

Gerhard Burda

Zur Versöhnung von Trauer und Melancholie / Linz 2011

Einleitung

Meine sehr verehrten Damen und Herren, liebe Kolleginnen und Kollegen. Der Titel meines Vortrages enthält eine Anspielung auf einen Aufsatz von Freud aus dem Jahr 1916 (*Trauer und Melancholie*). Ich glaube, es ist nicht schwierig, aus den Begriffen *Melancholie* und *Trauer* das Phänomen herauszuhören, mit dem ich mich hier auseinandersetzen möchte: mit der Depression. Das Wort *Depression* kommt von lat. *deprimere*, niederdrücken. Als Syndrom betrifft die Depression Veränderungen im Emotionalen, Kognitiven, Somatischen, in der Raum- und Zeitwahrnehmung, in der Selbst- und der Fremdwahrnehmung usw. *Derealisation*, das Fremdwerden der vertrauten Welt, und *Depersonalisation* eröffnen in den schweren Fällen eine Atmosphäre des Grauens, demgegenüber die *melancholische Angst* bereits eine Reaktion darstellt. Karl Abraham hatte schon 1917 gemeint, dass der depressive Affekt sich über alle Formen der Neurosen und Psychose legen kann. Zwangsstörungen, Angst, Panik und Substanzmissbrauch begleiten Depressionen regelmäßig. Das Gefühlsleben ist erstarrt, agitiert oder entleert; das Denken kreist um charakteristische Themen wie Schuld, Verlust, Verarmung, Krankheit und Wertlosigkeit. Vor allem in den psychotischen Ausprägungen (Melancholie) ist zu erkennen, worum es dabei geht: nämlich um den Verlust der Fähigkeit zur Selbstkonstitution. Das, was der Melancholiker ohne es zu wissen verloren hat, ist in erster Linie er selbst – aber nicht nur, wie wir sehen werden, geht es doch auch um die Konstitution einer sinnvollen und mit anderen geteilten Welt. Es ist, als stünde die Mensch nicht nur als Körper unter dem Einfluss der Gravitation, sondern unter dem Einfluss einer atmosphärischen Schwere, so wie bei trübem Wetter, das missmutig stimmt, es herrscht buchstäblich dicke Luft. Dürers *Melancholia* (s.u.) gibt diese atmosphärische Schwere wieder: im Hintergrund steht Saturn, der so genannte *Malefizstern*, dem das Schwermetall Blei zugeordnet wird, eine schwarze Sonne, die die Erkenntnis und das Denken, das von tiefer Kontemplation bis zum Stumpsinn reichen kann, in ihren Bann zieht. Der Name *Saturn* bringt freilich bereits eine Ebene mit ins Spiel, die ins Metaphysische und Existentielle weist. Man merkt schnell: Es geht irgendwie ums „Ganze“ und um etwas, von dem wir alle betroffen sind: Die *schwarze Galle*, das bedeutet Melancholie im Grunde, fließt in uns allen.



Die *Metaphysik* als Wissenschaft und philosophische Disziplin, sagt man, beginnt mit dem Staunen, *dass etwas ist und nicht nichts* – etwas, an dem wir durch unser Denken, durch die Erkenntnis des Seins, Anteil haben (Plato). Die Depression freilich bezieht dazu eine

