

Die zerbrochene Wirklichkeit bei schwerer psychischer Erkrankung

Leon Wurmser, M.D.

Vortrag, 19. April 2002, im Rahmen der
52. Lindauer Psychotherapiewochen 2002 (www.Lptw.de)

Im 42. Psalm (8) heißt es: “Die Tiefe ruft die Tiefe, in der Stimme [zur Stimme] deiner Wasserstürze (Tehóm el tehóm qoré leqól tzinnorécha). All deine Sturmwellen und Wogen gehen über mich hin.” Der Abgrund ruft dem Abgrund zum Ton überwältigender Katarakte. Wenn wir diesen Spruch als Sinnbild für eine traumatische innere Erfahrung nehmen - was ist das Unheil, worauf es sich bezieht? Es sind, im biblischen Text, Trauer, Hohn, Verzweiflung, das Vergessen- und Verlassensein vom Göttlichen, die die Seele bedrängen. Doch was bedeutet dieses Gleichnis für uns?

In Dostojewskys “Brüder Karamazov” weist der Ankläger auf die tragische Doppelheit Dimitrijs hin: “Gewöhnlich ist es im Leben so, daß man bei zwei Gegensätzen die Wahrheit in der Mitte suchen muß; im vorliegenden Falle ist das buchstäblich nicht so. Am wahrscheinlichsten ist, daß er [Mitja] im ersten Fall [der großzügigen Hilfe Katja gegenüber] aufrichtig edelmütig war und im zweiten Fall [dem Verjubeln des von Katja geborgten Geldes mit seiner neuen Geliebten Gruschenka] ebenso aufrichtig niedrig. Warum? Eben darum, weil wir breitangelegte Naturen sind, karamazovsche Naturen - und darauf will ich hinaus -, die fähig sind, alle möglichen Gegensätze in sich zu vereinen und gleichzeitig beide Abgründe zu schauen: den Abgrund über uns, den Abgrund höchster Ideale, und den Abgrund unter uns, den Abgrund der niedrigsten und schändlichsten Verkommenheit. (...) Zwei Abgründe, meine Herren, zwei Abgründe in einem und demselben Augenblick” (russ. S. 759; engl. S. 699; dt. S. 926).

Mitja spricht selbst von seiner Ungewißheit, “ob ich in Gestank und Schande geraten bin oder ins Licht und in die Freude”, zerrissen zwischen dem “Ideal von Sodom” und dem “Ideal der Madonna ... Hier berühren sich die Ufer, hier wohnen alle Gegensätze beisammen. (...) Nein, breit ist der Mensch,, allzu breit sogar, ich würde ihn enger machen. (...) Hier ringt der Teufel mit Gott, und das Kampffeld sind die Herzen der Menschen.”(russ., S. 116/117; dt. S. 149/150, engl. S. 107/8). In der Tat handelt es sich um die unauflösbare, rätselhafte und quälende Gegensätzlichkeit und Zerrissenheit seiner Seele, und der menschlichen Seele überhaupt - zwischen den Idealen von Schönheit und mystischer Verschmelzung und den sinnlichen Leidenschaften, zwischen dem Gewissen und der Wollust, oder, wir würden sagen, zwischen dem Überich und dem Es, zwischen dem inneren Richter und den Trieben. Doch von unserer klinischen Erfahrung aus sehen wir diese innere Zerrissenheit und Zerbrochenheit heute als wesentlich komplizierter. Gerade wenn wir von dem doppelten Selbst oder der doppelten Wirklichkeit sprechen, sind die Abgründe oft die von gegensätzlichen Werten und Vorbildern, oder es ist der unerträgliche Konflikt zwischen Empfindungen einer tiefen inneren Hölle, die oft unaussagbar und unbenennbar ist, und einer Schalenexistenz, die leer und hohl erscheint. Dieser Gegensatz zwischen dem tiefen inneren Loch, einer verschlingenden “black hole”, und einer äußeren Angepaßtheit führt zu massiver Verzweiflung, eben zu einer zerbrochenen Wirklichkeit. Manche wollen in diesem Gegensatz einen psychotischen Kern, der abgekapselt werde, sehen. Ich sehe es oft bei schweren Neurosen, besonders in den Depressionen, und erkläre mir dieses Loch eher als Ausdruck schwerer Traumatisierung. Wie ein Kind es ausdrückte: “Es waren schwarze Höllen, für die ich keine Worte hatte” (Mitteilg Fr. Gaspar). Die damit verbundenen Ängste können keinen Ausdruck, keine Worte, ja keine Bilder finden. Es ist ein wortloses Loch, das sich in der schweren neurotischen Depression öffnet. Dieses schwarze Loch repräsentiert das Trauma, in Earl Hoppers Ausdruck (1991, S. 609), “ein unendlich mächtiger Kessel von Schmerz, der alles vernichtet, das in ihn eintritt (an infinitely powerful cauldron of pain that annihilates all that enters it)”, - gewöhnlich die chronische Traumatisierung mannigfacher Art, und es sind die damit verbundenen, überwältigenden, von innen heranstürmenden Gefühle von Panik, von Schuld und Scham, die diese Erfahrung vom Abgrund, der dem Abgrund ruft, hervorruft. Besonders Scham und Schuld sind in der Tat abgründtiefe Affekte, beide rufen abgründtiefe Verzweiflung hervor, beide lassen den Leidenden im Gefühl der absoluten Verworfenheit versinken.

Jetzt möchte ich aber eine Patientin zum Wort kommen lassen.

