

Todesangst – kulturen- anthropologische, psychodynamische und psychopathologische Anmerkungen

Hans-Peter Kapfhammer

Einleitung

Etwa mit dem Erscheinen des *Homo erectus* während der Altsteinzeit vor mehr als 2 Millionen Jahren scheint die entscheidende Abzweigung in der Anthropogenese vollzogen worden zu sein, die schließlich zum *Homo sapiens* führen sollte (Krause & Trappe, 2021). In der noch über eineinhalb Millionen Jahren währenden Fortentwicklung wurden der aufrechte Gang und der verfeinerte Gebrauch von Werkzeugen und Jagdgeräten zu typischen Merkmalen. Das Prinzip der Eusozialität erwies sich als weiterer evolutionärer Schritt hin zu verbesserten Überlebenschancen (Esposito et al., 2017). An Mitgliedern wachsende soziale Gruppen boten einen günstigeren Schutz in der Abwehr gefährlicher Wildtiere. Sie erhöhten auch die Effizienz im Kampf um begrenzte Nahrungsressourcen, die häufig eine aggressive Auseinandersetzung mit rivalisierenden Gruppen bedeuteten. In diesen sozialen Verbänden differenzierten sich erste geschlechter-basierte Rollen aus, in außengerichtete, überwiegend durch Männer bestrittene Aktivitäten von Jagd und Nahrungserwerb, in innengerichtete, von Frauen verrichtete Arbeiten innerhalb der provisorischen Lebenshabitate, insbesondere der Fürsorge und Pflege des neugeborenen Nachwuchses andererseits.

Befunde der Paläoontologie belegen eine erstaunliche Vergrößerung des *Gehirnvolumens* mit deutlichsten Zugewinnen in *kortikalen Strukturen* während dieses Abschnitts der Menschheitsentwicklung. Diese zerebrale Transformation gestattete eine neuartige Regulation von affektiven und kognitiven Funktionen. Sie erweiterte die Kapazitäten der Gedächtnisspeicherung erheblich, ermöglichte ein erwachendes Selbstbewusstsein und bahnte einen Sprach- und Symbolerwerb, alles Fertigkeiten, die fortan den *Homo sapiens* charakterisierten. Kulturen- anthropologisch waren diese neokortikal verankerten psychologischen Funktionen Voraussetzungen für einen differenzierteren sprachlichen Informationsaustausch zwischen den Mitgliedern der sozialen Gruppe (Mithen, 1996). Auf individueller Basis gestatteten diese neuartigen kognitiven Fähigkeiten auftretende Todesfälle nicht nur als konkrete Ereignisse des Alltags zu erleben und akut zu betrauern, sondern als bedeutungsvolle Episoden auch langfristig zu erinnern und in kollektiven Erzählungen der sozialen Gruppe zu bewahren.

Die *Endlichkeit eines individuellen Lebens* ließ sich fortan in *Selbstreflexion* auch als ein übergeordnetes, herausforderndes anthropologisches Thema begreifen. Mit dieser kognitiven Umwälzung waren auch die *Anfänge von Religion* auf das Engste zu verbinden. Diese beruhten wahrscheinlich zunächst auf kollektiven ekstatischen Erfahrungen und soziale Bindung fördernden Emotionen in der sozialen Gruppe. Auf einer nächsten Stufe erschienen frühe schamanistische Heilungsrituale. Schamanen vermittelten zwischen einer diesseitigen und einer jenseitigen Welt. Eine organisierte Praxis von Bestattungsritualen war Ausdruck eines solchen Übergangs zwischen einer irdischen und einer transzendenten Sphäre im Falle eines Todes (Rossano, 2006). Erste symbolische Darstellungen des bewegten sozialen Alltags dieser Frühmenschen, der vielfältigen, oft tödlichen Gefahren ihrer Lebenswelt einerseits und der begriffenen existentiellen Herausforderung eines Todes andererseits sind als eindrucksvolle prähistorischen Zeugnisse erhalten geblieben. Beispielhaft sind hier die Höhlenmalereien von Altamira, Lascaux und Ardèche (Chauvet-Höhle) in Nordspanien und Südfrankreich anzuführen, die auf einen Zeitraum zwischen 40.000 und 20.000 Jahren vor offizieller Zeitrechnung datiert werden.



Abbildung 1: Darstellung eines liegenden (toten?) Menschen mit Vogelkopf neben einem Stier, Ausschnitt einer prähistorischen Abbildung in der Halle der Stiere aus der Höhle von Lascaux, Südfrankreich, datiert auf ca. 20.000 Jahre

In der Deutung von Form und Inhalt dieser auch künstlerisch erstaunlichen Bilderbögen an den Höhlenwänden erkannte der Archäologe Lewis-Williams (2002) nicht nur ein aufregendes Panorama über die Lebenswelt des Menschen im Paläolithikum. Er entdeckte in ihnen auch eine überweltliche Sphäre über den Tod hinaus, einen schamanistischen Glauben an eine kosmologische Transzendenz.

Viele Jahrtausende später, etwa vor 12.000 bis 9.000 Jahren v. Chr., haben Menschen des Neolithikums im Südosten der heutigen Türkei das monumentale religiöse Bauwerk *Göbekli Tepe* errichtet. In der Rekonstruktion der notwendigen sozialen, materiellen und ideellen Voraussetzungen für eine solche Unternehmung wurde eine schier unglaubliche logistische Meisterleistung erkennbar. Sie deckte ein koordiniertes Zusammenwirken zahlreicher, noch nomadisch lebender Gruppen über eine lange Zeitperiode hin auf, die sich zuvor auf ein gemeinsames Projekt hin in geteilter religiös-ideeller Absicht geeinigt haben mussten. Wiederum hob eine moderne archäologische Interpretation dieser Kultstätte eine reifende soziokognitive Auseinandersetzung mit der Sterblichkeit des individuellen Menschen in seiner Bedeutung für die soziale Gruppe als die entscheidende Motivkraft für die Kreation eines komplexen religiösen Systems mit einem dominanten Glauben an eine göttliche Überwelt hervor (Schmidt, 2006). In der historischen Abfolge verblüffte, dass diese existentielle Herausforderung offensichtlich von solcher kollektiver Bedeutung für die prähistorischen Menschen war, dass es sie zuerst zur Schaffung eines schützenden religiösen Systems drängte und zur Errichtung von *Göbekli Tepe* motivierte, und erst in weiterer Folge eine Sesshaftigkeit mit beginnendem Ackerbau und der Kultivierung von Weizen einleitete, und nicht umgekehrt, wie eine frühere Hypothese die zivilisatorischen Schritte der Menschen in der Steinzeit noch beschrieb (Harari, 2005).



Abbildung 2: Der erste Tempel der Menschheit Göbekli Tepe [Quelle: <https://www.geo.de/wissen/21172-rtkl-goebekli-tepe-der-erste-tempel-der-geschichte>]

Konzeptualisierungen der Endlichkeit des menschlichen Lebens in der Menschheitsgeschichte

Die prähistorischen Befunde belegen klar ein früh einsetzendes Bewusstsein der Frühmenschen vom Tod als einer erschütternden Zäsur in der Existenzweise der sozialen Gruppe. Der Bedrohungscharakter allfälliger Todesereignisse bildete wohl den entscheidenden kollektiven Stimulus, mit den schon verfügbaren kognitiven Möglichkeiten nach Erklärungen hierfür zu suchen. Sie wurden in animistischen Konstruktionen einer transzendenten Welt geschaffen, die in und hinter der natürlichen Umwelt und im Kosmos göttliche Wesenheiten vermuteten. Götter trugen anthropomorphe Züge. Sie wurden als unsterblich gedacht und imaginativ mit übermenschlichen Kräften versehen. Sie konnten die Geschehnisse des irdischen menschlichen Lebens unheilvoll oder aber schützend beeinflussen. Diese Gottheiten galt es durch besondere Opfergaben und Kulthandlungen in ihrem vermuteten Zorn zu besänftigen, gnädig zu stimmen und um Schutz zu bitten. Die frühen religiösen Systeme waren eingebettet in den natürlichen Ablauf der Jahreszeiten mit einem wiederkehrenden Werden und Vergehen, das sich auch in den kosmischen Bewegungen der Sterne widerspiegelte (Bellah, 2011).

Erste schriftliche Zeugnisse in Form von Wandgemälden mit unterlegten hieroglyphischen Texten in den monumentalen Tempelanlagen und Grabstätten des alten Ägyptens ließen darüber hinaus schon ab dem 4. Jahrtausend v. Chr. auch eine hoch differenzierte *Thanatologie* erkennen. Das Reich der Toten war primär ein Reich der Götter. Ein Weiterleben nach dem Tode war zunächst nur dem gottgleichen Herrscher vorbehalten und dieses Privileg in späterer Folge an die hochstehenden Eliten des Reiches weitergereicht. Bilder und Texte über ein Weiterleben in der göttlichen Totenwelt waren aber ein fester Bestandteil der kollektiven Vorstellungswelt des ägyptischen Volkes. In späteren Dynastien waren auch die Vertreter aus den niedrigen Volksschichten in dieses religiöse Glaubens- und Kultsystem miteinbezogen (Assmann, 1984).

Eine primär mythologische Gestaltung der Götterwelt als transzendenter Überwelt zur irdischen Lebenswelt charakterisierte auch das religiöse System der frühen Griechen. Sie enthält reichhaltige Bilder und Erzählungen über das Reich der Toten in der Unterwelt, dem *Hades*, einer hier richtenden Instanz über das weitere Schicksal der Seelen der Verstorbenen, die bei einem wohlgefalligen Leben in das ewige glückselige *Elysion* eingehen, bei einem schändlichen Leben aber endlose Qualen im Tartaros zu erdulden haben. Das Weiterleben nach dem Tode wird in der Existenzform von Schattenwesen angenommen. Nur wenigen sterblichen Menschen ist es gestattet, nach ihrem Tode diesen Weg in den *Hades* vermeiden zu können, indem sie wie *Herkules* in den Stand der Götter versetzt werden. Die göttlich gestattete Ausnahme einer Wiederkehr aus dem Reich der Toten, aber letztlich deren Unmöglichkeit wird in der traurigen Erzählung von *Orpheus und Eurydike* aufgezeigt (Ranke-Graves 2003):

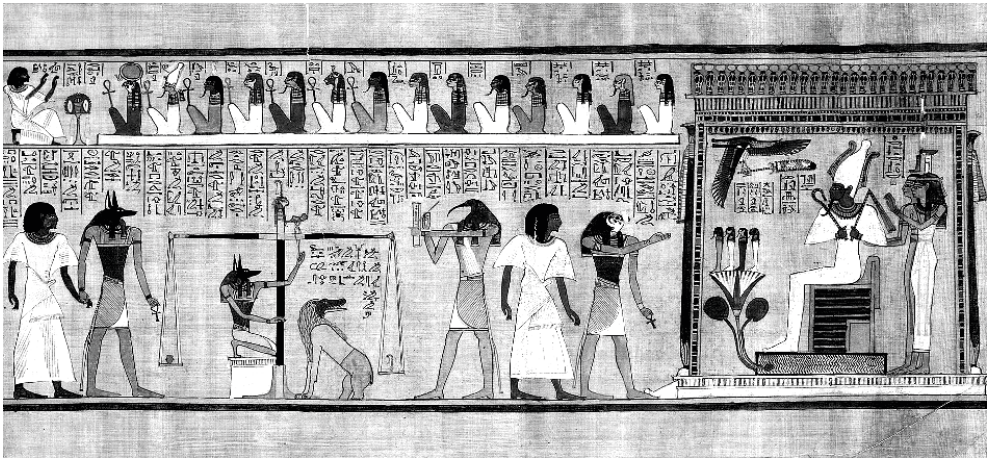


Abbildung 3: Totengericht Im Papyrus des Hunefer (19. Dynastie) [Quelle: British Museum]

Orpheus wird diese Chance durch seine hohe musikalische Kunst eröffnet. Er kann seine verstorbene *Eurydike* für ein irdisches Leben aus dem Reich der Toten zurückgewinnen. *Hades* und *Persephone* machen ihm aber die strenge Auflage, beim Wiederaufstieg in die Oberwelt voranzugehen, ohne auf die nachfolgende *Eurydike* zurückzublicken. Da er die Schritte seiner geliebten Gattin hinter sich nicht hören kann, schaut *Orpheus* besorgt zurück und verliert *Eurydike* erneut, diesmal endgültig an die Unterwelt. Er versinkt in tiefes Trübsal.



Abbildung 4: Die hohe musikalische Kunstfertigkeit von Orpheus (5. Jahrh. v. Chr.) [Quelle: Antikensammlung, Berlin]

Eos ist in diverse Liebesabenteuer verstrickt. Für einen ihrer sterblichen Geliebten erbittet sie von *Zeus* die Unsterblichkeit. Diese Bitte wird ihr erfüllt. Doch vergisst *Eos*, gleichzeitig für ihren jungen Liebhaber auch die ewige Jugend zu erbitten. So wird dieser immer älter und schließlich ein gebrechlicher Greis. Darüber erstirbt ihre erotische Zuneigung zueinander. Und fort ist das ewige Glück. Aus Mitleid verwandelt *Zeus* den Unglücklichen in eine Zikade.



Abbildung 5: Die Göttin der Morgenröte *Eos* fliegt auf ihrem Wagen über das Meer (ca. 425 v. Chr.) Quelle: Staatliche Antikensammlung, München]

Die vielleicht großartigste literarische Schöpfung zum Unsterblichkeitsmythos entstand im sumerischen *Gilgamesch-Epos* in der zweiten Hälfte des 2. Jahrtausends v. Chr. (Maul, 2017):

Es enthält die Geschichte von *Gilgamesch*, dem König von *Uruk*, und seinen Abenteuern und Heldentaten mit seinem Freund *Enkidu*. Auf ihren Reisen treffen sie auf die Göttin *Ishtar*. Als *Gilgamesch* ihre Liebesavancen zurückweist, schickt sie erzürnt den Himmelsstier, damit dieser sie in ihrem verletzten Stolz räche. Die beiden Freunde aber töten das Tier und verstoßen damit gegen göttliche Gesetze. Die Götter beschließen, dass *Enkidu* sterben müsse. Dieser erkrankt und stirbt unter großen Qualen. Über den Tod des Freundes ist *Gilgamesch* völlig verzweifelt und durchstreift in tiefer Trauer die Wüste. Es wird ihm bewusst, dass auch er eines Tages sterben müsse. Ihn erfasst Todesfurcht:

Auch ich werde sterben, und werde ich nicht sein wie *Enkidu*? Trübsal ist eingekehrt in meinem Leib.