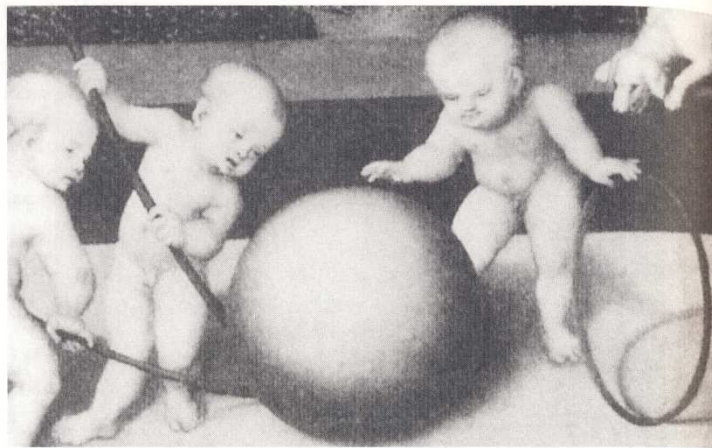
Gegenposition: das entsetzte Erkennen der Hinfälligkeit und Bedrohtheit alles Seienden, die Erkenntnis des *horror vacui* im Zentrum des Seins, die Erkenntnis, möglicherweise in einem leeren, sinnentleerten Universums zu existieren, in dem sogar Gott tot sein kann. Dazu ein weiteres Bild: Caspar David Friedrichs *Mönch am Meer*. Der Mönch, eine einsame Gestalt, steht an der Grenze des Seins, am Rand der Welt, dem Nichts gegenüber.



Die Melancholie gilt in der Romantik – im Gegensatz zur ungerichteten weiblichen Hysterie – als männliche Form des Weltschmerzes, als unerfüllbare Sehnsucht nach dem Unerreichbaren und Unendlichen und zugleich als Steigerung des Ichgefühls, in der die Seele zugleich an ihrer Einsamkeit leidet und sie genießt. Novalis klagt: „Wir suchen das Unbedingte und finden nur Dinge“. Eine tiefe Enttäuschung über empirische Dinge tut sich kund. Jeder Verlust enthüllt den Verlust des eigenen Seins und die Sinnlosigkeit der Welt. Hier haben wir einen wichtigen Hinweis dafür, dass das, was sich klinisch als Depression manifestiert, latent schon im „Ganzen“ irgendwie mitschwingt und auch in der Sprache, in der Kultur, und in unseren Weltbildern einen prominenten Ort einnimmt. Die kollektive Situation spiegelt sich, so eine Grundannahme Jungs, in jedem individuellen Schicksal. Impliziert ist damit, wie wir sehen werden, eine Auflehnung gegen Verhältnisse, wie sie einfach sind. Der Melancholie kann deshalb in ihrem *finalen* Aspekt eine emanzipative Tendenz zugesprochen werden, eine Tendenz zur Entzweiung, die sich übrigens schon in der antiken *Viersäftelehre* findet, wo es heißt, dass die *schwarze Galle* von Natur aus mit sich selbst entzweit ist, ist sie doch einmal kalt, und dann wieder heiß.

Diese Polarisierungstendenz findet sich auch in den historischen Bewertungen der Melancholie wieder: Diese schwankt nämlich zwischen Idealisierung und Dämonisierung. Beginnen wir mit den negativen Bewertungen: Im Mittelalter gilt die Melancholie als Abfall vom Gottesreich, als *tristitia de bono divino*; als *Acedia*, Mönchskrankheit, wird sie im Katalog der Todsünden aufgezählt. Der europäischen Aufklärung gilt die Melancholie als bedrohliche Verweigerung der Verheißungen der Vernunft und auch heute ist der Depressive der Störenfried des gesellschaftlichen Konsenses und des verordneten Konsumismus, entspricht er doch kaum einer auf Fit-and-Fun sowie auf Produktion und unendliches Wachstum ausgerichteten Lebensweise. In der positiven Bewertung gilt der melancholische *furor* dagegen als Teilhabe am Wissen der Götter (Plato, *Phaidros*), als Folge erhöhter Konzentration, als ästhetische Haltung und als saturnisches Wissen, d.h. als Wissen um die Schattenseite des Schöpferischen: Gemeint ist, dass jedes geschaffene Werk unvollständig bleibt, und dass jedes Sein bloß ein Kompromiss ist. Dürer schreibt dazu: „Was wahre Schönheit ist, wir wissen es nicht ... Nur Gott weiß es ... Die Lüge liegt in unserem Erkennen und Dunkelheit steckt so schwer in uns, dass wir auch bei unserem Nachtappen fehlgehen ...“