Seelenfunken und heulende Geister

Es handelt sich um eine 50jährige Patientin, Karin. Sie ist verheiratet und hat ein noch sehr kleines Kind, ihr erstes und völlig unerwartetes, das sie mit 48 Jahren geboren hatte. Sie arbeitete zuvor als Verwalterin von größeren "fundraising operations" (Sammlungsorganisationen), früher auch in "public relations" und als Assistentin einer sehr bekannten, politisch prominenten Frau. Doch ihr ganzes Leben litt sie unter der unablässig auf sie einhämmernden Selbstkritik und inneren Verurteilung, weit mehr in Form von Scham als von Schuld, und, damit innig verbunden, unter chronischer Depersonalisation und einer sie oft lähmenden Depression und tiefen Verzweiflung. Ihre allerersten Worte waren denn auch, als sie zu mir in Behandlung kam: "Ich möchte die Tonbänder (tapes) in meinem Kopf reparieren (fix) - was ich von meiner Mutter habe - die sind so negativ und destruktiv. Ich stelle alles in Frage. Wenn ich doch das ändern könnte!" Ich sah sie zuerst kürzere Zeit niederfrequent, seit letztem Juni nun vierstündig und auf der Couch. Ich zitiere aus einigen Stunden der letzten paar Monate: "Ich höre diese ständige Stimme in meinem Kopf: 'Du machst das nicht recht, und du machst jenes nicht recht.' Und ich renne wie ein Hamster in seinem Rad... Es ist wie eine Verwesung (mould) in mir: wenn ich das Fenster nicht öffnen [mit jemandem darüber spreche] und die frische Luft die Verwesung abtöten lasse, überwältigt diese rasch alles. Es wird giftiger und giftiger." Zu anderen Zeiten spricht sie davon, sie sei in einem Stahlkäfig oder stehe vor einem riesigen Grizzlybär, der sie zu ersticken drohe. Sie fährt fort und gibt dabei einen ätiologischen Hinweis, der freilich ihr immer bewußt gewesen sei: "Letzte Woche dachte ich, ich würde explodieren. Ich war bei meiner Mutter." Ich trage hier nach: Ihr Vater, Verkäufer in einer Druckerei, beschrieben als ein milder und würdevoller Mann schwedischer Herkunft, starb vor einigen Jahren, z.T. an Folgen von Alkoholabusus. Ihre Mutter hatte (und hat) Perioden frenetischer Aktivität und agitierter Depression, Gereiztheit und chronischer Wut. Es gab sehr viel Streit und viel Unberechenbarkeit daheim, eine chronische Traumatisierung. Karin war selbst die älteste von 4 Kindern. Die nächstjüngere Schwester kam 3 Jahre nach ihr und ein Bruder 9 Jahre. Dazwischen gab es noch ein Mädchen, das aber in früher Kindheit an einem Herzfehler starb (als Karin 8jährig war). Ein späteres Trauma geschah mit 15 Jahren, als sie bei einer Tante in Übersee zu Besuch war. Ihr Onkel verging sich an ihr sexuell. es war ein schwerer Schlag für sie, da sie seine Zuwendung zuerst als echtes Interesse an ihr geduetet hatte. Als sie sich endlich wagte, es zuhause mitzuteilen, wurde es sowohl verleugnet wie ihr die Schuld zugesprochen. Ihre erste langdauernde und innige Freundschaft mit einem Jüngling wurde auf das massivste von ihren und des Jungen Eltern blockiert, so weit, daß sie sie in ein anderes College versetzten.

Sie fährt fort: "Ich bin immer sehr wachsam um sie herum, erwarte ihre nächste Kritik, ihren nächsten Kommentar. Das ist etwas Vertrautes; ich habe es alles in mich einverleibt. Es ist innen wie außen. Ich laufe hin und zurück, um ihre Kritik abzuwehren. Doch ist es unmöglich."

"Was ist deren Inhalt?"

"Sie ist konstant, sie betrifft alles. Ich bin automatisch und ständig auf der Hut. Sie prüft alles, was ich tue, und es unterliegt ihrer Kritik. Es ist nicht ein Richtmaß (standard). Wenn ich dann das 'richtige' Ding tue, kritisiert sie mich, daß ich es nicht andersherum mache... In dem Augenblick, als ich das über meine Mutter realisierte, erkannte ich, in welcher Falle ich stecke: es ist eine Illusion zu denken, daß, wenn ich das Richtige tue, wäre das der Schlüssel, der das Tor zum Angenommenwerden aufschlüsse. Es gibt kein solches Tor, das geöffnet werden könnte. Die Tür hat kein Schlüsselloch und nicht einmal eine Klinke, und wenn ich denke: täte ich das Richtige, fände ich Annahme, so ist gibt es das nicht... Ich wollte so verzweifelt, daß sie [die Eltern] mit mir zufrieden wären, daß sie sich an mir und meinem Dasein freuten... Ich möchte den Affen von meinem Rücken abschütteln, der ständig sagt: 'Warum machst du dies nicht richtig?'... Diese fünf Wörter sind das Wesen meines Seins: 'Du bist nicht gut genug.' Dies erkenne ich als meine Wahrheit. Ich habe keine andere zur Wahl. Ich bin äußerst skeptisch, daß sich irgendetwas ändern kann. Ich kenne nichts anderes. Es ist so sehr Teil dessen, was ich bin" (99).

Es wird bald deutlicher, zu welchem Ausmaß es Eifersucht und Neid sind, die von diesem unbarmherzigen inneren Richter blockiert werden müssen: "Ich hatte keinen Sinn von mir selbst, als Definition dessen, was ich war. Die anderen Leute waren alle Rivalen (competitors), und dann verlor ich immer, wenn ich mich mit ihnen verglich. Man sieht sie [die Geschwister] nur als Rivalität (competition), statt als Verbündete und als Ergänzungen, die sich für einen einsetzen und einen stärken würden. Jederman ist nur ein Rivale..." Sie beschreibt, wie rasch jedes Lob in sein Gegenteil verkehrt wurde und wird, "als ob eine Riesenhand es einem entriße: 'Du kannst das nicht haben; das ist nicht für dich!' Und ich muß wieder ganz von vorne beginnen."