Er ist fortan obsessiv angetrieben von dem Wunsch nach Unsterblichkeit. Er erfährt von *Utanapishti*, dem die Götter ein ewiges Leben geschenkt haben. Dieser führt ihn in das Geheimnis der Unsterblichkeit ein, die aber an eine körperlich erschöpfende Prüfung gebunden ist. *Gilgamesch* findet auf Umwegen schließlich am Meeresboden eine mysteriöse dornenbewehrte Pflanze mit der Macht, ewige Jugend zu verleihen. Auf dem Heimweg rastet er ermüdet an einem Teich. In einem unachtsamen Augenblick taucht eine Schlange auf und frisst die wunderstiftende Pflanze. *Gilgamesch* ist hierüber zunächst untröstlich. Schließlich begreift er aber, dass die Unsterblichkeit nur den Göttern vorbehalten ist. Er lernt zu akzeptieren, dass Leben und Tod zur menschlichen Natur gehören. Er begreift, nur durch große Werke als König von *Uruk* könne er sich einen unsterblichen Namen machen.

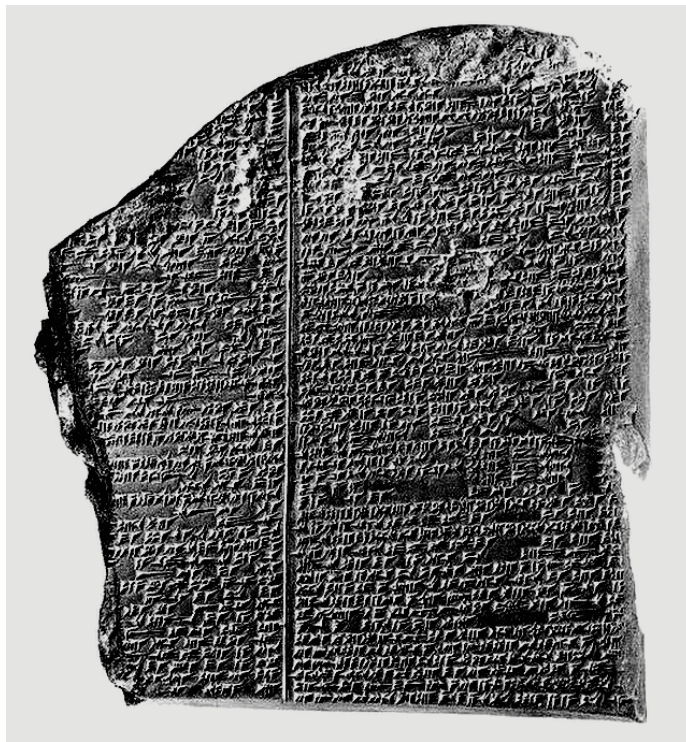


Abbildung 6: Tafel mit *Gilgamesch-Epos* [Quelle: British Museum]

In zeitlicher Überlagerung mit dem Wirken dieses Glaubens an eine mythische Götterwelt als dominantem Paradigma zur Erklärung der Geschehnisse des Lebens und des Todes zeichnete sich in der frühgriechischen Denktradition etwa ab dem 6. Jahrhundert v. Chr. aber allmählich ein neuartiges, bereits auf empirische Beobachtungen sich stützendes philosophisches Denken ab. Es versuchte ebenfalls die großen Fragen des Lebens im Werden und Vergehen der Menschen, der Ursprünge

und Veränderungen in der natürlichen Umwelt und im Kosmos mit rationalen Mitteln aufzunehmen. Diese philosophischen Anstrengungen der *Vorsokratiker*, die nur in einigen schriftlichen Fragmenten erhalten geblieben sind, kamen zu einigen erstaunlichen und durchaus modern anmutenden Erkenntnissen (Röd, 1988). Einige beispielhafte Aussagen zum rationalen Verständnis des Todes sollen zitiert werden. Der Tod wird ausgewiesen (Gehring, 2010) als:

- »Prinzip des Übergangs und der Verwandlung, als Vater allen Werdens« (Heraklit),
- »Vermischung und Entmischung von Stoffgruppen« (Empedokles),
- »Rückkehr alles Seienden in ein Unbestimmtes, aus dem es entstanden ist« (Anaximander),
- »befreiende Ablösung der Seele vom Körper« (Pythagoras).

In ihrer tiefsinnigen soziologischen Monographie *Tod, Modernität und Gesellschaft*. Entwurf einer Theorie der Todesverdrängung identifizierten Nassehi und Weber (1989) vier große Wendepunkte in der Geistesgeschichte eines gesellschaftlich getragenen Todesbewusstseins. Sie lassen sich stark vereinfachend wie folgt zusammenfassen:

(1) In der Welt des *Mythos* sind Vorstellungen zum Tod noch an keine individuelle Struktur gebunden. Der einzelne Mensch nimmt noch keine Sonderstellung ein. Die Mitglieder einer sozialen Gruppe sind eingebettet in einen übergeordneten Zusammenhang von Natur und Kosmos. Der Mythos verweist auf einen Naturzyklus von Werden, Vergehen und Wiederkehr. Er ist universalistisch angelegt und ist die einzige Möglichkeit, menschliches Leben und Sterben sinnvoll zu begreifen. Der Tod ist ein organisches Phänomen. Im mythologischen Deutungsschema von Vergehen und Wiederkehr ist die Bedeutung des Todes eines einzelnen Menschen noch gering. Der Tod stellt primär ein soziales Phänomen dar, das intersubjektiv geteilt wird. Das Leben nach dem Tod wird als eine soziale Existenz vorgestellt, in der die gleichen sozialen Regeln abgebildet sind, wie sie die irdische Existenz des Stammes bestimmen. Diese kollektive Sinndeutung des Todes in mythischen Gesellschaften korreliert mit dem geringen Grad ihrer gesellschaftlichen Ausdifferenzierung.

(2) Die *Wendung vom Mythos zum Logos* vollzieht sich auf dem Boden einer schon stärker ausdifferenzierten Gesellschaft, wie sie historisch in der Gründung der Polis und anderer Staatsformen des antiken Griechenlands exemplarisch realisiert wird. Der denkende Mensch betritt die Bühne der Weltgeschichte. Sein reflexives Denkvermögen unterscheidet immer klarer zwischen Meinung (*doxa*), Wahrnehmung (*aisthesis*) und rationalem Denken (*logos*) und setzt sich hierin deutlich vom Mythos (*mythos*) ab. Ich und Anderer differenzieren sich voneinander und auch gegenüber der sozialen Umwelt. Eine individuelle Identität wird möglich. Anfänge dieses neuen Denkens sind bereits bei den Vorsokratikern erkennbar, hier aber noch stark an mythisch-kosmologischen Vorstellungen orientiert. Der Logos begründet ein rationales wissenschaftliches Denken, das die Zusammenhänge von Natur und Kosmos durchdringt und Beweise für das Aufstellen von Gesetzmäßigkeiten der Ver-

änderungen in der Natur einerseits, einer ewigen Transzendenz andererseits fordert. Der Mythos hingegen ist Dichtung und nur ahnende Weisheit, wie Aristoteles urteilt. *Platon* unterscheidet zwei Welten, eine Sphäre der irdischen Erscheinungen in ihrem Werden und Vergehen und eine transzendente Sphäre der ewigen und unwandelbaren Ideen. Der einzelne Mensch ist noch in ein umfassendes Sein eingebunden. Durch seinen Körper (soma) unterliegt er den Gesetzen des weltlichen Werdens und Vergehens, durch seine Psyche (psyche) hat er aber Anteil an der göttlichen Welt der zeitlosen Ideen. Durch eine tugendhafte individuelle Lebensführung ist es dem einzelnen Menschen möglich, nach dem Tod in diese jenseitige Welt einzutreten. So kann *Sokrates* nach seiner Verurteilung zum Tode wegen Verstoßes gegen die Gebote der alten Götterwelt den Schierlingsbecher mit dem tödlichen Gift in großer innerer Gelassenheit trinken. In einem festen Wissen an den Eintritt in die Welt der göttlichen Ideen ist der bevorstehende persönliche Tod für ihn ohne Schrecken. Der Tod ist ihm eine Befreiung (*phaidon*).

(3) Im mythischen und hellenistischen Denken steht der Mensch noch in einem übergeordneten Kontext von Natur und Kosmos, aus dem er sich erst langsam emanzipiert. In der jüdisch-christlichen Religion wird er schließlich eine herausgehobene zentrale Position einnehmen. Eine *Wendung hin zu einer anthropozentrischen Theonomie* vollzieht sich sukzessiv über die Jahrhunderte. Im *Alten Testament* begründet der Gott Jahwe einen speziellen Bund mit dem Volk der Israeliten. Die religiösen Inhalte werden geoffenbart und in heiligen Schriften niedergelegt. Das Faktum Tod ist anfangs der absoluten Mächtigkeit und des Gesetzes *Jahwes* unterstellt und für seine Gläubigen ein noch weitgehend unverständliches, unbeeinflussbares Schicksal. *Jahwe* ist ein »deus absconditus«, vor seiner theonomischen Schöpfung verschwindet der einzelne Gläubige geradezu. Der Prophet *Kohélet* kennt noch keine Unsterblichkeit des einzelnen Menschen. Der individuelle Tod erscheint »natürlich«, profan, radikal. Im kollektiven Gedächtnis bleibt lediglich die Geschichte des ausgewählten Volkes Israel im göttlichen Heilsplan erhalten, an dessen Ende die Errichtung des Reich Gottes steht. Das individuelle Schicksal ist hingegen von nachrangiger Bedeutung. Hundert Jahre später spricht der Prophet *Daniel* aber schon von den Toten, dass sie eines Tages zum Leben wieder erweckt würden und entweder ein ewiges Leben in göttlicher Nähe verbringen dürften oder in ewiger Verdammung und Ferne von Gott erleiden müssten. Diese Lehre von den vormalig Lebenden, dann Verstorbenen und schließlich zum Leben wiedererweckten Personen setzt eine individuelle Identität voraus, die den Tod transzendiert. Die Heilsgeschichte bezieht sich nicht mehr nur auf das Volk Israel, sie hat sich vielmehr zu einer Heilsgeschichte von Individuen gewandelt. Die Vorstellung von Zeit ist nicht mehr zyklisch, vielmehr linear und teleologisch ausgerichtet. Im *Neuen Testament* werden diese Gedanken weiterentwickelt. Der einzelne Mensch ist in seiner Einzigartigkeit aus dem Verband der Natur herausgehoben, das Leben ist ihm von Gott geschenkt. Zu ihm unterhält er ein personales Verhältnis. Der individuelle Tod des Menschen wird keineswegs verleugnet. Die Vernichtung der leiblichen Existenz im Tod ist geradezu die Voraus-

setzung für die Auferstehung und die Möglichkeit eines ewigen Lebens. Das Vorbild von *Jesus Christus*, des menschengewordenen Sohn Gottes, der einen menschlichen Tod erleidet, mit seinem Tod die Menschheit erlöst und den Tod durch die Auferstehung überwindet, bildet für die Gläubigen die Basis für ihre Hoffnung. Der Tod verliert dadurch seinen radikalen Schrecken. Das Bewusstsein der Endlichkeit des persönlichen Lebens behält für den einzelnen Menschen aber eine herausfordernde zentrale Bedeutsamkeit bei, da es im *Jüngsten Gericht* dem Urteil des christlichen Gottes unterliegt. Und dieses Urteil entscheidet, ob die ewige Existenz des verstorbenen und auferweckten individuellen Menschen in Gottesnähe oder aber in Gottesferne sein wird. In dieser christlichen Position der anthropozentrischen Theonomie betreffen Vernichtung wie Auferstehung die eigenste personale Identität.

(4) Die christliche Theologie wird in ihren theoretischen Konzeptualisierungen vom Tod und der transzendenten postmortalen Existenz über Jahrhunderte wesentlich von der platonischen bzw. neuplatonischen Philosophie (*Plotin*) geprägt. Bei *Descartes* kündigt sich ein neuartiger Fokus an, der eine zunehmende *Wendung zur Selbstreferenz* einleitet. *Descartes* beschränkt das Wesen des Menschen fast vollständig auf dessen rationales Denkvermögen (*cogito, ergo sum*), auch wenn das Individuum noch weiterhin auf Gott gerichtet ist. *Kant* formuliert die allgemeine Menschenvernunft ebenfalls in einem strengen Bezug auf die Subjektivität des Menschen. Die Dinge der Welt sind für ihn nicht mehr direkt erkennbar. Sie können in den Wahrnehmungen zwar ergründet werden, sind hierin aber von angeborenen Strukturen des menschlichen Geistes, den vorgegebenen Kategorien des Denkens und Urteilens wie Raum, Zeit, Qualität, Kausalität, etc. abhängig, die so eine Ordnung der empirischen Welt in ihren Gesetzmäßigkeiten erkennen lassen. Wesenheiten wie Gott oder unsterbliche Seele sind nicht mehr Gegenstände dieser rationalen Erkenntnisbemühungen des Menschen. Nur über seine praktische Vernunft, die menschliches Handeln generell unter ein allgemein gültiges Sittengesetz als höchster Form von Moralität zu stellen fordert, sei Gott oder eine unsterbliche Seele metaphysisch zu schlussfolgern. Gott oder unsterbliche Seele könnten aber nicht mehr gewusst, sondern allenfalls geglaubt werden. Bei *Kant* ist der einzelne Mensch auf sich allein gestellt. Er besitzt in seinen Entscheidungen eine innere Freiheit zu Autonomie und Mündigkeit. Dem eigenen Tod gegenüber, der als Geschehen nur mehr rein natürliche Ursachen hat, steht er vereinsamt gegenüber. Diese selbstreferentielle Wendung kommt in weiterer Folge bei *Kierkegaard* wohl am pointiertesten zum Ausdruck. Für ihn ist das existentielle Individuum ein Selbst in seiner Innerlichkeit. In diesem Selbst allein liegt in der Ausrichtung auf Gott die einzig gültige subjektive Wahrheit begründet. Sie zu erkennen, ist ein ›Sein-Können‹, die aber nur in einem gebotenen Ernst möglich ist. Nicht der Tod selbst, sondern der antizipierende Gedanke an den eigenen Tod vermag diesen Ernst zu vermitteln. Es ist diese Vorwegnahme des je eigenen, des personalen Todes, der dem einzelnen Mensch radikal, vereinsamend und vernichtend entgegentritt. Nur in der Hinwendung zu Gott ist für ihn eine Sinnggebung des Todes möglich (*credo, quia absurdum*).