Bemerkenswert ist hier wieder der enge Zusammenhang zwischen der Melancholie, dem Denken und der Erkenntnis. Aristoteles (*Peripatos*) fragt: „Warum sind alle hervorragenden Männer (Philosophen, Künstler Staatsmänner, Anm.) Melancholiker? Verursacht Melancholie diese Eigenschaft oder ist sie Folge der Genialität?“ Man sieht am Beispiel dieser Ratlosigkeit, dass einfache Kausalketten nicht ausreichen werden, die Melancholie hinreichend zu erklären. Bevor wir nun diverse Erklärungsversuche näher betrachten, möchte ich als Einstimmung ein Bild des Renaissancemeisters Lukas Cranach (1532) bringen. Es betitelt *Melancholie*: Drei Putti versuchen, eine Kugel durch einen Reifen zu bewegen. Die Frage stellt sich, worum es sich dabei handelt. Um die Depression, das unbekannte X, das durch diverse Theorien (der Reifen) erfasst werden soll? Oder um eine ganze Welt? Oder um das schwarze Loch am Grund unsere Existenz, das uns mitunter zu verschlingen droht?



(Abbildung 4) Lucas CRANACH, *Melancholie*, 1532 (Ausschnitt)
Statens Museum for Kunst, Kopenhagen

1. Depression und die Wissenschaften

Wie sie wissen, gibt es unterschiedliche Erklärungsmodelle für Depressionen. Ich habe sie hier in vier Quadranten zusammengefasst:



Quadrant I

Beginnen wir mit dem ersten: Hier geht es um subjektive Erlebensformen, um das Erleben des Einbruchs eines traumatischen Ereignisses ins Bewusstsein, aber auch um Kunst oder um Psychoanalyse. Letztere beschreiben die Depression als *Urverstimmung* und als unbewusste *Kompensation* eines Verlustes. Der Titel, so habe ich eingangs angemerkt, spielt auf Freuds Aufsatz *Trauer und Melancholie* (1916) an, in dem *Trauer* als erfolgreiches Akzeptieren eines Verlustes und *Melancholie* als Insistieren auf der narzisstischen Identifikation mit einem verlorenen Objekt beschrieben wird. Im Gegensatz zum Trauernden wisse der Melancholiker nicht, was er verloren habe; der Verlust legt sich folglich über alle Objekte, die so behandelt werden, als wären sie bereits verloren. Betont wird, dass eine *Regression* von der Objektliebe zur Identifikation durch Einverleibung im Spiel ist. Melancholie ist die Folge einer Triebregrression auf das Niveau prägenitaler Phantasie; der unbewusste Ambivalenzkonflikt – das verlorene, geliebte Objekt ist auch das ghasste – spiegelt sich in den Symptomen wieder (Suizid als Verkleidung des Wunsches, den anderen zu töten, Selbstanklagen als entstellte Aggressionen). Der *Schatten des Objekts*, der Schatten der Mutter, fällt auf das Subjekt. Dessen oraler Sadismus ist verantwortlich für das Wüten des archaischen Über-Ich gegen das Ich. Der schwer Depressive beginnt sich selbst wie das ambivalente Objekt zu behandeln: Dem Objekt wird Liebe entgegengebracht, der Hass ist unbewusst und wütet im Inneren. Eine ungeheure Wertproblematik tut sich auf: Man ist nichts wert, wertlos, man *analysiert* sich.

