etwas Sinnvolles verstehen und deuten: Ich brauchte sie nur zu fragen, was denn eine Frau sagen soll, die keine Kinder hätte. Ich sei zwar überzeugt, dass auch das Leben einer kinderlos

gebliebenen Frau keineswegs sinnlos bleiben muss. Aber ich könnte mir sehr wohl vorstellen, dass eine solche Frau zunächst einmal verzweifelt, weil eben nichts und niemand da ist, den sie »in der Welt zurücklassen muss«, wenn es dazu kommt, von der Welt Abschied zu nehmen. In diesem Augenblick hellten sich die Züge der Patientin auf. Plötzlich war sie sich dessen bewusst, dass es nicht darauf ankommt, ob wir Abschied nehmen müssen, den früher oder später muss es jeder von uns. Sehr wohl kommt es aber darauf an, ob überhaupt etwas existiert, von dem wir Abschied nehmen müssen. Etwas, was wir in der Welt zurücklassen können, mit dem wir einen Sinn und uns selbst erfüllen an dem Tag, an dem sich unsere Zeit erfüllt. Es lässt sich kaum beschreiben, wie erleichtert die Patientin war, nachdem das sokratische Gespräch zwischen uns eine kopernikanische Wendung genommen hatte.

KOMMENTAR

Es gibt kaum ein so erschütterndes, Tränenschürendes Thema wie das Thema »Abschied nehmen«. Trotzdem kann man es – wie Frankl gezeigt hat – auch von hinten nach vorn lesen: Ist es nicht zufriedenstellend, wenn überhaupt etwas existiert, ein kostbares Etwas, ein weiter existierendes Etwas, von dem der Abschied schwerfällt? Von nichts könnte man sich spielend leicht verabschieden ...