(5) Diese selbstreferentielle Position im Verständnis des Todes wird bei *Heidegger* noch zusätzlich radikalisiert, indem das Todesproblem vom Problem einer wie auch immer gearteten postmortalen Existenz abgekoppelt ist. Für *Heidegger* ist das ›in der Welt sein‹ des Menschen prinzipiell ein ›Sein zum Tode‹. In dieser radikalisierten *Wendung zu einer Inversion* ist das Todesbewusstsein nur mehr von der innerweltlichen Existenz des Menschen her zu bestimmen. Das ›in der Welt sein‹ ist für den Menschen eine Faktizität (›Geworfenheit‹), die er aufnehmen muss, ohne dass es hierfür einen tieferen Grund gibt. Er kann aber verstehen und die Möglichkeiten seiner Existenz erkennen (›Seinkönnen‹). Er kann sie im Sinne eines durchschnittlichen unbekümmerten Lebens führen (›dem Man verfallen‹). Oder er kann erkennen, dass seine Existenz auf die äußerste Möglichkeit, nämlich den Tod zusteuert. Das Verständnis des Todes nach *Heidegger* betrifft nur den eigenen Tod (›jemeinig‹). Als solcher ist er ›unüberholbar‹, weil er die letzte Existenzmöglichkeit darstellt, er ist ›gewiss‹, aber in seinem künftigen Eintreten ›unbestimmt‹. Und er ist ›unbezüglich‹, weil er die Beziehungen zur Welt, auch zur mitmenschlichen Welt (›Mitsein‹) radikal abbricht. Eine Existenzmöglichkeit über den Tod hinaus ist bei *Heidegger* nicht mehr denkbar, wie sie etwa *Kierkegaard* noch in der Hinwendung zu Gott festgehalten hat. Sich dieser radikalen Gewissheit entschlossen zu stellen erfordert aber sich einer hiermit verbundenen unabweisbaren Angst zu stellen. Die bewusste Konfrontation mit dieser existentiellen Angst eröffnet es dem Individuum seine ›eigentlichen‹ Möglichkeiten zu erkennen, hierfür die persönliche Verantwortung zu übernehmen und so ein authentisches Leben zu führen. Diese angstvolle Spannung aushalten zu können ist für *Heidegger* ein letztes Existenzideal. Eine ähnlich radikale Position nimmt auch *Sartre* in seiner Existenzphilosophie ein. Auch er betont eine grundlegende Freiheit des Menschen in dessen Existenzgestaltung. Er ist zur Freiheit geradezu ›verdammt‹. Doch angesichts des individuellen Todes als Abgrund in ein ›Nichts‹ erblickt er nur Absurdität.

Nassehi und Weber (1989) lassen sich in ihrer soziologischen Studie von folgenden Fragen leiten:

- Was sind die Erscheinungsformen eines öffentlich wirksamen Todesbewusstseins in der Gesellschaft innerhalb einer jeweiligen historischen Epoche?
- Welcher Art sind die theoretischen Modelle, die das unabwendbare Schicksal des sterblichen Menschen bedeutungsvoll erklären?
- Und welche jeweils ausdifferenzierten Systeme einer Gesellschaft können einen potentiellen Lebenssinn stiften und tragfähige Antworten auf die drängenden existentiellen Fragen der Individuen in dieser Gesellschaft geben?

Religionen lieferten über Jahrhunderte dominante Modelle zur Erklärung der Welt, der Stellung des Menschen im Kosmos, der *conditio humana*. Sie vermittelten Sinnhaftigkeit und Trost angesichts der vielfältigen Lebensschicksale und der existentiellen Herausforderung eines individuellen Todes. Spätestens seit der *Aufklärung* wurde diese Monopolstellung der Religion immer stärker erschüttert. Neben der

Religion differenzierten sich weitere selbständige kulturelle und wissenschaftliche Systeme von Philosophie, Kunst und Musik, von moderner Psychologie und Medizin, von Geistes- und Naturwissenschaften aus. Sie entfalteten auf gesellschaftlicher Ebene eine je eigene Entwicklungsdynamik. Die Durchrationalisierung, die Überbetonung der instrumentellen Vernunft eröffnete gerade im Wirtschaftlichen, im Technisch-Machbaren vielfältige Zukunftsprojekte. Die linear-teleologische Perspektive der christlichen Heilsgeschichte wurde von einer neuzeitlichen Zukunftsvision des offenen und unbegrenzten Fortschritts der menschlichen Zivilisation abgelöst. Vor allem in der westlichen Moderne veränderte die Trennung von sakralen und säkularen Lebensbereichen radikal das traditionelle religiöse Welt- und Menschenbild und löste es in multiple, miteinander konkurrierende Sinnentwürfe auf. Religion in der modernen Gesellschaft wurde stark individualisiert. In einer persönlichen Wahl als sinnstiftender Bezugsrahmen wurde sie subjektiv begründungspflichtig (Luhmann, 2008). Im Hinblick auf die existentielle Herausforderung des individuellen Todes war der einzelne Mensch zunehmend auf sich alleine gestellt, hierfür eine Antwort finden zu müssen. Er entdeckte neben einem individuell getroffenen religiösen Bekenntnis allenfalls in Philosophie, Musik und Kunst zusätzliche Unterstützung und Modelle einer prekären symbolischen Unsterblichkeit (Gay, 2008; Baumann, 2016). Die führenden politischen, lebensanschaulichen und wirtschaftlichen Ideologien des 20. Jahrhunderts erwiesen sich durchwegs als verhängnisvolle Irrwege. Sie führten zu einem »Jahrhundert der Extreme« (Hobsbawm, 1998) mit verheerenden Weltkriegen, grausamen Genoziden und wirtschaftlichen Katastrophen. Auch das anschließende 21. Jahrhundert erscheint bereits jetzt als ein Jahrhundert des Todes. Es kennt die Fortsetzung einer schier endlosen Kette von regionalen Kriegen und genozidalen Vertreibungen, von Terror, weltweiten Finanzkrisen, Hungersnöten und tödlichen Seuchen. In einer globalen Perspektive schafft die räuberische ökonomische Ausbeutung der globalen natürlichen Ressourcen eine zunehmend unüberbrückbare Kluft zwischen reichen und verelendenden Ländern. Eine sich zuspitzende Klimakatastrophe droht die natürlichen Lebensräume in vielen Regionen der Erde unbewohnbar zu machen und zu zerstören mit einer kaum vorstellbaren politischen und sozialen Sprengkraft regional und global in Folge. Konflikte zwischen den Weltmächten tragen ein stets mögliches Risiko zu einer eskalierenden Auseinandersetzung auch mit einem atomaren Waffenarsenal, das ausreichen würde, das Leben auf dem gesamten Planeten Erde komplett auszulöschen und die Perspektive auf eine Zukunft für die gesamte Menschheit abrupt und endgültig zu beenden. Bilder einer atomaren Apokalypse sind seit Hiroshima und Nagasaki in der kollektiven Vorstellungswelt prinzipiell verankert.

Todesbewusstsein, Todesangst, Todesleugnung und symbolische Unsterblichkeit

Die Wesenseigenschaft des Menschen, die ihn vor den Vertretern selbst der hoch entwickelten Primaten aus der Tierwelt auszeichnet, ist seine kognitive Fähigkeit, Selbstbewusstsein zu besitzen und in Selbstreflexion auch die Gewissheit zu erfassen, dass seine Existenz endlich ist, und die Möglichkeit seines individuellen Todes prinzipiell stets gegeben ist (*mors certa, hora incerta*). Diese Tatsache antizipatorisch vorwegnehmen zu können, löst innere Verunsicherung und ungerichtete Angst aus. Sein evolutionäres, sowohl in den Genen als auch in den Strukturen des Gehirns verankertes *biologisches Schutzprogramm* von Angst, Kampf und Erstarrung ist primär auf eine basale Bewältigung akuter *äußerer Bedrohungen* und Gefahren gerichtet. In dieser elementaren Gefahrenabwehr wird es durch ein weiteres biologisches Programm, das *Bindungssystem* unterstützt, das seine mitmenschlichen Beziehungen im Kontext einer sozialen Gruppe zusätzlich sichert. Hierdurch wird der Schutz nach außen hin erhöht. Es macht ihn aber gleichzeitig gegenüber der konkreten Erfahrung einer Trennung oder eines Verlustes von Bindungspartnern vulnerabler. Der erlebte Tod eines emotional nahestehenden Mitmenschen löst elementaren Schmerz aus, der in der Trauer, wenngleich mühsam überwunden werden kann. Beide motivationalen Systeme begründen das vitale Bestreben als Individuum und als soziale Gruppe leben und überleben zu wollen. Ohne diesen primären biologischen Überlebenswillen wäre es in einer evolutionären Perspektive für den *Homo sapiens* nicht möglich gewesen, sich als Gattung durchzusetzen und sich fortzuentwickeln. Seine ebenfalls evolutionär erworbene individuelle Fähigkeit zu Sprach- und Symbolgebrauch ermöglichen es dem Menschen aber auch für abstraktere, quasi nur in Selbstreflexion und Antizipation vorweggenommene *innere Bedrohungen* kreative Lösungen zu schaffen, wie dies exemplarisch in der Antizipation des individuellen Todes, der ultimativen Bedrohung des eigenen Lebens gegeben ist. Lösungen hierfür zu finden zeichnen ihn neben seiner Begabung zu rationaler Vernunft wesentlich als ein symbolfähiges und kulturschaffendes Wesen (*animal symbolicum*) bereits seit den frühen prähistorischen Anfängen der Menschheitsentwicklung aus (Cassirer, 2010; Langer, 1984). So gelang es dem Menschen im Laufe der kulturellen Entwicklungsperioden nicht nur ein individuelles und gesellschaftliches *Todesbewusstsein* als der grundlegenden existentiellen Herausforderung zu entwickeln, sondern in symbolischen Formen und Ausdrucksgestalten auch Modalitäten einer ›symbolischen Unsterblichkeit‹ zu kreieren, die gleichsam einen transzendenten Schutz vor der individuellen und kollektiven Sterblichkeit vermitteln (Becker, 1976).

Lifton (1986, 15) kennzeichnet diesen kulturellen Schaffensprozess folgendermaßen:

Der Mensch schafft Kultur nicht aus seinem Bedürfnis heraus, das Sterben zu leugnen [...], sondern vielmehr als Ausdruck seines nur ihm eigenen Wissens um sein Sterben und Fortdauern.

Dieser kulturelle Schaffensprozess drückt auf einer allgemeinen Ebene ein kollektives Wissen aus, sowohl an das biologische Leben als auch an Geschichte gebunden zu sein. Auf einer unmittelbaren individuellen Ebene sind es Bilder und Gefühle, die unser innerstes Wesen direkt berühren und verwandeln können. »Symbolische Unsterblichkeit« kann auf vielfältige Weise angestrebt werden:

- Dem Menschen ist es trotz der Erkenntnis eines jederzeit möglichen Todes leichter zu leben, wenn er versichernde und tröstende Bilder in sich trägt, die ein quasi »biologisches« Weiterleben und eine personale Erinnerung an ihn in seinen Nachkommen ausdrücken, und wenn er sich gleichzeitig in einem ritualisierten Gedenken als wertgeschätztes Ahnenmitglied in der historischen Generationenabfolge der sozialen Gruppe aufgehoben weiß. Zugrunde liegt aber eine tragende Vorstellung von der Fortexistenz der Menschheit als solcher.
- Transzendenter Schutz und existentieller Trost gelingen dem Menschen auch in einem Glauben an die Unsterblichkeit der Seele nach dem leiblichen Tod, wie er in den traditionellen Religionen als Basis von existentieller Hoffnung verankert ist.
- Herausragende kulturelle und wissenschaftliche Leistungen im Lebenswerk einer Person sowie heroische Taten für die gesellschaftliche Kommunität können einem Individuum auch nach dem Tod ebenfalls eine Form von symbolischer Unsterblichkeit versprechen. Voraussetzung hierfür aber ist eine gesellschaftlich bewahrte und gepflegte Erinnerbarkeit dieser Leistungen in einem kollektiven Gedächtnis.
- Vorstellungen einer in Raum und Zeit grenzenlosen Natur können als symbolischer Beleg einer fortbestehenden natürlichen Umwelt dienen, an der der einzelne Mensch während seines Lebens teilhat, in die er nach seinem Tod eingeht, und die als solche den individuellen Tod eines Menschen überdauert.
- Religiös-spirituelle wie auch natürlich-säkulare Formen einer praktizierten Mystik können Elemente aus allen oben angedeuteten Formen einer symbolischen Unsterblichkeit in sich integrieren. Sie definieren in unterschiedlichen geistigen und kulturellen Traditionen Wege zu einer inneren Transzendenz Erfahrung. Diese vollzieht sich in einer christlichen Tradition in einer ritualisierten Vorbereitung auf einen Stufenprozess der inneren Versenkung. Zunächst wird die alltägliche körperliche und seelische Bewusstseinslage schrittweise auf einen Punkt zurückgeführt, wo die innere personale Mitte verloren geht. Es setzt ein sterbähnliches Erleben mit Auflösung von Raum und Zeit ein, die von Todesangst und großen körperlichen Qualen bestimmt ist. Sie mündet schließlich in eine Vereinigung mit Gott (unio mystica) ein, die eine ekstatische Bewusstseinshebung bewirkt. In ihr wird eine neue personale Mitte gefunden. Dieser Zustand wird oft als ein »ozeanisches Gefühl« beschrieben, das mit einer unvergleichlichen Lebendigkeit einhergeht. In einer östlichen, buddhistischen oder taoistischen Tradition der Meditation verläuft dieser mystische Prozess in der Regel emotional sehr viel ruhiger ab. Er zielt auf einen Zustand der vollständigen

Dezentrierung des Ich in »absoluter Leere«, die durch ein Gefühl großer innerer Gelassenheit und seelischen Friedens gekennzeichnet ist. In beiden Pfaden der mystischen Transzendenzerfahrung wird Todesangst überwunden.