Ich sage an diesem Punkt: "So daß der Untergrund für diesen inneren Richter der Wettstreit ist, viel Eifersucht und Neid, und dies würde sich eröffnen, wenn sich der Keller auftäte, und das macht viel Angst." Der Wettstreit sei ohnehin so hoffnungslos, erwidert sie, und die Eifersucht und der Neid seien so schmerzhaft, und die Riesenhand käme sowieso; daher tue sie selbst die Abweisung und die Verurteilung zuerst, ehe diese von außen kämen, also aktiv statt passiv: "Dann ist die Kontrolle mein" (100).

Nach mehreren Stunden zunehmender Angst, die kurz von der Erinnerung an einen tröstenden Traum unterbrochen wird, in dem ein wundervoller Hirsch sie in einen nördlichen Wald begleitet,

Seite -4-

erinnert sie sich, wie vor wenigen Tagen eine Bekannte darüber gesprochen habe, wie Karins Mutter die Einladungen zur "baby shower" und zur Hochzeit Karins zurückgesandt und sich geweigert habe, daran teilzunehmen, da Karin das Kind außerehelich gebar. Karin fühlte sich sofort, bei diesem Gespräch, übermannt von unglaublicher Trauer und Wut darüber, daß sie wiederum, angesichts von Geburt und Heirat, um ihre Feier geprellt worden sei, wie das früher bei den Abschlußfeiern von Mittelschule und College erfolgt sei. Darauf überwältigte sie das Schamgefühl: "Es war nicht freudvoll, sondern schmerzlich und beschämend... behandelt wie ein Außenseiter... die innere Stimme: du hast nichts vollbracht... Ich fühlte mich sogleich schuldig: ich habe meine Mutter beschämt; ihr Verhalten sei völlig erklärbar; alles sei mein Fehler. Es war mit so viel Scham verbunden: der ganze Rest der Welt lebt nach andern Regeln. Ich konnte nicht offen oder mit Freude feiern. Alles mußte insgeheim geschehen, im Verborgenen... Nie gäbe es ein Ereignis, das mich dreidimensional, real, getrennt machen würde... Es [Trauer und Scham] war wie eine riesige Hand, die mein Herz packt und es nicht mehr gehen läßt... Ich erkannte klar, wie ich mich stets ganz ohne Anspruchsrecht (unentitled) empfand. Heute morgen erlebte ich mich, als wäre ich in einer Glasröhre eingeschlossen: Niemand kann mich sehen." Vielleicht präziser gesagt: Jeder kann sie sehr wohl sehen, als äußere Erscheinung, als falsches Selbst; doch niemand sehe ihr inneres wahres Selbst. Dazwischen ist eine unüberbrückbare Kluft. Es ist eine zerbrochene Wirklichkeit.

Doch ebenso wichtig ist die Feststellung des Szenarios: Es ist die Sequenz, daß sie sich schamerfüllt, dann wütend und schließlich lähmend traurig erlebt. Alle Aggressionen scheinen gegen das eigene Selbst gewendet zu werden - und dies in quasi-personifizierter, fast mythischer Weise, in Gestalt dieses Geistes der Selbstverurteilung.

Dann wendet sich Karins Selbstkasteiung ihrer sehr problematischen Ehe zu und wird zu einem totalen Gefühl von Unwert, Gelähmtheit und unerklärbarer Angst. Jetzt, nämlich in dem psychoanalytischen Abspulen der inneren und äußeren Geschehnisse der letzten Tage, erkennt sie dieses Szenario nicht nur als eine bedeutungsvolle Sequenz, sondern versteht ihre Angst und deren Begründung im Urteil jenes Gottes des Selbsthohnes: "Ich mache mir Vorwürfe, bevor man mich kritisieren würde. Mein ganzes Leben ist so: Ich tue es innerlich, ehe jemand anderes es tun könnte. Schau, ich habe sogar Schlimmeres mir angetan, als sonst jemand es tun könnte; so mußst du dich nicht mehr drum bekümmern! Ich empfinde mich als so zerstört. Wenigstens, wenn ich es mir selbst antue und wenn ich zweidimensional bin, kann ich durch den Tag gehen. Kommt es aber von außen, fühlte ich mich vernichtet" - wobei das "es" ein Konglomerat von Abweisung, Vorwurf, Scham und Schuld ist, ein Zustand totaler Verurteilung, doch nun ganz umgedreht vom Passiven ins Aktive: "Wenn ich sie [them] mit der Peitsche auf mich zukommen sehe, habe ich die Wahl:

Seite -5-

entweder bleibe ich wie gefroren stehen und erlaube ihnen, mich auszupeitschen, oder ich nehme eine andere Peitsche und beginne, mich selbst zu geißeln: 'Jetzt braucht ihr es nicht zu tun.' Vermutlich gibt es andere Möglichkeiten, aber ich sehe nur diese beiden Alternativen in meinem Leben. Dies ist für mich die einzige Überlebensemöglichkeit. Wenn ich das Auspeitschen zulasse, zerbröckle ich in Asche. Lieber mit Narben und blutig existieren und es mit eigenen Händen tun, als nicht zu existieren, wie es wäre, wenn ich sie mich auspeitschen ließe und ich zerschmettert daläge." Im Einklang mit diesem Grundmuster heiratete sie einen Mann von unbemessener explosiver Anlagewut, doch mit ähnlich hohen moralischen Forderungen wie sie sie selbst vertritt - in der vergeblichen Hoffnung, daß er ihr zumindest am Ende der Auspeitschung die Verzeihung erteilte, die sie sich selbst nicht zuerkennen kann (103/104).