Das Herabsetzen des Selbstwerts und der Verlust der narzisstischen Integrität machen Mentzos zufolge auch den *psychodynamischen Kern* aus. Es fehlt die Koordination von Triebreifung und Narzissmus; das oral-narzisstische Defizit geht auf eine ungenügende Liebesfütterung zurück; man wurde vielleicht geliebt, manchmal auch zu sehr, man wurde aber schlecht geliebt; die Folge sind Selbstzweifel, unterdrückte Aggression und die Selbstregulation über andere; dies bleibt so lange aufrecht, als Mittel zur Kompensation von Versagung und Mangel zur Verfügung stehen; fallen diese Mittel und Möglichkeiten weg, kommt es zur Dekompensation. Freud schreibt, dass es der *Trauerarbeit* und Anpassung an die Realität bedarf. Dies beinhaltet ein Nichtwahrnehmen-Wollen des Verlustes, das Aufbrechen von Gefühlen, die Anpassung an die neue Situation und die Zuwendung zu neuen Objekten. Trauer ist aber vielleicht auch, so kritische Stimmen, eine Art Betrug, eine zweite Tötung, da die Ersetzbarkeit des Unersetzbaren suggeriert wird (Caruso). Ein Betrug, dem sich die Melancholie widersetzt, indem sie etwas die Treue hält, selbst wenn es verloren ist. Freud selbst schreibt übrigens einen Brief, der all seine Theorie Lügen straft: Als der Sohn von Wilhelm Fließ stirbt, meint er in einem Brief, dass der Verlust nie zu verarbeiten sein wird und dass es für den Verlust *keine* Tröstung geben kann.

Nun: Lassen sie mich auf vier Problemkreise aufmerksam machen, um in Richtung einer Versöhnung des Unversöhnbaren fortschreiten zu können: 1) der erste bezieht sich auf das *Objekt*, 2) der zweite auf den *Verlust*, 3) der dritte auf *Kausalität*, und 4) der vierte auf die *Oralität*. Drei Problemkreise sollen jetzt direkt angesprochen werden, den vierten möchte ich für das Ende aufheben.

1)

Der *Schatten des Objekts* (Freud) fällt auf das Subjekt: Der Objektbegriff bei Freud impliziert eine konflikthafte Beziehung und eine Ersetzbarkeit und Austauschbarkeit. Lacan wird später schreiben: „Jede mögliche Weise, das/ein Objekt zu finden, ist die Folge einer Strebung, bei der es um ein verlorenes Objekt geht, das wieder gefunden werden soll – das Objekt der ersten Entwöhnung“. Eigentlich kann man von Objekt im engeren Wortsinn jedoch gar nicht sprechen, sind doch Subjekt und Objekt in der oralen Einheitswelt, in der Fressen und Gefressen-Werden noch gar nicht unterscheidbar, da noch gar nicht getrennt. Man hilft sich folgerichtig auch mit Termini wie *Abjekt* oder *Noobjekt* über die terminologische Unschärfe hinweg. Das einfache Subjekt-Objekt-Schema ist damit erheblich kompliziert und wird überschritten. Vielleicht kann man in einer ersten Annäherung an dieses Subjekt und Objekt

übergreifende Dritte mit Christopher Bollas sagen, dass der Säugling die Mutter nicht so sehr als getrenntes Objekt erfährt, sondern als *Verwandlungsprozess*. Diese *Erfahrung* geht dem *Wissen* um das Objekt in jedem Fall voraus. Auch Winnicotts *Umwelt-Mutter* ist mehr ein Umwandlungsprozess, denn ein Objekt: Qual, Wut und Leere werden etwa beim Stillen in Fülle und Zufriedenheit umgewandelt.