Man mag in diesen Modalitäten einer »symbolischen Unsterblichkeit« je gesellschaftlich vermittelte Abwehrformationen erblicken, die letztlich auch eine Verdrängung und Leugnung des Todesproblems auf kollektiver und individueller Ebene fördern könnten. Man kann in ihnen aber auch den psychologisch und kulturell wirksamen Ausdruck einer dem Menschen innewohnenden kreativen Kraft seines Geistes erblicken, Bilder und Symbole zu entwickeln, die hilfreich sind, die existentielle Endgültigkeit des individuellen Todes akzeptieren zu lernen, sich trotzdem aber in einer übergeordneten und überdauernden symbolischen Ordnung verankert zu verstehen, ohne freilich je einen sicheren Beleg für eine wie auch immer gear-tete individuelle postmortale Existenz in Händen zu halten. Und es sind Bilder und Symbole, ohne die Gesellschaften keine Humanität des Zusammenlebens aufrecht-erhalten könnten, und ohne die der einzelne Mensch keinen persönlich tragenden Lebenssinn schaffen, keinen Lebensmut entwickeln, keine Dankbarkeit an das Leben zeigen, kein Mitgefühl und Mitleid, keine Fürsorge und Solidarität für- und miteinander aufbringen könnte.

Die oben nur grobkörnig mögliche Zusammenfassung von signifikanten Wendepunkten in der Entwicklung eines gesellschaftlichen Todesbewusstseins (Nassehi & Weber, 1989) machte aber schon klar, dass es für den modernen und postmodernen Menschen heikel und prekär geworden ist, sich auf eine solche »symbolische Unsterblichkeit« verlässlich beziehen zu können. In den sich vor allem nach dem Primat einer instrumentellen Vernunft immer weiter ausdifferenzierenden selbständigen Systemen und Institutionen einer heutigen Gesellschaft ist kaum mehr eine souveräne Sinnschöpfung für eine öffentliche Bewältigung des existentiellen Todesproblems erkennbar. Diese Sinnschaffung ist zunehmend zur überfordernden Aufgabe des Individuums allein geworden. Persönliche Todeserfahrungen haben sich in den wohlhabenden und über Jahrzehnte von unmittelbaren Kriegen verschont gebliebenen Ländern des Westens weitgehend in abgetrennte Räume verlagert. Individuelles Sterben im Alter oder in terminaler Erkrankung vollzieht sich überwiegend außerfamiliär in medizinischen und pflegerischen Versorgungskontexten. Treten im individuellen Leben unerwartete Todesfälle von nahen Angehörigen und Freunden auf, nimmt der Erlebnisscharakter nicht selten eine traumatische Qualität an. Der individuelle Tod ist kein brennendes öffentliches Thema mehr, wohl aber die Form eines regulierten Sterbens. Andererseits kontrastieren im öffentlichen Erfahrungsbereich eine geradezu pervers anmutende Beschäftigung mit medial aufbereiteten Todessensationen sowie ein auf *Thrill* basierender Dauerkonsum von virtuellen Darstellungen tödlicher Gewalt. In beiden Fällen muss es uns selbst hierbei aber nicht tiefer berühren. Es scheint unser Empfinden für die Realität des Todes vielmehr eher abzustumpfen, zu betäuben.

Unserem öffentlichen Alltagsbewusstsein ist auch mehrheitlich entzogen, obwohl wir anfangen es zunehmend beunruhigt zu verspüren, dass die Sicherheit unserer selbstverständlichen Lebensweise trügerisch ist, dass wir Tod auf vielfältige Weise exportieren, dass die von uns mitverursachten Probleme von Tod und Zerstörung andernorts in globaler Verflechtung aber auf uns in zunehmender Wucht zurückzukehren drohen.

Wie wirken sich diese Bedrohungen auf das individuelle und soziale Erleben vom Tod in unseren gegenwärtigen Gesellschaften aus? Wie ist die Phänomenologie von Todesangst? Auf welchen psychodynamischen Wurzeln beruht Todesangst? In welchen psychopathologischen Zuständen erreicht sie eine klinische Relevanz? In welchen sozialpathologischen Dimensionen scheint sie auf?

Zur Phänomenologie und Psychodynamik von Todesangst

Wir Menschen könnten kein individuelles Leben in eine offene Zukunft hin ausrichten, wären wir fortwährend in der bewussten Antizipation unserer eigenen Endlichkeit gefangen. Evolutionäre und kulturelle Mechanismen vermitteln uns einen relativen, aber keinen absoluten Schutz, diese Realität des Todes aus unserem Alltagsbewusstsein fernzuhalten. Es ist aber unvermeidlich, dass wir mit der Tatsächlichkeit des Todes auch in unserem Leben konfrontiert werden. Es ist das Versterben eines nahen Angehörigen, selbst wenn eine schwerwiegende Erkrankung oder ein hohes Alter das Ereignis seines Todes absehbar machte, um so schockierender, wenn sein Tod unvermittelt und plötzlich auftrat, es führt uns zu einer unabweisbaren Einsicht. Jankélévitch (2005, 23) formulierte in seinem ergreifenden philosophischen Hauptwerk *Der Tod*:

Der Tod eines uns nahestehenden Menschen bringt uns augenblicklich zu Bewusstsein, dass der Tod nicht nur für die anderen ist, oder: dass ich selbst einer dieser ›Anderen‹ bin.

Und weiter:

Mit einem Wort, der Mensch, den das Unheil getroffen hat, nimmt den Tod jetzt ernst (2005, 24).

Unmittelbar und direkt erfasst uns diese Erkenntnis, wenn wir selbst lebensbedrohlich erkranken oder wir gar gewärtigen müssen, dass diese Krankheit zum baldigen Tode führen wird. Wir realisieren, dass wir dem Tod als absoluter Grenze, als letzter Möglichkeit unseres Lebens in einem alleinigen Sterben unweigerlich entgegengehen. Den Tod selbst können wir als solches weder denken noch per definitionem erleben. Die letztmögliche Gewissheit seines Eintretens verwirrt uns kognitiv, weil sie mit allen unseren auf das Leben gerichteten zentralen kognitiven Strukturen inkompatibel ist. Emotional löst sie Todesangst aus. Ob die Todesangst

uns aber überwältigt, oder ob wir uns zu ihr angemessen verhalten können und die Tatsächlichkeit unseres eigenen Todes zu akzeptieren lernen, hängt von vielen Faktoren ab. Unsere Haltung zum Tod ist das Resultat kumulativer Lebenserfahrungen im jeweils uns umgebenden gesellschaftlichen und kulturellen Kontext.

Wie äußern sich Todesängste?

Todesangst verweist auf ein multidimensionales psychologisches Konstrukt, dessen vielfältige Inhalte sich auch empirisch erfassen lassen (Lehto & Farchaus Stein, 2009). *Todesangst* kann sich für einen Menschen vorrangig auf einen quälenden und schmerzvollen Sterbeprozess beziehen. Oder er fühlt sich gezwungen, sich obsessiv mit inneren Bildern des abstoßenden Prozesses seiner körperlichen Verwesung befassen zu müssen. Für einen anderen bedeutet es vor allem die endgültige Trennung von geliebten nahen Angehörigen und Freunden, den absoluten Verlust der vertrauten sozialen und natürlichen Umwelt, an der er bald nicht mehr teilhaben wird. Einen weiteren konfrontiert es in einer lebensbedrohlichen Erkrankung mit der Möglichkeit eines verfrühten Todes. Er realisiert, dass wichtige Lebensprojekte nicht mehr eingelöst werden können, oder dass erträumte Schritte ins Leben noch gar nicht getan worden sind und nun nicht mehr möglich sein werden. Vielen Menschen stellt sich angesichts eines nahen Todes die nicht beantwortbare Frage nach der Möglichkeit einer postmortalen Existenz oder aber der Auslöschung der personalen Identität und konfrontiert mit der Sinnlosigkeit des Nichts im Tode. Bei einigen religiösen Menschen kann die Furcht auch auf eine mögliche ewige Verdammnis angesichts als gravierend beurteilter Verfehlungen im persönlichen Lebensweg richten. Vermutlich bei allen, wo noch möglich, richtet sich aber bei einem unausweichlich nahen eigenen Tod der wertende Blick zurück auf das vergangene persönliche Leben. In einer Definition von *Todesangst* lassen sich mehrere phänomenologische Aspekte unterscheiden. Von Todesangst im engeren Sinne kann bei akut drohender Realgefahr für Leib und Leben gesprochen werden. Furcht vor dem Tode ist impliziert bei konkreter gesundheitlicher Bedrohung, richtet sich in phobischer Antizipation speziell auch auf einen schmerzvollen Sterbeprozess. Angst vor dem Tode bezieht auf eine unspezifische ängstliche, aversive Reaktion auf die Vorstellung von Totsein, Nichtsein in den körperlichen oder spirituellen Aspekten des Verlustes der persönlichen Existenz (Juckel & Mavrogiorgou, 2018).

Wie stellt sich der psychodynamische Kontext von Tod und Todesangst dar?

In einer psychodynamischen Perspektive werden der *Tod*, die bewussten und unbewussten *Einstellungen zum Tod* und die *Todesangst* recht unterschiedlich konzeptualisiert. In seinem Briefwechsel mit Einstein Zeitgemäßes über Krieg und Tod räumte Freud (1915, 341) unter dem Eindruck der Gräuel des I. Weltkriegs der Realität des Todes einen zentralen existenzvernichtenden Stellenwert ein. Er legte in unseren Einstellungen zum Tod eine heikle psychodynamische Spannung frei:

Im Grund glaube niemand an seinen eigenen Tod, oder, was dasselbe ist: Im Unbewussten sei jeder von uns von seiner Unsterblichkeit überzeugt.

Und führte in weiterer Folge aus:

Sollten wir nicht zugestehen, dass wir mit unserer kulturellen Einstellung zum Tode wieder einmal über unseren Stand gelebt haben. [...] Wäre es nicht besser, dem Tod den Platz in der Wirklichkeit und in unseren Gedanken einzuräumen, der ihm gebührt, und unsere unbewusste Einstellung zum Tode, die wir bisher so sorgfältig unterdrückt haben, ein wenig mehr hervorzukehren? ... Wir erinnern uns an den alten Spruch: Si vis pacem, para bellum. [...] Es wäre zeitgemäß ihn abzuändern: Si vis vitam, para mortem (1915, 354).

Für Freud waren jegliche Vorstellungen über eine postmortale Existenz als Versuche zu entlarven, die Realität des Todes zu leugnen. Jung (1936, 273) nahm hierzu eine konträre Position ein:

Über ihn [den Intellekt] hinaus gibt es ein Denken in urtümlichen Bildern, in Symbolen, die älter sind als der historische Mensch, ihm seit Urzeiten angeboren und alle Generationen überdauernd, ewig lebendig die Urgründe unserer Seele erfüllend. [...] Es handelt sich in Wirklichkeit weder um Glauben noch um Wissen, sondern um die Übereinstimmung unseres Denkens mit den Urbildern unseres Unbewussten. [...] Und einer dieser Urgedanken ist die Idee vom Leben jenseits des Todes.

Es bleibt bei Jung unklar, ob er in dieser ursprünglichen Bilderwelt der Archetypen einen realen buchstäblichen Beleg für eine postmortale Existenz erblickt, in einem mythischen und vormodern christlichen Sinne die Endgültigkeit des menschlichen Lebens im Tod leugnet und stattdessen den Tod als Übergang in eine eigentliche jenseitige Existenz ansieht.

Hierauf machte Lifton (1986) in seinem großen psychiatrischen und psychoanalytischen Werk *Der Verlust des Todes*. Über die Sterblichkeit des Menschen und die Fortdauer des Lebens aufmerksam. Er betonte, dass in diesen Urbildern eine kreative Schaffenskraft des Menschen und der Menschheit zum Ausdruck kommt (siehe oben), die in einem symbolischen Realitätsverständnis von Unsterblichkeit gerade-

zu die lebensnotwendige Voraussetzung schafft, die Tatsächlichkeit des individuellen Todes anzuerkennen und Todesangst überwinden zu können. Ein Erleben von psychologischen Todesäquivalenten und eine psychologische Auseinandersetzung mit ihnen bestimmen die Individualentwicklung des Menschen in den unterschiedlichen Abschnitten des Lebenszyklus von Anbeginn an. Sie prägen seine Einstellung zum Tode und seine psychologische Fähigkeit Todesangst verspüren, aushalten und eventuell auch überwinden zu können.

Lifton (1986) zeigte auf, dass bereits Kinder in ihren frühen Entwicklungsjahren multiple Erfahrungen von Trennungen und Verlusten in ihren unmittelbaren sozialen und natürlichen Umweltkontakten sammeln. Sie können auch bereits den Tod von Lieblingstieren oder von nahen Familienmitgliedern, verhängnisvoll auch von einem Elternteil erleben. Sie empfinden den hiermit verbundenen Schmerz, ohne ihn bereits voll zu verstehen, ohne ihn in seiner Endgültigkeit aber schon kognitiv korrekt einordnen zu können. Sie erleiden selber erste schmerzvolle, manchmal auch bedrohliche Krankheiten und erschließen intuitiv den Ernst ihrer Situation an den besorgten und bangen Gesichtern ihrer Eltern. Sie verletzen sich in ihrem Bewegungsdrang und im Ungestüm ihres Spiels, gelegentlich auch folgenreich. Sie erahnen, dass ihr Körper prinzipiell verletzlich ist und Grenzen in seiner Expansion und Leistungskraft aufweist. Sie erkennen, dass ihr Selbsterleben in einen Rhythmus von Tag und Nacht, von Aktivität und Passivität, von Bewegung, Ermüdung und Schlaf eingebunden ist. Diese ondulierende Stärke des verspürten und schließlich versiegenden Lebensgefühls im Tagesablauf ist auch von einem Wechsel in den grundlegenden Gefühlen von Sicherheit und Ängstlichkeit begleitet. All diese beunruhigenden und schmerzlichen Erfahrungen werden in den bekannten psychodynamischen Folien der psychosexuellen, der affektiven und kognitiven, der narzisstischen und objektgerichteten Entwicklungsschritte der Kindheit aufgenommen und entsprechend des Reifealters je eigenständig verarbeitet und so die Bezüge einer inneren und äußeren Umwelt bewusst und unbewusst organisiert. In diesem psychodynamischen Kontext kristallisieren sich auch die je polaren Dimensionen von Trennung/Verlust und Verbindung, von Auflösung/Auslöschung und Integrität, von Stillstand und Bewegung heraus, die letztlich eine psychodynamische Matrix eines entstehenden Konzeptes von *Tod* bilden. Lifton spricht bei diesen prinzipiell angstvollen frühen Erfahrungen von kindlichen ›Todesäquivalenten‹. Die ontogenetischen Wurzeln von Todesangst sind also untrennbar mit den normativen Entwicklungskrisen und den typischen Angstmodi der kindlichen Entwicklung verbunden und unterliegen auch den je typischen bewussten und unbewussten Abwehrmechanismen (Stolorow, 1973; 1979; Csef, 1987; Firestone, 1993; Langs, 2008). Bestimmen gravierende Traumata die frühkindliche Entwicklung, dann wird diese psychodynamische Matrix des *Todeskonzeptes* verhängnisvoll verzerrt. Es können dann Dispositionen auch für klinisch relevante Psychopathologien und Abwehrformationen von Todesangst resultieren (Langs, 2018).