Eine der analytischen Fragen ist natürlich wieder und wieder: Gegen wen richten sich die Wut, der Haß, die Verachtung, ehe diese so massiv auf das Selbst gewendet werden - jetzt, vor ein paar Tagen, oder vor langen Zeiten.

Nach den Einsichten in dieses vorbildhafte Szenario fühlt sie sich beträchtlich besser, "so viel stärker, rüstiger (sturdier). Ich spüre ein substantielles Selbst, dreidimensional... Wie Sie sagten: Dieses alte Selbst ist wertvoll; ich sollte es nicht wegwerfen. Ich hatte ein so gutes Gefühl darüber... Es ist so, als ob meine Mutter mich die ganze Zeit ausradieren würde. Ich empfand mich nicht als legitim; ich mache mich selbst unsichtbar." Mehr noch: alle Unabhängigkeit, alle Schritte, die sie selbst unternommen hatte, alle Besonderheit waren sträflich und endeten in diesem Grunderlebnis der Unsichtbarkeit: einem Primärsymbol der Scham.

"Selbst als ein Lehrer mir sehr zugetan war und versuchte, mich zu ermuntern, war es sehr schmerzvoll für mich, nun plötzlich sichtbar zu sein, nachdem ich solange nicht gesehen worden war: aus dem Spiegel herauszutreten, das Glas zu zerbrechen, geboren zu werden. Es ist entsetzlich schmerzvoll, [als ich selbst] sichtbar zu werden, da ich damit so verwundbar werde. Meine Erscheinung war immer sehr wichtig für mich. Ich brauchte sie wie ein Schild und trug sie als Maske..."

Ich frage sie direkt, was sie als den inneren Konflikt in all dem sehe. Sie erwidert: "Das eine ist die Betonung der Erscheinung, [der Zwang zur] Konformität, die Haltung meiner Mutter: gut auszusehen vor der Welt. Das andere ist: man selbst zu sein" (being yourself, also die unpersönlich-distanzierte Form), ein Individuum, selbst wenn es schmutzig und unordentlich ist."

"Und bei beiden Seiten gibt es Gelegenheit zur Scham: wenn Sie nicht gut aussehen, oder aber auch, wenn Sie nicht Sie selbst sind."

Sie fügt unmittelbar einen dritten Grund zur Scham hinzu: "Man selbst zu sein und zu versagen... Es ist eine riesige Erleichterung, wenn jemand die äußere Erscheinung durchschauen kann, den Panzer. Er war wie ein Gefängnis... Ich dachte, niemand sonst sei so gefroren, so einsam und allein, daß etwas sehr falsch mit mir war - die Scham. Es ist, als ob ich einen weiten Strom überqueren will und von Stein zu Stein gehe, ganz vorsichtig den Fuß hinhalte. Mit Ihnen und C [einer Freundin] fühle ich mich sicher, zum nächsten Stein voranzuschreiten. Aber ich bin mir stets klar bewußt, daß ich plötzlich vor einer Mauer stehe, wo jemand mich lächerlich fände... Dann würde ich gleich wieder über den Fluß zurückrennen... Ich kämpfe mit mir selbst, auch hier, und warte darauf, daß Sie mir sagen: es wäre lächerlich [weiterzugehen]. Dann höre ich es nicht von Ihnen oder von mir, und ich wage mich weiter... Jeder Schritt ist so schwer erkämpft; jeder Stein ist eine Weltreise..." (133/4).

Ihr erstes Selbst ist eines, das sich unterwirft und sich unter der Peitschung durch den inneren Richter in Scham beugt. Je mehr sie verraten werde, um so mehr versuche sie, sich dem Täter anzunähern, wie die Motte von der Flamme angezogen werde. Sie suche den Schmerz, wie ein Hund, der sich tiefer und tiefer in eine Fuchshöhle bohrt, auch wenn er in die Schnauze gebissen wird. Sie schalte ihre Gefühle ab und sage sich: "Dies ist keine Hölle, und ich bin gar nicht da. Es macht nichts. Es schmerzt wirklich gar nicht. Es ist nicht so schlecht, wie es aussieht" - die Entfremdung. Das zweite Selbst ist der Zorn darüber, daß sie sich so verhalten müsse. Das dritte Selbst ist, was sie in der Kunstklasse spürt - sich auf etwas Schöpferisches zu konzentrieren statt auf das Zerstörerische.

"Was zwang mich, darin verstrickt zu bleiben? Wie Lady Macbeth, die wieder und wieder ihre Hände waschen muß - warum? Warum die Türmatte sein?" Sie beantwortet ihre eigene Frage: "Um einen Ort zu haben, nötig zu sein" - um irgendwo dazuzugehören.

Ich erweitere ihre Deutung: "Lieber leiden als allein zu sein: 'Quäle mich, aber verlaß mich nicht!' Daher bewegen Sie sich dann auch immer näher dem Quäler zu: Je mehr Qual, desto weniger Liebe, doch umso größer die Angst davor, verlassen zu werden."

Sie sagt, es sei eine schwere Wahl zwischen Qual und Verlassenwerden. "Man kann im Vakuum sterben, wenn man verlassen wird. Es ist eine teuflische Wahl. Was ist die dritte Alternative?"

"Das dritte Selbst: Liebe und Achtung." (137/8).