Sie merken, es geht damit nicht einfach um ein Objekt, sondern eher um ein *Medium* der Veränderung und Wandlung, um eine Veränderung in einem interpsychischen Feld, das nicht auf das solitäre Individuum zu beschränkt ist. Wie auch Neumann betont: Die Mutter ist nicht einfach ein Objekt, sondern trägt für das Kind Körper, Du, Welt und Selbst. Zentral ist damit die Erfahrung, einem *Feld* anzugehören, das das Subjekt und die andere umgreift, womit freilich auch ein fragiles Ganzheitserleben zum Ausdruck kommt. Die orale Welt gilt in der Religionspsychologie nicht von Ungefähr als Matrix religiösen Erlebens. Besonders die Arbeiten Melanie Kleins über die *depressive Position* haben gezeigt, wie das Paradoxon aufgelöst werden kann, vor das uns Depressionen stellen, denn diese zerstören einerseits unser Empfinden von Liebe und Bezogenheit. Andererseits sind nur derart verwundbare Wesen liebes- und beziehungsfähig. Nur verwundbare und unvollkommene Wesen sind der Liebe, der Dankbarkeit und der Wiedergutmachung fähig, so das Fazit; nur verwundbare und unvollkommene Wesen können Verantwortung für ihre Aggression übernehmen, müssen den anderen nicht mehr in gutes oder böses Objekt aufspalten und können ertragen, dass der andere selbst einen Mangel hat und verletzlich ist; erst daraus kann tatsächlich so etwas wie Liebe für den anderen erwachsen. Und um Liebe geht es auch in der Melancholie, ist der Depressive doch an verstörende Liebestraumen gebunden: Er glaubt zu lieben, dabei hasst er unbewusst; er wurde selbst nicht ausreichend mit Liebe gefüttert; und er soll seine Liebe verraten und sich neuen Objekten zuwenden, um die Melancholie zu überwinden. Gerade das Festhalten an der Liebe wäre jedoch in einer finalen Sichtweise als Versuch zu werten, das *Beziehungselbst* nicht aufzugeben und destruktive Strebungen zu neutralisieren: *Nicht Ich, sondern der andere* könnte das Motto der Depression lauten. Damit haben wir eine Bestätigung der psychodynamischen *Objektlastigkeit* – jedoch in einem anderen Sinn als dem, den Freud nahe legt. Fazit: Trauer ist mehr als nur objekt- oder auch subjektgebundene Trauer, da es um ein übergreifendes Drittes, um eine ganze Seelen-Welt geht, und *Seele* bezeichnet hier in einem jungschen Sinn den *Inbegriff von Beziehung*.

2)

Damit zum zweiten Punkt, zum *Verlust* und zu einer Frage: Wie kann man etwas verlieren, dessen man eigentlich ermangelt hat? Der Depressive, heißt es, wurde ungenügend geliebt, er wurde vielleicht zwar mit *schwarzer Milch* gefüttert, hatte aber nie die „Liebesfütterung“ erlebt, nie den *Mehrwert* erhalten und jenes Verströmen, jenes Selbst aus Selbstlosigkeit gekostet, das sagt: *Nicht ich, sondern du! Nicht Ich, sondern der andere*, das ist es, was erst die Depression so richtig bewusst macht und vor Augen führt; etwas, das es vorher eigentlich noch gar nicht gegeben hat. Die Wahrnehmung von Verlust ist nämlich an die Wahrnehmung einer brüchigen und bedrohten Ganzheit gebunden (Klein), also abhängig von der Wahrnehmung und Akzeptanz der Schwäche des anderen und der eigenen Unvollkommenheit. Die depressive *Angst* gilt – im Gegensatz zur *schizoid-paranoiden* – dem anderen und kommt der Angst gleich, das gute Objekt zerstört zu haben. Darüber hinausgehend ist noch zu fragen, ob der drohende Verlust der Mutter und der Möglichkeit zur Liebe überhaupt der ursprüngliche Verlust ist. Müsste man nicht doch noch tiefer ansetzen, nämlich am Grund des Daseins selbst, also etwa an der Tatsache, dass buchstäblich alles der *Zeitlichkeit* unterworfen ist? Ein jüdischer Spruch sagt: „Der Mensch ist aus Staub gemacht und sein Schicksal ist es, wieder Staub zu werden ... er gleicht einer zerbrochenen Scherbe, verdorrtem Gras, einer verblühenden Blume, einem vorüber ziehenden Schatten, einer sich auflösenden Wolke, einem Windstoß, fliegendem Staub und einem flüchtigen Traum.“ Die

ganze Natur ist der Zeit unterworfen, selbst Sonnen vergehen irgendwann und selbst das Universum wie wir es kennen, könnte sich als endlich erweisen.

3)

Angesichts der Zeitlichkeit und des ständigen Entzuges, der dem Wort Verlust eine eigene Note verleiht, tut sich ein weiteres Problem auf: das Problem der *Zirkularität*, das so charakteristisch für depressive Krankheitsbilder zu sein scheint: Ist es der Verlust, der die Depression verursacht oder verursacht die Depression den Verlust? Was ist früher: die Henne oder das Ei? Was ist Ursache, was Wirkung und Symptom der Depression?