Vermutlich die am häufigsten ausgebildeten globalen Bewältigungsmodi von frühkindlichen Ängsten und damit auch von zugrundeliegenden Todesängsten dürften in der Konzeptualisierung von Balint (1959) zwei polare Lebensstile sein, die er zum einen als oknophil, zum anderen als philobatisch bezeichnete. Im ersten Modus muss die Abhängigkeit von einer mächtigen, fürsorglichen, und sicherheitsstiftenden, aber in dieser Funktion misstrauisch betrachteten Bindungsfigur unbedingt aufrechterhalten werden, sonst drohen vernichtende Trennungsangst, Selbstverlust und ohnmächtige Hilflosigkeit. Eigene Individuationsbedürfnisse sind gefährlich, weil sie dieses grundlegende Band erschüttern könnten. So können aktive Bewältigungsmöglichkeiten kaum effizient entwickelt werden. Im zweiten Modus muss hingegen jeglicher Abhängigkeitswunsch von Partnern geleugnet werden. Stattdessen imponieren eine narzisstische Selbstgenügsamkeit und eine weitgehende Autonomie ohne emotional tiefergehende Bindungen. Aktive Ich-Fertigkeiten und soziale Kompetenzen werden rasch ausgebildet. Sie dienen aber in erster Linie dem Erwerb von äußerlichem Besitz und selbsterhöhendem Status. Aktivität, Gesundheit, körperliches Erscheinungsbild nehmen einen hohen Stellenwert ein. Eine auch hier zugrundeliegende Angstvulnerabilität wird mit diesem Stil kontrolliert. Sie wird nicht selten durch ein kontraphobisches Verhalten überkompensiert (Kraus & Csef, 1994). Beiden Bewältigungsmodi ist eine je charakteristische Konflikthanfälligkeit zu eigen. Sie kann in typischen Auslösesituationen zu krisenhaften Ängsten inklusive zu Todesängsten führen (siehe unten).

Gerade in den Jahren der *Adoleszenz* und des *jungen Erwachsenenalters* setzt ein intensives Überprüfen der Vorstellungen zum Leben und zum Tod ein, nun aber schon mit den kognitiven Möglichkeiten des formal-operativen Denkens, das eine Schärfe von ungewohnter Dringlichkeit und Endgültigkeit in den Überlegungen aufweisen kann. Jugendliche sind intensiv damit befasst, innerhalb weniger Jahre für eine Fülle von herausfordernden normativen Entwicklungsaufgaben (Individuation gegenüber Ursprungsfamilie, Integration in neue soziale Gruppen, sexuelle Identität, Ausbildung/ berufliche Qualifikation, individuelle Lebensstruktur, subjektive Wertehierarchie) tragfähige Lösungen für den Eintritt ins Erwachsenenleben finden zu müssen (Kapfhammer, 1993). Für eine bedeutsame Subgruppe von Jugendlichen kann dieser Entwicklungsabschnitt höchst krisenhaft verlaufen. Phasen von lähmender Stagnation, Depersonalisation, erlebter Sinnlosigkeit, Todessehnsucht können sich abwechseln mit Phasen eines riskanten, nicht selten selbstdestruktiven Sozialverhaltens mit situativ erhöhter Lebendigkeit und ekstatischer Grenzüberschreitung. Diese Zustände lassen jene oben skizzierten Todesäquivalente in alterstypischer Form und Heftigkeit hervortreten. Für den adoleszenten Entwicklungsabschnitt bestehen in den westlichen Gesellschaften zwar multiple soziale Übungsräume, daneben auch zahlreiche subkulturelle Milieus, die wichtige explorative Erfahrungen in der Einübung künftiger Erwachsenenrollen fördern oder zumindest tolerieren. Entscheidungen mit einem persönlichen *Commitment* für ein künftiges Erwachsenenleben in einem modernen gesellschaftlichen Kontext sind aber

jeweils individuell alleine zu treffen. Sie erfolgen nicht mehr über traditionell festgelegte Übergangsriten, wie dies über die Jahrtausende in den indigenen Völkern als Eintritt in das Erwachsenenalter praktiziert worden ist. In diesen traditionellen Initiationsriten ist ein ›symbolischer Tod‹ als Abschluss der Kindheit in den todesäquivalenten Dimensionen von Trennung und Verlassenheit (Ausgesetzt werden in fremder, gefahrenvoller Umgebung), von Desintegration (Erleiden körperlicher Schmerzen und Verletzungen, genitaler Verstümmelung) und von Lebensstillstand (prolongierte Verharren in Bewegungslosigkeit und Ohnmacht) zu erleiden. Sind diese tiefgreifenden Reifungsprüfungen absolviert, dann findet in einer abschließenden religiös-schamanistischen Zeremonie ein Akt der Wiedervereinigung, der Reintegration und der lebenserfüllten Reaktivierung statt. Eine sakrale Dimension zeichnet sich ab, wenn der Jugendliche nunmehr Teil einer heiligen Kosmologie wird und sich als junger Erwachsener in die historische Generationenfolge einreicht. Die Zeremonie des Übergangs mündet nicht selten in ein ekstatisches Erleben von Sexualität ein (van Gennep, 1981). Der Übergang des Jugendlichen zum Erwachsenen in den westlichen Gesellschaften verläuft in der Regel nicht ritualisiert in verbindlichen traditionellen Bahnen. Er erstreckt sich oft über prolongierte Zeitabschnitte mit vielen Unterbrechungen. Die Festlegung auf eine vorläufige Lebensstruktur als Erwachsener zeigt häufig einen Ad-hoc-Charakter. Ihr fehlt unter den Bedingungen der gegenwärtigen Sozialisationsbedingungen noch die Erlebnistiefe integrierter Lebens- und Todeskonzepte und verfügt noch über keine tragende ›symbolische Unsterblichkeit‹ (Lifton, 1986).

Eine erkundende sexuelle Aktivität und eine gefestigte sexuelle Identität sind grundlegende Voraussetzungen für den Erwerb einer ›sexuellen Intimität‹ im *jungen Erwachsenenalter*. Erikson (1968) versteht hierunter eine aktive Liebesfähigkeit, ein Vermögen zu wechselseitiger Befriedigung elementarer körperlicher, sexueller und emotionaler Bedürfnisse. Diese neue Reifestufe toleriert eine hohe emotionale Nähe zur/m Partner/in und schließt eine wechselseitige Wertschätzung und Fürsorge mit ein. Intimität ist die Fähigkeit, seine Identität mit der eines anderen zu verschmelzen, ohne die Furcht sich darüber zu verlieren. In der speziellen Form einer leidenschaftlichen, ›romantischen‹ Liebe vermittelt eine reife Intimität ein hoch energetisierendes, vitalisierendes Selbstgefühl. Die psychoanalytische Literatur hebt in diesen typisch gesuchten Liebesgefühlen auch eine Besonderheit ihrer möglichen Konfliktrichtigkeit hervor. Diese bestehe nicht nur in der oft nur kurz währenden und wenig tragfähigen narzisstischen Illusion. Sie lasse auch ein mögliches schuldhaftes Moment erkennen, da die lange ersehnte Vereinigung mit der/m geliebten Partner/in unbewusst der Wiedervereinigung mit dem Liebesobjekt der frühen Kindheit gleichkommen könne. Das häufig literarisch aufgenommene Thema der romantischen Liebe in ihrer Nähe zu Tod und Todessehnsucht verweise auf diesen psychodynamischen Kontext. Person (1991) erkennt in der romantischen Liebe aber auch ein unverwechselbares kreatives Potential. Sehr häufig setze sie positive Ich-Kräfte frei, die eine entscheidende Reorganisation in den Lebensplänen der

Liebenden ermögliche, die Übernahme selbstbewusster Projekte und neuer Verantwortlichkeiten fördere.

Das *Erwachsenenalter* ist durch eine verbindliche Übernahme von normativen sozialen Rollen in einem gesellschaftlichen Kontext gekennzeichnet. Es treten nunmehr die komplexen Entwicklungsaufgaben von Generativität und Produktivität in den Mittelpunkt (Erikson, 1974). In der Gründung einer Familie und im produktiven beruflichen Schaffen bieten sich prinzipiell auch realistische Möglichkeiten, durch eigene Kinder einen Grundstock für die nächste Generation zu legen, mit der eine fortwährende Verbundenheit bestehen bleibt, oder aber wichtige persönliche Erfolge, soziale und finanzielle Sicherheiten anzustreben, vielleicht sogar wissenschaftliche, kulturelle oder humanitäre Leistungen zu erzielen, die auch gesellschaftliche Anerkennung finden. Dies kann möglicherweise narzisstische Ambitionen bestärken, hiermit einen zentralen Lebenssinn oder gar einen überdauernden Wert zu schaffen, also an Formen einer ›symbolischen Untersterblichkeit‹ mitzuwirken. Die psychosoziale Lebensrealität stellt sich für viele Erwachsenen aber oft ernüchternd anders, zuweilen auch frustrierend dar. Partnerschaftliche, familiäre und berufliche Entwicklungspfade im Erwachsenenalter können durch vielfältige externe Belastungen und Schicksalsschläge wie auch durch grundlegende psychologische Herausforderungen zu existentieller Verunsicherung und konflikthafter Hemmung führen. Ein Übergang in die Lebensmitte wird spürbar im Nachlassen der eigenen körperlichen und psychischen Leistungsfähigkeit, in gesundheitlichen Einbußen und ersten Krankheiten, im Heranreifen und der sukzessiven Ablösung der Kinder, in erreichten beruflichen Erfolgen, aber auch Rückschlägen und Enttäuschungen, in einer ernüchternden partnerschaftlichen Beziehung und auch im Mitansehen des voranschreitenden Alterungsprozesses, der Krankheiten und schließlich des Sterbens der eigenen Eltern. Dies erfordert definitiv ein Überdenken des initialen Lebenstraums, eine Modifikation der aufgenommenen Lebensstruktur. Es wird notwendig, das eigene Selbstbild von jung nunmehr als älter werdend zu denken, das eigene Älterwerden zu akzeptieren und die Begrenztheit der persönlichen Zeit anzuerkennen, im Hinblick hierauf adäquate Möglichkeiten der Selbstbestätigung zu finden, sinnerfüllende Prioritäten für die verbleibende Lebenszeit zu definieren und den Wunsch, ein bedeutungsvolles Vermächtnis nach dem Tod zu hinterlassen, realistischer zu gestalten. Es wird notwendig, angesichts einer geminderten sexuellen Dringlichkeit und eines älter werdenden Körpers eine sexuelle und emotionale Intimität aufrecht zu erhalten, die eheliche Partnerschaft kritisch zu bewerten, sie neu gewichtet auszurichten und fortzuführen, oder aber schmerzlich zu beenden und nach neuen Beziehungen zu suchen. Und es wird notwendig, die eigenen erwachsenen Kinder und deren eigene Familien als unabhängige Personen zu akzeptieren und in ihrem hohen selbstbestätigenden Wert nunmehr für sich als Eltern und Großeltern im mittleren und höheren Lebensalter zu erkennen (Nemiroff & Colarusso, 1985).

Diese notwendige kritische Bewertungsarbeit in der *Lebensmitte* verläuft häufig emotional heftig, auch krisenhaft. Sie kann frühere Konflikte und Ängste wieder-

beleben und schon gelöst geglaubte psychosoziale Entwicklungsaufgaben mit neuer psychodynamischer Brisanz aufladen. Eine Krise in der Lebensmitte rückt auch das möglicherweise in den Jahren des aktiven Familien- und Berufslebens weitgehend verdrängte Thema der Endlichkeit des eigenen Lebens wieder verstärkt in das Bewusstsein. Konfrontationen in dieser Lebensmitte mit unvermeidbaren Trennungen und Verlusten, mit eigenen körperlichen Krankheiten oder Todesfällen naher Angehöriger, mit einem persönlichen Scheitern in hoch ambitionierten Projekten sind typische Auslösesituationen, in denen auch klinisch relevante psychopathologische Bilder, vorrangig Angst- und depressive Störungen auftreten können, und nur schwer kontrollierbare, diffuse Todesängste symptomatisch imponieren können. In einer psychodynamischen Perspektive erweisen sich hier die oben kurz skizzierten oknophilen versus philobatischen Persönlichkeitstypen in ihrer je besonderen psychischen Vulnerabilität (Fuchs, 2003). Diese Krise in der Lebensmitte trägt aber auch die Chance zu einer Korrektur hin auf eine erhöhte Authentizität in der narzisstischen Selbstwertregulierung und reiferen Beziehungsgestaltung in sich. Diese von Jung (1936) schon hervorgehobene ›Introversion in der Lebensmitte‹ bedeutet für die emotionale Entwicklung zwar häufig eine höchst schmerzliche und gelegentlich auch verwirrende Selbsterfahrung. Sie beinhaltet aber auch die Möglichkeit zu einer Aussöhnung mit in früheren Entwicklungsjahren abgespaltenen emotionalen Polaritäten.