In ihrer Depression sieht sie sich einem Hund gleich, der vergeblich eine Riesenlast auf einem Schlitten hinter sich herziehen bemüht, ohne daß er das Gefährt allein voranzubringen vermag, und dahinter her jagen die Wölfe und kommen immer näher. Ich bin an einen Passus aus der klassischen schwedischen Dichtung, Selma Lagerlöfs "Gösta Berlings Saga," erinnert, auch von

Seite -7-

einer verzweifelten Schlittenfahrt; es sind die Worte von Marianne Sinclair: “Wir aber dachten an den seltsamen Geist der Selbstbeobachtung [själviakttagelsens underliga ande], der schon seinen Einzug in unser Innenleben gehalten hatte. Wir dachten an ihn [als den] mit den eisigen Augen und den langen, gebogenen Fingern... den Geist mit Eisaugen [anden med isögonen]... hohnlachend auf Böses und Gutes... den fahlen Wächter an der Quelle der Handlungen ... den Gott der Selbstverhöhnung [självförhånandets gud]” (S. 114/115). Ich erwähne es, und sie antwortet, sie erlaube diesem bleichen Wächter, sie mit seinem Hohn zu definieren.

Nichts Gutes werde erinnert, und damit erlebt sie eine tiefe Diskontinuität. Von einer Stunde zur anderen vergesse sie den Inhalt. Wer nicht als Selbst vom anderen beständig erkannt wird, vergißt sich selbst und verliert so seine innere Kontinuität - in einem prägnanten Passus bei Sheldon Bach: “... die spezifischen Erinnerungen und Erlebnisse gleichen einzelnen Perlen, die Kontinuität und Gestalt nur dann erreichen können, wenn sie zu einem Halsband aneinandergereiht werden. Die Schnur, an der sie miteinander verbunden werden, ist die kontinuierliche Existenz des Kindes im Denken (mind) der Eltern; diese gibt die Kontinuität, an der die Perlen des Erlebens zusammengebunden und zur Halskette eines zusammenhängenden Lebens werden” (S. 748) Sinn- und Zeiterleben erwachsen aus dem Gefühl der Verbundenheit der Erfahrungen, wie sie durch das Erinnern des Anderen im eigenen Innenleben geschaffen wird.

In seinem schönen und wichtigen Buch, “Disappearing Persons - Shame and Appearance” betont Benjamin Kilborne die zentrale Rolle des Schamgefühls für diesen Sinn von Identität und innerer Kontinuität. Er zitiert Milan Kundera: “Scham ist eine der Schlüsselbegriffe der modernen Aera... wir betreten das Erwachsensein durch die Rebellion von Scham.” Kilborne fährt dann weiter: “Sich vorzustellen, was wir anschauen, sich vorzustellen, daß wir schauen und zugleich angeschaut werden, während wir schauen - all dies scheint wesentlich zu sein für unser Gefühl dafür, wer wir sind, und für ein Urvertrauen in die Kontinuität unseres Lebens” (S. 70). Er zitiert einen Patienten: “Man könnte sagen, man sei ohne Identität, wenn man in andern nicht erkennen kann, was man nicht in sich selber erkennen kann. Ohne Identität kann man keine Verbindung schaffen” (S. 32).

Zurück zu Karin: Es bleibt bei der endlosen Wiederholung, der Macht der Entwertung: “Da ist dieser kleine Funke in mir, der so wütend darüber ist, daß ich alles aufgeben muß, daß alles ausgelöscht wird, wer ich bin. Diese Banshees, die heulenden Geister, stürmen von allen Seiten auf mich ein und schreien: ‘Du schlechte Person. Nichts, was du getan hast, zählt. Du bist nichts.’ Nur der kleine Funke sagt im Verborgenen: ‘Das ist nicht wahr, das ist nicht fair.’” Ihr ganzes Leben, so weit sie sich zurück zu erinnern vermöge, sei von diesem Gegensatz bestimmt gewesen. Doch neben diesem Widerstreit der depressiven und entfremdeten Identität, diesem falschen Selbst des

Seite -8-

Scheinens, und dem wütenden, trotzig protestierenden Selbst, gibt es auch immer wieder, als drittes, die tüchtige und kompetente Person.

Woher diese Absolutheit der Erwartung und damit der Selbstverurteilung? Zunächst ist es die negative Identität: ja nicht wie die verlogene und manipulative Mutter zu sein und statt dessen das Ideal ihres Vaters zu erfüllen: “Es ist wesentlich für mein Überleben, absolut zu sein.” Damit ist es entweder das leuchtende Ideal oder das schwarze Loch. Doch nochmals: Weshalb denn diese Absolutheit? “Diese gab mir eine Struktur in einer Welt, die so unberechenbar war. Die Absolutheit gab mir den Sinn dafür, da zu sein (the purpose for my being).” Dadurch, daß sie ein absolutes Gewissen hatte, war sie verbündet, zwar nicht mit der realen Figur ihres Vaters, sondern mit seinem Ideal und dem seiner Familie. Die Absolutheit von Selbsterwartung und Urteil bedeutet die negative Identität, nicht so zu sein wie ihre Mutter, und absolut so zu sein wie die Ideale ihres Vaters. “Das war mein Maß für die Welt, und ich möchte es nicht anders haben.” In dem Ideal sucht sie den verlorenen Vater, und in der Selbstverurteilung erlebt sie ihre Enttäuschung an ihm, doch nun in sich neuerschaffen. Sie haßt ihn in sich als Enttäuschende, als Versagerin, denn sie erwartet nun von sich das Absolute, das sie sich von ihm erhofft hatte (146/7).

Das Erlebnis des Sichschämens spaltet die Welt, schafft die tiefe Diskontinuität: nicht so im Auge der anderen gesehen zu werden, wie man sich selber sehen möchte, bedeutet Verschwinden der eigenen Identität und ein Umsichgreifen von Leere und Sinnlosigkeit. “Zuviel unerträgliche Scham führt zu einem Verlust des Selbst, und ein Verlust des Selbst erzeugt mehr Scham,” lesen wir bei Kilborne (S. 92). Er spricht von der machtvollen “Illusion , daß wir unsere inneren Gefühle dadurch zu kontrollieren vermögen, daß wir kontrollieren, wie wir erscheinen” (S. 114).