Quadrant II

Die angesprochene Zirkularität lässt sich schön in unserem Modell weiterverfolgen. Gehen wir zum zweiten Quadranten über, zur Depression als *Fehlfunktion*. In den Naturwissenschaften, in der Medizin, der Pharmakologie usw. werden Korrelate des depressiven Erlebens gesucht: Man glaubt die Ursache in den Genen, in der Überaktivität der rechten Gehirnhälfte, im Ungleichgewicht der Neurotransmitter usw. finden zu können und sucht im Grunde eine verlässliche Basis; man findet jedoch nur etwas, das selbst wieder in Sprache und Begriffe übersetzt werden muss. Kurz gesagt: Die letzte Ursache in der Kette der Kausalitäten wird wieder *substituiert* und ist damit eben wieder keine verlässliche Basis. Medizin, und damit das Heilende selbst, ist vielleicht selbst *depressogen*, wie aus vielen Berichten von Betroffenen zu erfahren ist. Die Depression und auch der Mensch werden als etwas *Dingähnliches* betrachtet; der Mensch wird zu einem depersonalisierten, funktionsgestörten Ding derangiert, der Mensch dahinter verschwindet. Biologische Depressionstheorien lassen zudem das Depressive in Gesellschaft, in Kultur und Sprache aus, sie lassen aus, dass der westliche Mensch aus einer bestimmten Perspektive heraus betrachtet, in einer *oralen Einheitswirklichkeit* lebt, in einem Schlaraffenland, das die Erfüllung aller Wünsche suggeriert, in einem Supermarkt und Überfluss, der ihn jedoch nicht ernährt, sondern sich eher selbst vom Menschen nährt: Wieder einmal sind Fressen und Gefressen-Werden ein und dasselbe bzw. nicht unterscheidbar. Wir finden im *Supermarkt* exakt die ungenügende Liebesfütterung wieder, bei der ein abhängiges Wesen – nämlich wir alle – in Abhängigkeit gehalten werden, um die Betreiber des Supermarktes zu ernähren. Depression ist demgegenüber auch ein Ausstieg, eine Verweigerung und eine bemerkenswerte Stimme der Integrität. Was ist Ursache, was Symptom? Diese Frage wird weiters äußerst relevant, wenn man realisiert, dass die Forschung exakt von den Interessen des Supermarktes geleitet wird: Die Wissenschaften treten dabei oft mit einem ähnlichen Absolutheitsanspruch auf wie die Depression selbst: Wird in einem Fall die Fülle des Lebens auf ein unerträgliches und höllisches Minimum eingeengt (Depression), so wird im anderen Fall das komplexe Phänomen Depression auf einige wenige objektivierbare Daten reduziert, um eine Erfolgsgarantie gewährleisten zu können. Damit wird klarerweise die komplexe Zirkularität der Depression verfehlt, die weit über bloß das Somatische hinausgeht. Wenden wir uns deshalb einem weiteren Aspekt zu, um dies zu verdeutlichen: der Depression als *Text* im Text.

Quadrant III, IV

Hier sind die Bereiche des Intersubjektiven und des Interobjektiven gemeint – und damit Sprache, Kultur, Kommunikation, Rollenbilder, der Bereich des Wir und des funktionellen Passens (der Rollen). Typische Fragen in diesem Kontext sind etwa: Welche Rollen spielen soziale Systeme wie Familie oder Gesellschaft bei der Entstehung, Aufrechterhaltung und im Umgang mit Depression? Welche Rolle spielt der Depressive in diesen Systemen? Depression wird v.a. in den Sozialwissenschaften als ein *Kommunikationsstil* angesehen, der das Verhalten in Systemen steuert. Depression gilt als eigene *Sprache*, als „Sprache der Selbstbestrafung“ und als „Diskurs, der uns schreibt, indem er uns austreicht“ (Mays), sie