Eine Betrachtung der Entwicklungsprozesse im *höheren Lebensalter* mit ihren Auswirkungen auf Emotionalität und Kognition kann nicht an der Unausweichlichkeit des alternden, oft kranken oder behinderten Körpers, an der Vorbereitung auf den eigenen Tod, an der Trauer um schon verstorbene Freunde und Familienmitglieder, speziell auch der/s Lebenspartners/in vorbeigehen. Die Fähigkeit zur Trauer und Verarbeitung von hoch bedeutsamen personalen Verlusten mag zur zentralen emotionalen Herausforderung in diesem letzten Lebensabschnitt werden. Doch nicht nur der involutionsäre Anteil in diesen Erfahrungen mit einer Toleranz für unausweichliche und unabänderliche Lebensgeschicke, zentral des bevorstehenden nahen eigenen Todes, auch die prinzipielle Möglichkeit zu einer in früheren Lebensabschnitten noch nicht erreichbaren Kreativität, Weisheit und Humor muss herausgestellt werden (Kapfhammer, 1995). Sie stellen entscheidende psychologische Fertigkeiten dar, um eine Todesangst meistern, die Tatsächlichkeit des eigenen Todes akzeptieren und für sich eine Modalität einer ›symbolischen Unsterblichkeit‹ gewinnen zu können.

Empirische Untersuchungen zu Todesangst und Todesleugnung

Lassen sich Effekte eines latenten *Todesbewusstseins*, einer latenten *Todesangst* bei Personen im durchschnittlichen Lebensalltag und Auswirkungen auf Erleben und Verhalten empirisch nachweisen, in einer Gesellschaft, die bemüht ist, das individuelle Todesthema als existentielle Herausforderung in der sozialen Öffentlichkeit gerade nicht zu behandeln, vielmehr auszuklammern? Der US-amerikanische Sozialanthropologe Becker widmete in seinem akademischen Leben speziell diesem Thema zahlreiche interdisziplinäre Arbeiten. Er verdichtete seine Ergebnisse in einer viel beachteten Buchpublikation *The denial of death* (dtsh.: *Dynamik des Todes*), die nach seinem Tode mit dem Pulitzer-Preis ausgezeichnet wurde. Becker zeigte zusammengefasst, dass auch bei Menschen der Moderne die Endlichkeit des individuellen Lebens als »Problem« sehr wohl in einem umfassenden Selbst- und Weltbild eine grundlegende Rolle spiele. Eine bewusste Befassung hiermit werde aber weitgehend vermieden. Tod in bewusster Vorstellung müsse verdrängt und geleugnet werden, da eine Konfrontation Angst oder Abscheu auslöse. Diese basale Abwehrbewegung stehe in einem unmittelbaren motivationalen Zusammenhang mit zwei Bewältigungsmechanismen, um zu einem tragenden Lebenssinn zu gelangen, über Selbstwert erhöhende Strategien einerseits, über eine Bestärkung des eigenen kulturellen Weltbilds und verschärfte Abgrenzung gegenüber fremden Weltbildern andererseits. Angeregt durch Beckers Überlegungen entwickelte ein Team von Sozialpsychologen ein empirisches Forschungsprogramm, das mittlerweile in Hunderten von Studien mit methodisch raffinierten Experimenten einer unvermittelten bewussten oder unbewusst-subliminalen Konfrontation mit dem Todesthema (*mortality salience design*) diesen Zusammenhang eindrucksvoll bestätigte. Hierbei benutzen Personen offensichtlich differentielle Abwehrmodalitäten, um der Angst, dem Terror vor dem Tod zu entkommen, je nachdem ob sie direkt bewusst oder aber indirekt subliminal z. B. mit visuellen Bildern oder Worten in expliziter Assoziation mit Tod konfrontiert werden. Im ersten Fall setzen sie eine kognitive Unterdrückung, Rationalisierung, Ablenkung oder verhaltensmäßige Vermeidung ein (*proximal*), im zweiten Fall eher unbewusste Strategien einer Selbstwerterhöhung oder Verstärkung des je eigenen kulturellen Weltbildes (*distal*). Die Ergebnisse dieser sozialpsychologischen Untersuchungen begründeten die sogenannte *Terror Management Theory* (Solomon et al., 2016), die auch als eine empirische Fundierung von kulturanthropologischen Betrachtungen zu einer »symbolischen Unsterblichkeit« (siehe oben) angesehen werden kann.

Klinisch-psychologische Untersuchungen legen ebenfalls nahe, dass dem Thema Todesangst eine wesentlich höhere Relevanz zukommt, als es in der klinischen Versorgungsroutine üblicherweise beachtet wird. Zum psychologischen Konstrukt Todesangst liegen mehrere empirisch gut validierte psychometrische Skalen vor (Lehto & Farchaus Stein, 2009). Todesangst erweist sich als ein transdiagnostisches Konzept, das im Prinzip mit den psychopathologischen Scores der meisten

großen psychischen Störungen, insbesondere von Angst- und phobischen Störungen, somatoformen Störungen und Hypochondrie, Zwangsstörung und Depression signifikant korreliert ist. Durch das differenzierte Erfassen eines multidimensionalen Angstkonstrukts lässt sich nicht nur ein tieferes Verständnis der jeweiligen klinischen Phänomenologie erzielen, das therapeutisch fruchtbar genutzt werden kann. Der Zusammenhang der nachweisbaren Intensität von Todesangst ist auch ein bedeutsamer Prädiktor für den Schweregrad der je vorliegenden psychischen Störung. Dies kann empirisch an der Anzahl von Lebenszeitdiagnosen und Komorbiditäten, durchgeführten Therapien und notwendigen Hospitalisierungen in der Anamnese objektiviert werden (Iverach et al., 2014; Menzies et al., 2019; Menzies & Menzies, 2020). Für einen offenen therapeutischen Umgang mit Todesängsten von PatientInnen in der ärztlichen und psychologischen Praxis stammen die wichtigsten Beiträge aus der existentiellen Psychotherapie. Hier sind insbesondere die Arbeiten von May (1977) und Yalom (2008) hervorzuheben. Existentielle Verfahren nehmen heute insbesondere im onkologischen und palliativen Versorgungskontext eine unverzichtbare Rolle ein (Kapfhammer, 2022). Es liegen zum Thema *Todesangst* und Therapiemöglichkeiten auch wertvolle kognitiv-behaviorale (Menzies et al., 2022) und psychodynamische Ansätze (Vogel, 2022) vor.

Das Todesthema in der Psychiatrie

In der deutschsprachigen Psychiatrie scheint das Todesthema über die zurückliegenden Jahrzehnte keinen sehr prominenten Stellenwert eingenommen zu haben. Einige Publikationen stechen aber hervor. Es ist zunächst an die philosophisch-psychopathologische Behandlung des Todesproblems und der Angst vor dem Tod bei Jaspers (1932) in seinem Buch *Existenzerhellung* zu erinnern. Todeserfahrungen verweisen auf eine jener paradigmatischen Grenzsituationen der menschlichen Existenz, die wir subjektiv als erschütternd, unabweisbar und endgültig empfinden. Sie gemahnen uns stets an die ›Zerbrechlichkeit des Seins‹. Sie werden krisenhaft erlebt und drängen zu einer individuellen Antwort. Vor der existentiellen Herausforderung kann man zu fliehen versuchen, was zum existentiellen Scheitern führen würde, oder sie aber aufnehmen und daran seelisch reifen.

Die vielleicht bedeutsamsten psychiatrischen Grundarbeiten zum Todesthema stammen von Meyer (1973; 1979). Seine Beiträge entstanden offensichtlich noch unter dem Eindruck des selbst miterlebten anonymen und sinnlosen Massensterbens während des II. Weltkriegs und der prägenden psychologischen und soziologischen Auswirkungen auf das öffentliche Todesbewusstsein in der Nachkriegszeit. Meyer führte überzeugend aus, wie sehr unverarbeitete traumatische Todeserfahrungen oder Trauerprozesse um im Kriegsverlauf vermisste Lebenspartner bzw. Väter zu einem psychodynamischen Kristallisationskern für eine Reihe von psychischen Störungen werden konnten, die er als thanatophobe Neurosen bezeichnete. Seine Analyse

war phänomenologisch und psychodynamisch fundiert. Er nahm aber auch wichtige Aspekte der Kulturanthropologie, Soziologie und Theologie in seine Überlegungen auf. Seine Beiträge zu Sterbekultur, Euthanasie und Suizid sind grundlegend.

Benedetti (1983) hat in seinem Buch *Todeslandschaften der Seele* in unerreichter klinischer Tiefe den psychopathologisch-phänomenologischen und psychoanalytischen Aspekten der Todesbezüge im Erleben und Verhalten von schizophrenen PatientInnen nachgespürt. Es ist sehr verdienstvoll, dass gerade in den jüngsten Jahren Juckel und Mavrogiorgou (2018) an das Todesthema in seiner grundlegenden Bedeutung für die Psychiatrie erinnert und die Reflexion durch eigene Forschungsarbeiten bereichert haben (Mavrogiorgou et al., 2020).

Ein Beispiel zur Illustration

Nachfolgend soll die Relevanz des *Todesthemas* für die Psychiatrie am Beispiel von Trauma und Traumafolgestörungen kurz verdeutlicht werden. Für die Qualifizierung eines belastenden Ereignisses als Trauma fordern moderne psychiatrische Diagnose-Systeme ein grundlegendes Kriterium von akuter Lebensbedrohlichkeit. Und sie beschreiben in Traumafolgestörungen unter anderem psychopathologische Zustände, die in einer phänomenologischen Übersetzung durchaus als Todesäquivalente im oben beschriebenen Verständnis charakterisiert werden können.

Die Konfrontation mit einer unausweichlichen Bedrohung der eigenen leiblichen Existenz, die unvorbereitete Erfahrung von Todesnähe löst eine tiefgreifende seelische Erschütterung aus, die als Trauma charakterisiert werden kann. Traumatische Ereignisse verweisen auf Extremsituationen der menschlichen Existenz. Sie können in sehr unterschiedlichen Formen auftreten. Sie unterbrechen den Lauf einer individuellen Biographie abrupt. Im Falle einer kollektiven Betroffenheit verändern sie gleichzeitig das Leben zahlreicher Mitglieder einer sozialen Gruppe signifikant.

Ein *Trauma* verweist zunächst auf ein *äußerliches Ereignis*, das für die große Mehrheit einer Bevölkerung ein Gefühl von überwältigender Bedrohung und Katastrophe vermittelt. Es löst universell psychische Symptome wie Todesangst, Panik, Horror, Hilflosigkeit aus. Plötzlichkeit, Unabwendbarkeit, Unkontrollierbarkeit und Ausweglosigkeit sind weitere *formale Charakteristika* eines Traumas. Zeitliche begrenzte einmalige Traumata zeitigen sehr wahrscheinlich andere Langzeitfolgen als kumulativ sich häufende oder langanhaltend persistierende Traumata. Die überwältigende Einwirkung eines Traumas resultiert vor allem aus seiner *speziellen inhaltlichen Art*. Subjektive Bedeutungen, die ein Trauma für eine Person mit individueller Lebensgeschichte in einer bestimmten Lebenssituation hat, charakterisieren eine eigenständige qualitative Dimension eines Traumas. Es macht einen grundlegenden Unterschied aus, ob Traumatisierungen durch natürliche Vorgänge ausgelöst, oder aber durch menschliche Handlungen verursacht werden. Naturkatastrophen wie Vulkanausbruch oder Tsunami betreffen eine Gruppe von Menschen in einer Region und

machen sie zu einer vom Schicksal gezeichneten Gemeinschaft. Hierdurch wird die Frage des ›Warum?‹, vielleicht die Frage einer Theodizee aufgeworfen. Technische Katastrophen wie Dammbruch oder Reaktorunglück fordern die Klärung der institutionellen Verantwortlichkeit und verlangen nach Wiedergutmachung. Militärische Auseinandersetzungen bringen für Soldaten häufig eine unentwerrbare Vermengung von Opfer- und Täterstatus mit sich. Sie bedingen für Zivilpersonen in Kriegszonen aber multiple, kumulative Traumata wie körperliche Verletzungen, Vergewaltigung, Verlust von getöteten Angehörigen, Zerstörung von persönlichem Eigentum, erzwungene Vertreibung usw. Terroristische Aktionen konfrontieren wiederum mit unvorhersagbarer und sinnloser Gewalt. Sie unterstreichen die personale Bedeutungslosigkeit zufällig getroffener, unschuldiger Opfer und entwerten staatliche Institutionen in ihrer grundlegenden Schutz- und Wertefunktion für ihre Bürger. Diesen *kollektiven Traumata* sind Traumata gegenüberzustellen, die Einzelpersonen in zwischenmenschlichen Kontakten und speziell in emotional nahen Beziehungen widerfahren können. Vielgestaltige Gewalt in Familie und Partnerschaft einerseits, körperlicher, emotionaler und sexueller Missbrauch wie auch körperliche, emotional-kognitive und soziale Vernachlässigung von Kindern durch Eltern und Erwachsene andererseits sind in ihren potenziell schädigenden Auswirkungen gesondert zu bewerten. Derartige Traumata üben ihre verhängnisvollen Effekte nicht nur durch die unmittelbaren traumatischen Einwirkungen selbst, sondern insbesondere durch eine mit dem Wesen vertrauensvoller menschlicher Beziehung und humaner Selbstentwicklung an sich unvereinbare Kollision aus.

Ein Trauma wirkt hierbei stets auf die *Struktur des Selbst* ein. Es führt zu Veränderungen in den Dimensionen von Kohärenz, Kontinuität, Bezogenheit, Autonomie, Vitalität, Energie. Es betrifft zentral die Systeme der Affektregulation und Ich-Prozesse einer Person. Es erschüttert psychosomatische Integrität wie psychosoziale Identität gleichermaßen. Und es hat auch entscheidende Konsequenzen für moralische, ethische und ideologische Systeme (Wilson, 2006; Kirmayer et al., 2010).

Traumatische Erfahrungen konfrontieren uns auf einer tieferen *existentiellen* Ebene zentral mit der unleugbaren *Realität des Todes* in einer völlig unvorbereiteten Aktualisierung. Sie bewirken gerade im initialen Schock eine radikale Relativierung der Bedeutung des Selbst. Die unabweisbare Todesangst vereinzelt das betroffene Individuum absolut. Sie führt sowohl zu einem Verlust der natürlichen und mitmenschlichen Selbstverständlichkeit als auch zu einer abrupten Abtrennung von orientierenden Möglichkeiten einer persönlich zu gestaltenden Zukunft. Sie macht heimatlos und ist gleichzeitig unheimlich (Heidegger, 1927; Stolorow, 2007).