Werden die Szenen von “urteilen statt untersuchen” (judging instead of exploring) umgekehrt in “untersuchen statt verurteilen” (exploring instead of judging) (Paul Gray, pers. Mitteilung), empfindet sie das, als wäre ihr ein Riesengewicht von den Schultern genommen worden: das Gewicht des archaischen Überichs, mit seiner radikale Schuld dafür, daß sie sie selbst ist, und der nicht geringeren Scham darüber, daß sie nicht sie selbst ist (105). .

Absolutheit des Urteilens und Verleugnung der Realität

Ich beginne mit einem weiteren Zitat von Kilborne: “... ödipale Scham wächst ein dysfunktionellen Familien, wo Konflikte zwischen Eltern und Kindern vermieden werden, statt erkannt zu werden, wo Konflikte überhaupt oft als etwas Beschämendes und Demütigendes erlebt werden, wo die scham des Kindes für das Versagen und die Schwächen der Eltern zur Geheimhaltung und zu den Allmachtswünschen des Kindes, die Eltern zu schützen, beiträgt und wo

Seite -9-

die Verantwortlichkeiten der Eltern verwischt und kompromittiert werden. In solchen Familien wiederholen dann die Kinder unbewußt die Muster von Niederlage und Demütigung” (S. 119/120) .

Vertiefen und erweitern wir diese wichtige Feststellung, so erkennen wir absolut sich gebärdende Wünsche und globale Affekte, namentlich die mannigfachen, das Innere überwältigenden Ängste, doch auch Wut und Scham und Schuld und andere mehr, die solchen Absolutheitsanspruch erheben. Dann begegnen wir den Abwehrvorgängen, die ebenso absolut, gleich radikal und allumfassend sind. Und schließlich und ganz besonders werden Gewissen und Idealforderungen - also das Über-Ich - zu den leitenden Vertretern dieser inneren Absolutheit, und damit haben wir dann diese fatalen Circuli vitiosi, eben die sich wiederholenden Muster, über Kilborne sprach. Die innere Polarität wird dann insgesamt durch eine derartige Absolutheit gekennzeichnet.

Ich sagte “insgesamt”? Nicht wirklich. Es ist nicht immer so, daß der Mensch, sofern er nicht dem Wahnsinn verfallen ist, dem Relativen ganz absagt. Ganz im Gegenteil: weite Kontinente seines Alltagslebens und seine Alltagsmaske sind geprägt von dem Bedingten, dem Funktionellen, dem von den Umständen Abhängigen. Das zeigt uns das klinische Material in unzähligen Nuancen. Bei Karin sehen wir es in dem Gegeneinander von wildem innerem Konflikt und der äußeren, wenigstens zeitweiligen Tüchtigkeit.

Es geschieht im Zusammenbruch, es geschieht im tragischen Erleben und Leiden, daß das Absolute und das Relative im Inneren wie auch hernach, sekundär, im Äußeren mit voller Wucht aufeinander prallen.

Allgemein gesagt, spielt bei schwer traumatisierten Patienten ein tiefes Gefühl der Scham, des Beschämt-, Ausgeschlossen- und Ausgestossenseins, und damit des Unwertes, eine führende Rolle. Dies ist weit mehr als nur äußerer Demütigung zuzuschreiben, sondern vielmehr der Seelenblindheit des Anderen, also der Erfahrung, daß man in seinen wesentlichsten Gefühlen, Wünschen und, wie wir eben hörten, Konflikten vom wichtigsten Anderen, namentlich der Mutter und dem Vater, später auch den Freunden und Lehrern, nicht wahrgenommen wurde. Die Folge davon ist, daß die ganze Innenwelt, v.a. alle Affekte, als etwas völlig Unannehmbares erlebt und in globaler Affektabwehr durch Verleugnung ausgeblendet werden müssen. Die Angst vor den Gefühlen bedeutet insbesondere ein Sichschämen für deren überflutenden Charakter, für deren Zuviel angesichts des Neins der Anderen. So schämt man sich dann für alle Gefühle und überhaupt dafür, als jemand dazusein, der eine eigene Identität haben möchte, denn diese beherbergt eine unerfüllte Bedürftigkeit und ist voller Trauer und Schmerz (s. die hervorragende Darstellung durch Arno Gruen).

Es ist das Kennzeichen der Traumatisierung, daß die dabei aufgewirbelten Gefühle überwältigend, d.h. global und entdifferenziert werden, daß sie nicht mehr benennbar und daß sie resomatisiert werden. Es ist eben jenes schwarze Loch, etwas Grenzenloses an Verzweiflung, das wir auch so gut von Holocaust-Überlebenden kennen. Etwas Konkretes wird dann gesucht, das dieser unnennbaren Verzweiflung Wort und Sinn geben soll.