wird als „erlernte Hilflosigkeit“, als „psychosoziales Problem“ und als „unkritische Teilhabe an monopolisierten Beziehungen“ beschrieben, aber auch als „Sprung im Gefüge der Macht“ und als kritischer „Subtext“ im gesellschaftlichen Text. Depression ist einerseits, das habe ich bereits erläutert, einer massiven Kritik seitens der Gesellschaft ausgesetzt (auch bei Freud gilt sie als *Asozialität*), andererseits nimmt sie selbst eine kritische Haltung der Gesellschaft gegenüber ein. Interessant ist nun, dass die Voraussetzung all unserer Überlegungen zur Depression, die *Sprache* nämlich, selbst als Form von Trauerarbeit aufgefasst werden kann: Sie bewahrt etwas als Wort und Zeichen im Gedächtnis, das als unmittelbares Ereignis bereits vorüber ist; sie setzt das Vergangene in Zeichen und rettet es so gewissermaßen vor dem Vergehen. Der Mensch als Sprachwesen begreift alles vermittelt über diese Sprachfunktion; er ist damit selbst auch gewissermaßen von der Sprache „verschluckt“ – eine interessante Analogie zur Thematik der Einverleibung: Einerseits spricht der Mensch die Sprache, andererseits wird er buchstäblich selbst durch die Sprache, die er im Lauf seiner Sozialisation erworben hat, gesprochen.

Fassen wir das Bisherige kurz zusammen: Wir waren auf der Suche nach *der* Depression. *Die* Depression finden wir jedoch in *keiner* der genannten Einzelbeschreibungen. Depression, so haben wir gesehen, kommt vielmehr durch ein Zusammenspiel komplexer Faktoren zustande. Auf der *bewussten* Ebene lässt sich damit so etwas wie eine *Interdependenz* – ein komplexes Abhängigkeitsverhältnis – ausmachen. Das heißt also: In keinem der vier Quadranten finden wir *die* Depression, wir finden jeweils nur strukturelle Gegebenheiten, die am Phänomen mitbeteiligt sind. Und wir finden *kreisförmige Kausalitäten* als grundlegendes Charakteristikum der Depression: Physiologische, sprachliche, gesellschaftliche, strukturelle Faktoren sind am Phänomen mitbeteiligt und verweisen jeweils auf einander. Weiters finden wir auch, dass das, was uns die Depression vorgaukelt, nämlich ein Absolutes zu sein, dem gegenüber nichts mehr zählt, so nicht stimmt: Sie ist im Gegenteil ein *relatives* Phänomen, etwas, das kommt und geht. Fatal ist freilich ihr Kreisen in sich selbst, da sie sich selbst ständig neu hervorbringt. Bedenkt man die angesprochenen Unmöglichkeit, Ursache und Wirkung eindeutig von einander unterscheiden zu können, so könnte man sagen: Depression ist die *Art und Weise, wie eine Depression sich selbst hervorbringt*. Es gibt jedoch noch eine andere Seite, zu der wir nun vordringen werden. Destruktion bzw. Aggression ist nämlich auch die Voraussetzung für ein eigenständiges Bewusstsein und die Voraussetzung für die Sorge um andere. Depression könnte sich so gesehen, also in einer *finalen* Sichtweise, als etwas erweisen, das den Ansatz zu ihrer Heilung in sich birgt: Depression wäre dann die *Art und Weise, wie eine Depression sich selbst heilt*. Um dies verständlich zu machen, möchte ich eine Anregung Jungs aufnehmen, der meinte, dass der Depressive *übermäßig extravertiert* und auf ein äußeres Objekt fixiert sei. Verliert er dieses, verliert er sich selbst, seine Libido fließt ins Unbewusste, was einerseits eine Chance, andererseits eine Gefahr bedeutet, wenn die Regression nicht eingedämmt werden kann und die vom Unbewussten produzierten Mutteranalogien nicht eine Wandlung zum Progressiven ermöglichen können. Jung meint, dass die Depression ein unbewusstes *Kompensationsphänomen* ist (GW 8), dessen Inhalte bewusst gemacht werden müssen, um ihre Wirksamkeit entfalten zu können. Therapeutisch gesehen geht also darum, der depressiven Tendenz folgend, bewusst zu regredieren und die belebten Inhalte bewusst zu machen. Diesem Vorschlag werde ich nun folgen. Unsere methodische „Regression“ hier ist jedoch freilich hier nur als Prozessmetapher zu verstehen.