Die *Universalität* traumatischer Erfahrungen hat in der Menschheitsgeschichte in den einzelnen Kulturen und Gesellschaften zu einer Sammlung von zentralen Bildern und Symbolen geführt. Sie wirken gleichsam wie unbewusste Filter, um Erfahrungen von vernichtender Todesnähe und Todesangst eine erste psychologische Strukturierung zu verleihen. Es sind Bilder, Symbole und mythische Erzählungen, die sowohl auf einer *kollektiven* als auch auf einer *individuellen* Ebene in der Kon-

frontation mit dem Tode Schemata von Selbst-Desintegration, Auflösung, Seelentod und Verlust personaler Identität zum Ausdruck bringen. Gleichzeitig aktivieren sie auch kognitive Attributionen von Bedeutung und Kausalität für die erlittene Verletzung, die Zerstörung, den Verlust, das Leiden, den Tod. In diesen Bildern können in weiterer Folge aber auch archetypische Wege einer Rückkehr, einer positiven Transformation, einer Heilung aufgewiesen werden (Campbell, 1990; Wilson, 2004). Kulturanthropologische Studien und Erkenntnisse aus der psychotherapeutischen Behandlung von Patient*innen mit schweren oder komplexen posttraumatischen Belastungsstörungen haben drei grundlegende wiederkehrende Muster aufgezeigt, die zwischen den Polen des *Abgrunds* (abyss), der *Inversion* und der *Transzendenz* aufgespannt sind (Wilson, 2006).

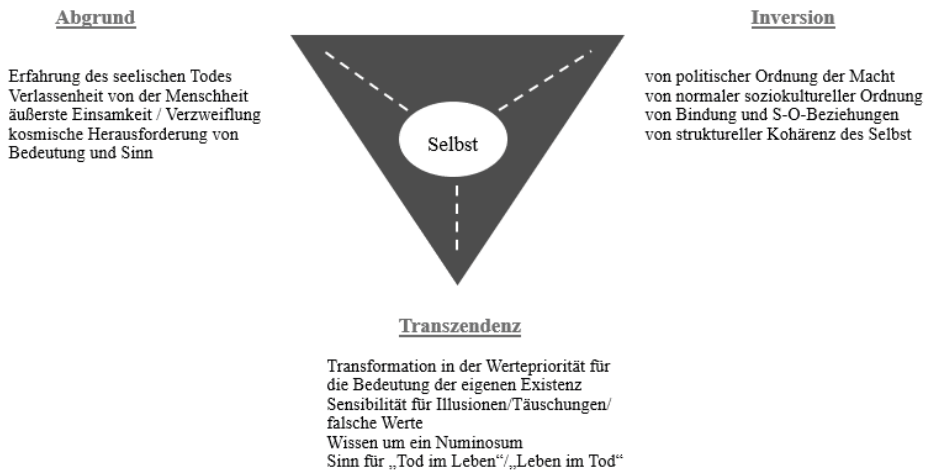


Abbildung 7: Universal-archetypische, kulturelle und individuelle Symbolisierung der Traumata-Erfahrung [Nach: Wilson, 2006].

Nicht jedes Trauma führt im diagnostischen Verständnis der Psychiatrie auch zu einer klinisch relevanten Traumafolgestörung. Der Übergang in die prototypische Manifestation einer posttraumatischen Belastungsstörung oder einer komplexen PTBS wird durch zahlreiche biopsychosoziale Risikofaktoren in einer Dysbalance mit protektiven Resilienzfaktoren vermittelt (Kapfhammer, 2017). Hier sollen lediglich einige klinische Symptome einer PTBS psychopathologisch näher betrachtet werden, die eine thematische Nähe zu *Todesangst* und zu psychologischen *Todesäquivalenten* von Getrenntsein, Desintegration und Leblosigkeit aufweisen. Diese psychologischen Todesäquivalente sind am klarsten bei jenen PatientInnen mit PTBS und ausgeprägter Dissoziation nach Extremtraumata aufzuweisen. Der Zusammenhang der Todesthematik kann vor allem in den vier phänomenologischen Bereichen des

Zeiterlebens, der Intentionalität mentaler Prozesse, des Körperbewusstseins und der emotionalen Regulation beschrieben werden.

- In der *Zeitdimension* unseres Bewusstseins ist es uns üblicherweise möglich, willentlich aus dem Moment der Gegenwart beliebig den Blick in die Vergangenheit wie auch in die Zukunft zu richten. Das autoethische Wissen ist an eine intakte Funktionalität des autobiografischen Gedächtnisses gebunden. Es kann jeweils klar zwischen einem aktuellen Erleben, einer rückwärtsgewandten Erinnerung oder einer Zukunft gerichteten Vorstellung unterscheiden. In traumatisch veränderten Bewusstseinszuständen wird diese souveräne Leistung des Selbst durch Flashbacks vollständig suspendiert und an eine unwillkürlich wiederbelebte traumatische Aktualität fixiert. Das Erleben ist fragmentarisch, chaotisch in den Sinnesmodalitäten, überschwemmt von Horroreffekten. Es kommt zu einem *Kollaps der Zeitdimension* in einen allesbeherrschenden Moment ohne gegensteuernde subjektive Handlungsmacht. Das Zeiterleben kann in dieser Situation grundlegend verändert sein. Es ist in einem Fall zeitlos gedehnt, im anderen Fall schwindelerregend beschleunigt. Auch in normalen, also nicht dissoziativ veränderten Bewusstseinszuständen des Alltags können intrusive Wiedererinnerungen auftreten und großen emotionalen Distress verursachen. In chronischen Verläufen kann die resignative Überzeugung imponieren, das Trauma habe zu einer Existenz in einem vernichtenden »schwarzen Loch« verurteilt. Es habe eine persönliche Zukunft zerstört, das »eigentliche« Leben sei bereits beendet.
- Unser Bewusstsein ist im *Umweltbezug* in der Regel intentional ausgerichtet und in klaren Subjekt-Objekt-Relationen organisiert. Diese *1.-Person-Perspektive* kann in traumatisch-dissoziativ veränderten Bewusstseinszuständen vollständig verloren gehen. Eigene Gedanken oder Erinnerungen können nur mehr in Form von akustischen Stimmen oder visuellen Pseudohalluzinationen wahrgenommen werden. Der selbstreferentielle Standpunkt des bewussten Erlebens ist hier qualitativ entfremdet in eine *2.-Person-Perspektive* abgeändert. Im normalen Wachbewusstsein können trauma-bezogen ebenfalls zahlreiche negative selbst- und objektreferentielle Kognitionen und Bewertungen vorliegen. Auch wenn die grundlegenden Selbst- und Objektschemata einer Person zu den Themen Sicherheit, Vertrauen, Selbstwert, Abhängigkeit, Autonomie, Kontrolle, Intimität, Kausalität und Hoffnung oft zentral erschüttert sind, so muss die Grundstruktur der personalen Identität nicht unbedingt aufgespalten sein. An beiden Polen aber kann bei hoher Symptomlast die Überzeugung einer seelischen Zerstörung (mental defeat), eines Verlustes der personalen Mitte wie auch einer Abtrennung von einer mitmenschlichen Umwelt vorherrschen.
- In der *Dimension des Körperbewusstseins* erscheinen an beiden Polen jeweils Zustände einer *Depersonalisation* einerseits und eines autonomen *Hyperarousal* andererseits. Depersonalisation in ihrer ausgeprägten traumatisch-dissoziativen Form beinhaltet sehr häufig Zustände einer Auftrennung des nur mehr in einer *3.-Person-Perspektive* von außen wahrnehmbaren, fremd erlebten eigenen

Körpers und eines von körperlichen Sensationen getrennten, nur mehr mental beobachtenden Selbst (*out-of-body experiences*). Auch dieses Erleben zeigt eine grundlegende Abwandlung der Identitätsstruktur an. In Zuständen eines bei normalem Wachbewusstsein getriggerten autonomen Hyperarousal wiederum können quälende und beunruhigende Körpersensationen das Akuterleben vollständig beherrschen und unter Umständen mit der Angst eines Kontrollverlusts einhergehen. Trotzdem besteht kein Zweifel darüber, dass es sich um den eigenen Körper handelt. Eine Zwischenstellung nehmen jene Fälle von dissoziativen Störungen der Motorik bzw. der Sensorik/Sensation ein, bei denen der Handlungsvollzug oder die Empfindungsfähigkeit in Teilbereichen des Körpers bzw. der Körperrepräsentation einem Selbsterleben entzogen ist. An beiden Polen kann der Verlust von grundlegender Lebendigkeit und Vitalität und die affektive und sinnliche Entfremdung von einer nicht mehr als heimisch erlebbaren mitmenschlichen und natürlichen Umwelt schmerzvoll beklagt werden.

- Schließlich werden in der *Dimension der emotionalen Regulation* diese beiden Pole in analoger Weise durch einen Zustand der völligen *emotionalen Betäubung* einerseits, durch schwer kontrollierbare Zustände trauma-bezogener Affektzustände von *Angst, Horror, Panik, Scham* und *Schuld* andererseits bestimmt. Eine zuweilen erhöhte *Aggressivität* im posttraumatischen Verlauf kann durch den verzweiferten Versuch motiviert sein, die Ohnmacht im Trauma in einer Aktivitätsposition zu überwinden. In militärischen Kontexten kann diese außengerichtete Aggression zuweilen eine Form des rauschartigen Tötens bei völliger moralischer Empfindungslosigkeit annehmen.

Posttraumatisches Wachstum

Einige Personen scheinen die erschütternden Erfahrungen einer Traumatisierung, auch eine klinisch relevante Traumafolgestörung nicht nur zu überwinden und sinnvoll in ihre Lebensgeschichte zu integrieren, sondern gelangen in ihrer posttraumatischen Entwicklung sogar zu einem besonderen Grad an persönlicher Reife. Diese Entwicklung schließt häufig auch eine ethisch-moralische und spirituelle Transformation mit ein (Kapfhammer, 2018).

Posttraumatisches Wachstum (PTW) umfasst so unterschiedliche Aspekte wie erhöhte Wertschätzung des Lebens, intensiviertere persönliche Beziehungen, zunehmendes Bewusstsein der eigenen Stärke, Entdeckung neuer Möglichkeiten, bedeutungsvolles spirituelles Bewusstsein. PTW beschreibt also eine potentielle Transformation einer erschütternden traumatischen Erfahrung in ihren Konsequenzen für die grundlegende Sicht einer betroffenen Person auf sich selbst, auf ihre Stellung in der mitmenschlichen sozialen Umwelt, aber auch in einer wertemäßigen und spirituellen Ausrichtung. PTW bezieht sich auf eine spezielle Verlaufsform der posttraumatischen Entwicklung. Seine Aktualisierung ist an eine Verarbeitung, Überwin-

dung und wahrscheinlich auch an eine Integration der traumatischen Erfahrung gebunden. PTW ist damit auch mit den diversen Dimensionen von Resilienz assoziiert (Tedeschi & Calhoun, 1995).

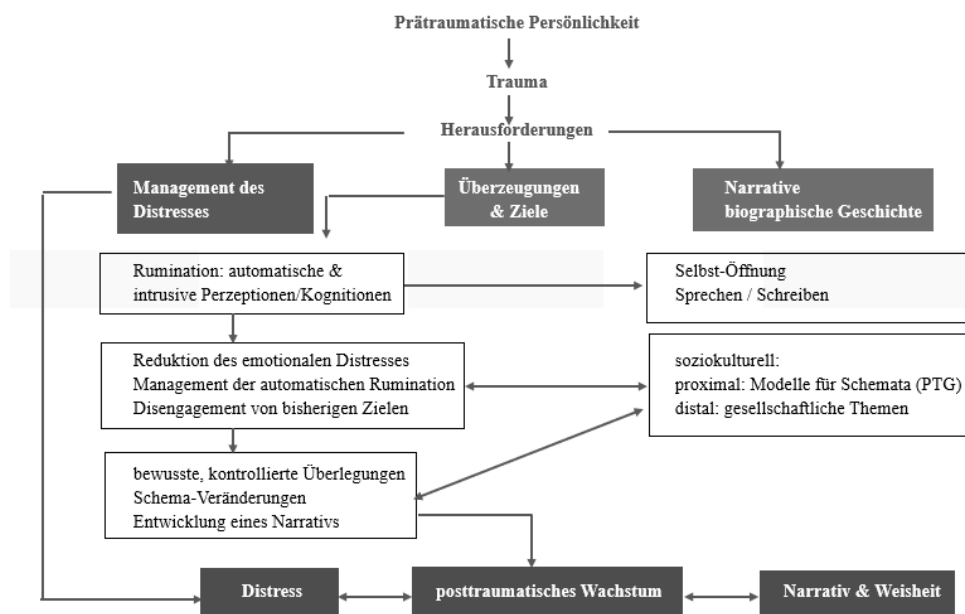


Abbildung 8: Die Konzeptualisierung von posttraumatischem Wachstum [Nach: Calhoun & Tedeschi, 2006].

Posttraumatisches Wachstum bedeutet nicht per se vollständige Freiheit von posttraumatischen Symptomen und subjektivem Leid. Eine metaanalytische Bearbeitung der vorliegenden Daten aus Studien, die einen Zusammenhang zwischen PTBS-Symptomen und PTW-Scores untersuchten, deckte einen statistisch signifikanten positiven Zusammenhang (linear: $r = 0.315$; kurvilinear: $r = 0.372$) zwischen beiden Konstrukten auf (Shakespeare-Finch & Lurie-Beck, 2014). Dieser Zusammenhang ist empirisch bedeutsam. Doch unterstreichen die gefundenen Korrelationen auch, dass mit steigender, mit zerstörender Intensität der traumatischen Erfahrung eben diese selbstaktualisierenden Potentiale eines posttraumatischen Selbst zunehmend blockiert werden können. Wenige theoretische Ansätze haben diese dialektische Entwicklungsdynamik so klar herausgearbeitet und diese auch für einen therapeutischen Zugang so fruchtbar thematisiert wie die Werke von Lifton und Wilson.