Oft wird dann zudem die Sexualisierung als archaische Abwehr eingesetzt, um Affekte zu regulieren. Beides, die Überflutung mit Affekten und die sehr urtümliche Abwehr durch Sexualisierung, führt zu einem überwältigenden Schamgefühl. Als weitere Abwehrfront werden dann aggressive Wünsche, Impulse und Phantasien als Mittel zur Wiederherstellung der Kontrolle eingesetzt; sie sollen den weiteren Absturz in jener regressiven Spirale aufhalten. Diese archaische Gleichsetzung von traumatischen Gefühlsstürmen, Sexualisierung und Aggression führt sowohl zu globalen Formen der Abwehr, namentlich von Verleugnung, Externalisierung und Projektion und damit zu den immer wieder beobachtbaren dissoziativen Phänomenen, eben auch den Spaltungen in verschiedene Selbstgestalten, die wir bei Karin wahrgenommen haben, wie auch zu massiven Gegenmaßnahmen durch das Überich im Sinne der gleichen Absolutheit, nämlich in Gestalt von durchdringenden, verinnerlichten und globalen Schuld- und Schamgefühlen. Ein guter Teil dieser Hypertrophie des Überichs wird durch die Allmacht der Verantwortlichkeit als Abwehr gegen die traumatische Hilflosigkeit begründet.

Bei dieser Affektregression, dem Kernmerkmal des Traumas, wird jede Form der Erregung zur Übererregung, und diese führt unausweichlich zum Absturz, zur schmerzlichsten Enttäuschung. Dieser traumatische, passiv erlittene Ablauf wird jetzt stets von neuem ins Aktive gewendet, indem jede Freude, jede Befriedigung, jede Erwartung, alles Erleben von Gutem abgebrochen und ins Negative, ins Schlechte gewendet werden muß. Es scheint zwar, als ob eine unbewußte Schuld es einem nicht gönnen würde, erfolgreich zu sein. Doch wichtiger scheint mir dabei jene gefährliche Erregung zu sein und das tiefe Schamgefühl darüber, die Kontrolle darüber und über die darauf folgende intensivste Enttäuschung verloren zu haben. So wird das Überich, der innere Richter, zum Verwalter der Lustverhütung. Auch es zeigt die erwähnte Doppelheit - einerseits eine ganz rigide innere Autorität, andererseits ein weitreichendes Verkennen der Grenzen.

In der Übertragung zeigt sich dann häufig die Umkehrung der Beschämung: nämlich daß nun der Analytiker ebenso völlig entwertet und erniedrigt wird, wie sich der Patient selbst als wertlos empfindet. Karin fürchtet, ich sei nur ein Charlatan, der sie nur in den Sumpf der Verzweiflung und Gelähmtheit hereingelockt habe, ihr aber nicht wieder heraushelfen könne. Oder dann fürchtet sie, ich habe sie in diese angstvolle Hölle gebracht, und jetzt komme sie in meine Praxis yund entdecke,

daß mein Schild verschwunden sei, ich sei nicht mehr da, alles von mir sei weg. Das Loch des traumatischen Verlusts findet sich mithin in der Übertragung wieder.

Das traurige, schmerzbeladene Kind, das Schmerz und Trauer verleugnet, der Mensch, der das Trauma des Unsichtbarseins erlebt hat und immer wieder fürchtet und auch sucht, ersetzt die fehlende Liebe durch das Zuckergebäck des Erfolgs, oder in Karins Fall, in der Anpassung an eine Welt äußeren Erscheinens. In Kilbornes Buch heißt es: "Wer es erlebt, daß er sich selbst nicht in den Augen der Anderen vorstellen kann, baut immer zwanghafter auf seine Erscheinung, im vergeblichen Bemühen, sich den anderen verständlich zu machen, und zugleich führt das Erkennen davon zu einer außerordentlichen Verwundbarkeit" (S. 27). Man sucht Liebe und Respekt in der Anbetung, doch findet man sie dort nicht, und das Resultat ist die Entwertung sowohl des eigenen Selbst wie der Anderen. Die Beziehung erscheint wertlos, denn sie ist nie das, was man wirklich braucht. Man rennt und rennt nach dem Erfolg, aber die Trauer folgt einem wie ein Schatten, das Gefühl der Lieblosigkeit entleert das Dasein. Idealisierung des Anderen und Selbstanbetung stehen statt Beziehung; die Stunden selbst mögen zur Darstellung der Brillanz benutzt werden, damit der Analytiker ihn oder sie bewundere. Der Patient identifiziert sich mit dem Bild, das er sich vom anderen entwirft, ohne sich aber in diesen wirklich einzufühlen.

Wo in dieser totalitären Weise verurteilt wird, muß es zu den radikalen Polarisierungen kommen, die für uns die Kennmarken des archaischen Überichs sind, die globalen Gegensätze. Was absolut scheint, ist nur möglich dank der Verleugnung all dessen, was nicht hineinpaßt. Sie aber setzt damit eine Seite der Wirklichkeit, die als absolut gesetzt wird, einer anderen Seite entgegen, die nicht gesehen, nicht erlebt und nicht benannt werden darf. Diese "andere Seite" kehrt als das Dämonische zurück und verdichtet sich in der Gestalt des Teufels, bei Karin als die schwarze Person, die sie in sich seit der Kindheit sah, verabscheute und fürchtete. Doch diese dunkle Gestalt war ihr authentisches Selbst, das erst jetzt in der Analyse sein Recht zu sein erkennt. Sie zitiert aus einem schönen Gedicht des karibischen Dichters Derek Walcott: "You will love again the stranger who was your self."

Doch ist diese Spaltung in das Absolutgesetzte und das Verleugnete selber Ausdruck einer viel umfassenderen Spaltung und doppelten Wirklichkeit. Dieser Welt der Radikalisierung und Totalisierung, und damit der Allmacht und Ohnmacht, steht die Welt gegenüber, die wir miteinander teilen, das eben, was wir gemeinhin mit Realität meinen. Die erste Welt kennt keine Grenzen, sie ist die Welt des Träumens, sie ist die Welt der Absoluta, des mythischen Erlebens; die zweite ist die Welt der Geschiedenheit, der Begrenzungen, der gemeinsamen Wirklichkeit, der Wahrnehmung im eigentlichen Sinne von "Als wahr-nehmen", das eben, was wir gemeinhin mit

Seite -12-

Realität meinen. Das Nebeneinander dieser beiden Welten bedeutet das stete Nebeneinander von Ja und Nein, das Nebeneinanderstehen der Gegensätze, als ob sie keine Gegensätze wären. Diese Spaltung von Anerkennung und Leugnung findet sich bei uns allen, auch bei allen unseren Patienten. Bei der schweren Neurosen ist sie einfach viel prononcierter.