Abbildung 9: Entwicklungspfade des posttraumatischen Selbst zwischen den Polen des Todes und des Lebens [nach: Lifton, 1986; Wilson, 2008]

Ist ein konstruktiv integriertes Trauma wirklich immer überwunden?

Wir stehen Überlebenden von schlimmsten Traumatisierungen wie etwa dem Holocaust, die in ihrer weiteren Lebensgeschichte zu einer erstaunlichen Überwindung dieser menschlichen Abgründe finden und dabei seelisch gesund bleiben, mit fast ungläubiger Scheu und Bewunderung gegenüber. Ihre Zeugnisse, in denen sie einem unsäglichen Horror eine Stimme verleihen, werden als Symbole der Hoffnung geachtet. Beispiele etwa sind Frankl (1973) in seinem Buch *Der Mensch auf der Suche nach Sinn* oder Kertész (1999) mit seinem Roman eines Schicksallosen.

Zu diesen herausragenden Zeugen zählt auch der Chemiker und Schriftsteller Levi. In seiner autobiographischen Schilderung *Ist das ein Mensch?* (1947) beschreibt er seine Erfahrungen während der Jahre in Auschwitz. Zweifelsohne kann in dieser wie auch in weiteren seiner Schriften eine große persönliche Ressource und humane Integrität erblickt werden, im Schreiben das unfassbare Grauen von Auschwitz für sich subjektiv verstehbar, sinnhaft und kontrollierbar zu machen. Man mag hierin einen Versuch wahrnehmen, jenes salutogene Kohärenzgefühl zurückzugewinnen, das eine entscheidende Voraussetzung ist, weiterleben zu können. Dieses rekonstruierte Kohärenzgefühl bildet aber noch keine Garantie für eine dauerhafte

Überwindung des Traumas. Angesichts seines tragischen Lebensendes, mental zunehmend wieder gefangen in den fürchterlichen, letztlich vernichtenden traumatischen Erinnerungen an den über 40 Jahre zurückliegenden Holocaust, erweist sich Levis langes Überleben eher als eine gestundete Zeit. Sein Suizid erinnert an ganz analoge Schicksale etwa von Bettelheim oder Améry. In seiner letzten Schrift *Die Untergegangenen und die Geretteten* (1987) findet er diese Worte:

Nicht wir, die Überlebenden, sind die wirklichen Zeugen. Das ist eine unbequeme Einsicht, die mir langsam bewusst geworden ist, während ich die Erinnerungen anderer las und meine eigenen nach einem Abstand von Jahren wieder gelesen habe. Wir Überlebenden sind nicht nur eine verschwindend kleine, sondern auch eine anomale Minderheit; wir sind die, die aufgrund von Pflichtverletzung, aufgrund ihrer Geschicklichkeit oder ihres Glücks den tiefsten Punkt des Abgrunds nicht berührt haben. Wer ihn berührt hat, konnte nicht mehr zurückkehren, um zu berichten, oder er ist stumm geworden.

Literatur

- Assmann, J. 1984. Ägypten: Theologie und Frömmigkeit einer frühen Hochkultur. Stuttgart, Berlin: Kohlhammer.
- Balint, M. 1959. Thrills and regressions. London: Hogarth.
- Baumann, Z. 2016. Tod, Unsterblichkeit und andere Lebensstrategien. Frankfurt am Main: Fischer.
- Becker, E. 1976. Dynamik des Todes. Die Überwindung der Todesfurcht - Ursprung der Kultur. Olten: Walter.
- Bellah, R.N. 2011. Religion in human evolution. Cambridge, Mass., London: The Belknap Press of Harvard University Press.
- Benedetti, G. 1983. Todeslandschaften der Seele. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Calhoun, L.G., & Tedeschi, R.G. 2006. The Foundations of Posttraumatic Growth: An Expanded Framework. Calhoun, L.G. & Tedeschi, R.G. (Eds.). 2006. Handbook of posttraumatic growth: Research & practice (3-23). Hillsdale (NJ): Lawrence Erlbaum Associates (LEA).
- Campbell, J. 1990. Transformation of myth through time. New York: Harper.
- Cassirer, E. 2007. Versuch über den Menschen: Einführung in eine Philosophie der Kultur. Hamburg: Meiner.
- Csef, H. 1987. Tod und Neurose, Angst, Todestrieb, Objektverlust und Narzissmus auf dem Hintergrund humaner Todeserfahrung. Fortschritte der Neurologie-Psychiatrie, 55, 164-173.
- Erikson, E. H. 1970. Jugend und Krise. Die Psychodynamik im sozialen Wandel. Stuttgart: Klett.
- Erikson, E. H. 1974. Identität und Lebenszyklus: Drei Aufsätze. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Esposito, G.; Setoh, P.; Shinohara, K. & Bornstein, M.H. 2017. The development of attachment: Integrating genes, brain, behavior, and environment. Behavior and Brain Research, 325, 87-89.

- Firestone, R. W. 1993. Individual defenses against death anxiety. *Death Studies*, 17, 497-515.
- Freud, S. 1915. Zeitgemäßes über Krieg und Tod. Freud, S. 1999. *Gesammelte Werke*, Bd. 10. Frankfurt am Main: Fischer.
- Harari, Y.N. 2005. *Eine kurze Geschichte der Menschheit*. München: Pantheon.
- Gay, P. 2008. *Die Moderne. Eine Geschichte des Aufbruchs*. Frankfurt am Main: Fischer.
- Gehring, P. 2010. *Theorien des Todes zur Einführung*. Hamburg: Junius.
- Frankl, V.E. 1973. *Der Mensch auf der Suche nach Sinn*. Freiburg: Herder.
- Fuchs, T. 2003. Leiden an der Sterblichkeit. Formen neurotischer Todesverleugnung. *Zeitschrift für Klinische Psychologie, Psychiatrie und Psychotherapie*, 32, 41-50.
- Heidegger, M. 2006 (1927). *Sein und Zeit*. Berlin: de Gruyter.
- Hobsbawm, E. 1998. *Das Zeitalter der Extreme: Weltgeschichte des 20. Jahrhunderts*. München: DTV.
- Iverach, L.; Menzies, R.G. & Menzies, R.E. 2014. Death anxiety and its role in psychopathology: reviewing the status of a transdiagnostic construct. *Clinical Psychology Review*, 34, 580-593.
- Jankélévitch, V. 2005. *Der Tod*. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Jaspers, K. 1973 (1932). *Existenzerhellung. Philosophie, Band II*. München, Zürich, Berlin: Springer.
- Juckel, G. & Mavrogiorgou, P. 2018. Die Angst vor dem Tod und ihre Bedeutung für die Psychiatrie. *Fortschritte der Neurologie-Psychiatrie*, 86, 226-232.
- Jung, C.G. 1936. *Seelenprobleme der Gegenwart*. Zürich: Rascher.
- Kapfhammer, H.P. 1993. Zur psychosozialen Entwicklung im jungen Erwachsenenalter: Entwicklungspsychologische Charakterisierung eines bedeutsamen Abschnitts im Lebenszyklus. *Fortschritte der Neurologie-Psychiatrie*, 61, 338-353.
- Kapfhammer, H.P. 1995. *Psychoanalytische Entwicklungspsychologie. Entwicklung der Emotionalität*. Stuttgart: Kohlhammer.
- Kapfhammer, H.P. 2017. Akute und posttraumatische Belastungsstörung. Möller, H.J.; Laux, G. & Kapfhammer, H.P. (Hrsg.). 2017. *Psychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie, Bd. 3 (1965-2040)*. Berlin, Heidelberg, New York: Springer.
- Kapfhammer, H.P. 2018. Sinn – eine empirisch belastbare Kategorie in Psychiatrie und Psychotherapie? Das Beispiel traumatischer Erfahrungen - zwischen seelischer Erschütterung, körperlicher Beschädigung, Resilienz und persönlichem Wachstum. Korsch, D. (Hrsg.). 2018. *Die heilende Kraft des Sinns. Viktor E. Frankl in philosophischer, theologischer und therapeutischer Betrachtung (103-139)*. Stuttgart: Kohlhammer.
- Kapfhammer, H.P. 2022. Depression, Angst, traumatischer Stress und internistische Krankheiten – eine psychosomatische und somatopsychische Perspektive. Berlin, Heidelberg, New York: Springer.
- Kertész, I. 2010 (2002). *Roman eines Schicksallosen*. Reinbeck, Berlin: Rowohlt.
- Kraus, M.R. & Csef, H. 1994. Todesangst und Todesfaszination: Phänomene in der Gegenwart. *Daseinsanalyse*, 11, 102-112.
- Krause, J. & Trappe, T. 2021. *Hybris: Die Reise der Menschheit zwischen Aufbruch und Scheitern*. Berlin: Ullstein.
- Langer, S. 1984. *Philosophie auf neuem Wege. Das Symbol im Denken, im Ritus und in der Kunst*. Frankfurt am Main: Fischer.
- Langs, R. 2008. Unconscious death anxiety and two modes of psychotherapy. *Psychoanalytic Review*, 95, 791-818.

- Langs, R. 2018. *Death anxiety and clinical practice*. London, New York: Routledge, Taylor & Francis.
- Lehto, R. H. & Farchaus Stein, K. 2009. Death anxiety: An analysis of an evolving concept. *Research and Theory for Nursing Practice: An International Journal*, 23, 23-41.
- Levi, P. 1992 (1947). *Ist das ein Mensch? Ein autobiographischer Bericht*. München: DTV.
- Levi, P. 1993 (1987). *Die Untergegangenen und die Geretteten*. München: DTV.
- Lewis-Williams, D. 2002. *The mind in the cave: Consciousness and the origins of art*. London: Thames and Hudson.
- Lifton, R.J. 1986. *Der Verlust des Todes: über die Sterblichkeit des Menschen und die Fortdauer des Lebens*. München, Wien: Hanser.
- Luhmann, N. 2000. *Die Religion der Gesellschaft*. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Mauls, S. 2017. *Das Gilgamesch-Epos*. München: Beck.
- Mavrogiorgou, P.; Haller, K. & Juckel, G. 2020. Death anxiety and attitude to death in patients with schizophrenia and depression. *Psychiatry Research*, 290, 113-148.
- May, R. 1977. *The meaning of anxiety*. New York: Norton.
- Menzies, R.E. & Menzies, R.G. 2020. Death anxiety in the time of COVID-19: Theoretical explanations and clinical implications. *The Cognitive Behaviour Therapist*, 13 (e19), 1-11. DOI: <https://doi.org/10.1017/S1754470X20000215>.
- Menzies, R.G.; Menzies, R.E. & Dingle, G. 2022. *Existential concerns and cognitive-behavioral procedures – An integrative approach to mental health*. New York: Springer.
- Menzies, R.E.; Sharpe, L. & Dar-Nimrod, I. 2019. The relationship between death anxiety and severity of mental illnesses. *British Journal of Clinical Psychology*, 58, 452-467.
- Meyer, J.E. 1973. *Tod und Neurose*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Meyer, J.E. 1979. *Todesangst und das Todesbewusstsein der Gegenwart*. Berlin, Heidelberg: Springer.
- Mithen, S. 1996. *The prehistory of mind: The cognitive origins of art, religion, and science*. London: Thames and Hudson.
- Nassehi, A. & Weber G. 1989. *Tod, Modernität und Gesellschaft. Entwurf einer Theorie der Todesverdrängung*. Opladen: Westdeutscher Verlag.
- Nemiroff, R.A. & Colarusso, C.A. 1985. *The race against time: Psychotherapy & Psychoanalysis in the second half of life*. New York, London: Plenum.
- Person, E.S. 1991. Romantic love: At the intersection of the psyche and the cultural unconscious. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 39 (suppl.), 383-411.
- Ranke-Graves, R. 2003. *Griechische Mythologie. Quelle und Deutung*. Reinbeck: Rowohlt.
- Röd, W. 1988. *Geschichte der Philosophie, Bd. I: Die Philosophie der Antike, Teil 1: Von Thales bis Demokrit*. München: Beck.
- Rossano, M.J. 2006. The religious mind and the evolution of religion. *Review of General Psychology*, 10, 346-364.
- Schmidt, K. 2006. *Sie bauten die ersten Tempel. Das rätselhafte Heiligtum der Steinzeitjäger. Die archäologische Entdeckung am Göbekli Tepe*. München: Beck.
- Shakespeare-Finch, J. & Lurie-Beck, J. 2014. A meta-analytic clarification of the relationship between posttraumatic growth and symptoms of posttraumatic stress disorder. *Journal of Anxiety Disorders*, 28, 223-229.
- Solomon, S.; Greenberg, J. & Pyszcynski, T. 2016. *Der Wurm in unserem Herzen. Wie das Wissen um die Sterblichkeit unser Leben beeinflusst*. München: DVA.
- Stolorow, R.D. 1973. Perspectives on death anxiety: A review. *Psychiatric Quarterly*, 47, 473-486.

- Stolorow, R.D. 1979. Defensive and arrested developmental aspects of death anxiety, hypochondriasis and depersonalization. *International Journal of Psycho-Analysis*, 60, 201-213.
- Stolorow, R.D. 2007. Trauma and human existence. Autobiographical, psychoanalytic and philosophical reflections. *Psychoanalytic Inquiry Books Series*, 23. New York, Hove: The Analytic Press, Taylor & Francis.
- Tedeschi, R.G. & Calhoun, L.G. 1996. The posttraumatic growth inventory: measuring the positive legacy of trauma. *Journal of Traumatic Stress*, 9, 455-471.
- Van Gennep, A. 2005 (1981). *Übergangsriten*. Frankfurt am Main, New York: Campus.
- Vogel, R.T. 2022. *Todesthemen in der Psychotherapie. Ein integratives Handbuch zur Arbeit mit Sterben, Tod und Trauer*. Stuttgart: Kohlhammer.
- Wilson, J.P. 2004. The broken spirit. Posttraumatic damage to the self. Wilson, J.P. & Drozdek, B. (Eds.). 2004. *Broken spirits: The treatment of traumatized asylum seekers, refugees, and war and torture victims* (107-155). New York: Brunner-Routledge.
- Wilson, J.P. 2006. *The posttraumatic self. Restoring meaning and wholeness to personality*. New York: Routledge.
- Yalom, I.D. 2008. *In die Sonne schauen. Wie man die Angst vor dem Tod überwindet*. München: BTB.