Die Absolutheit des Urteils und die damit notwendigerweise einhergehende partielle oder vollständige Seelenblindheit dem Anderen gegenüber können als Gegensatz zur Einführung in die innere Realität des Anderen verstanden werden, das tiefe Verstehen der besonderen Perspektive des Anderen, sich vorstellen zu können, wie der andere die gemeinsame Wirklichkeit erlebt und sieht. Seelenblindheit ist abwehrbedingt; sie beruht v.a. auf einer pauschalen Verleugnung der Gefühle und des Willens des Anderen - und damit auch von sich selbst. Seelenblindheit des Anderen schafft massive Scham in uns: unser eigenes Wesen ist ein Nichts, nicht wert, gesehen zu werden. Das Auge drückt diese Verachtung aus. Wo immer massive Verleugnung herrscht, da muß die Wirklichkeit gespalten werden: die Verdoppelung der Welt, das Ja und das Nein.

Jede Abwehr führt zu einer Spaltung des Selbsterlebens, und je schroffer diese Abwehr, desto radikaler ist das Erleben der Spaltung. Diese radikalen Formen der "Spaltung" sind das logische Resultat der Absolutheit, der Globalität, nicht allein der Affekte, sondern der Identifizierungen, der Introjektionen und der deswegen nötigen Abwehrvorgänge, also der in Frage stehenden Konflikte überhaupt. Absoluter verträgt sich nicht mit etwas anderem, das auch Absolutheit verlangt, globale Ansprüche schliessen sich gegenseitig aus. Von allen Faktoren sind es aber die Absolutheitsforderungen des Überichs, das kategorische Urteilen, die v.a. und immer wieder unmittelbar beobachtbar diesen Spaltungsvorgängen zu Gevatter stehen. Und das ist es, was bei diesen Identitätsspaltungen gewöhnlich eintritt: Ein Überichsteil, der sich mit der Aussenwelt verbündet hat und unablässig auf Anpassung und Konformität dringt, wird von einem andern Überichsteil, der z.B. auf seinen eigenen, mehr autonomen Werten beharrt oder sich stolz, ja anmassend auf seine Ehre oder seine Rechte beruft, gestürzt. Dieser zweite, gewöhnlich regressive Überichsteil manifestiert sich in narzisstischen Phantasien und archaischen Ich-Ideal-Vorstellungen, und in damit einhergehenden, oft massiven Selbstverurteilungen für alle Zeichen der Verwundbarkeit oder Schwäche. In diesem Kampf zwischen den "angepassten" und den "regressiven" Überich-Teilen, gibt es oft mehrere Zwischenstufen, Interim-Lösungsversuche mit einem Ineinanderblenden der beiden Überich-Antagonisten.

Aus der Spannung von Absolutem und Relativem erwächst der Vergleich, und damit auch der wütende Widerspruch darüber, daß ich weniger bin (Scham) und mehr sein möchte (Neid), daß ich weniger habe (Schmerz) und mehr haben möchte (Eifersucht), daß ich das Ganze nicht verstehe und

verwirrt bin (das Gefühl der Absurdität) und doch den Liedern, die von ewiger Vernunftgesetzlichkeit singen, lausche (das Wagnis und der Hochmut der Vernunft), daß ich mich gegen die erlebte Ungerechtigkeit auflehne (das Ressentiment), aber schließlich an dieser Ungerechtigkeit in Leid und Verzweiflung zerbreche, ohne den absolutgesetzten Wert aufzugeben (das Tragische).

Um was es uns aber geht, ist die Überwindung der Absolutheit. Das Unbedingte und das Maß - in der Erkenntnis ihres unschlichtbaren Gegensatzes liegt die tragische Wahrheit.

Ich schließe mit dem versöhnlichen, die Zerbrochenheit heilenden Gedicht Walcotts, auf das mich Karin erst aufmerksam gemacht hat (entnommen dem Buch von Roger Housden: "Ten poems to change your life." Harmony, 2001):

"Love after Love.

The time will come

When, with elation,

You will greet yourself arriving

At your own door, in your own mirror,

And each will smile at the other's welcome,

And say, sit here, Eat.

You will love again the stranger who was yourself.

Give wine. Give bread. Give back your heart

To itself, to the stranger who has loved you

All your life, whom you ignored

For another, who knows you by heart.

Take down the love letters from the bookshelf,

The photographs, the desperate notes,

Peel your image from the mirror.

Sit. Feast on your life."

("Die Zeit wird kommen, wenn du dich mit Freude bei deiner Ankunft begrüßen wirst, an deiner eigenen Türe, in deinem eigenen Spiegel, und der eine wird zum Gruß des anderen lächeln und sagen, sitz hier hin, iß! Du wirst wieder den Fremden lieben, der dein Selbst war. Gib Wein. Gib Brot. Gib dein Herz dir selbst zurück, dem Fremden, der dich dein ganzes Leben geliebt hat, doch

den du übersehen hast, für einen anderen, der dich auswendig kennt. Nimm die Liebesbriefe herunter vom Büchergestell, die Photographien, die verzweifelten Aufzeichnungen, schäl dein Bild ab von dem Spiegel. Sitz hin. Feire dein Leben.”)

Leon Wurmser, M.D.
904 Crestwick Road
Towson, MD 21286
USA