2. Die archetypische Kernthematik

All das, was wir bisher bezüglich der vier Quadranten gesagt haben, lässt sich als *Schale* oder *Ring* eines Depressions-Komplexes auffassen. Von dieser Schale aus können wir tiefer in den Bereich der *archetypischen Kerndynamik* vordringen. Hier finden wir freilich keinen hypostasierten Archetyp in einer Art platonischen Überwelt, sondern ein dynamisches

Geschehen, das wir untersuchen können. Und: Wir finden bemerkenswerterweise auch hier *das* Charakteristikum der Depression: die Zirkularität, das Sich-selbst-Verschlingen des Prozesses, in eine mythologischen Bild ausgedrückt: den *Uroboros* – die Schlange, die sich in den eigenen Schwanz beißt. Tauchen wir tiefer in die Welt der Mythen ein: Die Depression wurde bekanntlich seit der Antike durch die Figur des *Saturn* respektive des *Kronos* symbolisch dargestellt. Warum?, können wir fragen. Nun: Kronos, der in der Antike mit dem römischen Saturn gleichgesetzt wurde, ist bei Hesiod (*Theogonie*) der *Herr des Goldenen Zeitalters*. Hesiod hat uns im 7. Jahrhundert vor Christi Geburt folgende Geschichte hinterlassen: Ein Urelternpaar, Gaia und Uranus, ist in ewiger Kohabitation verbunden und die Kinder sind im Bauch der Mutter eingeschlossen und gefangen. Einer lehnt sich dagegen auf: Es ist Kronos, der „Krummes Sinnende“. Er mäht das Geschlecht des Vaters mit einer Sichel ab, als dieser sich wieder der Mutter nähert und übernimmt seine Herrschaft; aus Angst vor seinen eigenen Kindern verschlingt er diese – alle, bis auf eines, das gerettet wird: seinen Sohn Zeus, der schließlich den Vater in einem titanischen Kampf stürzen und die Herrschaft übernehmen wird. Hier haben sie ein Bild von Salvador Dalí, *Kronos*, und einen Kupferstich aus dem 15. Jahrhundert, *Die Kastration des Saturn*.



(Abbildung 2) Salvador DALÍ, Kronos, 1963-1965



(Abbildung 3) Die Kastration Saturns, 1. Drittel des 15. Jahrhunderts
Kupferstich/Mahleit, Dresden

Um es auf den Punkt zu bringen: Nicht erst der gestürzte Kronos ist die personifizierte Depression, depressiv ist bereits die negative *Urszene* des Elternpaares. Diese Urszene erinnert exakt an die sich selbst verschlingenden somato-psychischen Kreisläufe des Depressiven: das Gefühl ist herab gestimmt, vielleicht leer oder panisch, es erzeugt ein klaustrophobisches Empfinden und Denken, das um Schuld, Verlust und Angst kreist; die Gedanken heizen den Gefühlskessel erneut auf. Gedanken fressen Gefühle, Gefühle Gedanken. Es gibt keine freien Himmel, keine Transzendenz. *Das* ist es, wogegen sich Kronos im Grunde aufgelehnt hat: gegen die negativen Elternkomplexe, gegen eine erdrückende, sadistische und kastrierende Urszene. Nun, wie Sie wissen, kann man Mythologeme als *Deckerinnerungen* und Elternbilder als eine Art *Selbstbetrachtung* der Seele ansehen und therapeutisch nutzen. Eine *positive* Urszene bedeutet, dass das Kind sowohl zu den verbundenen Eltern eine Verbindung haben kann, wie zu den getrennten. Dies ist ein Modell, wie es sich mit sich selbst und anderen auseinandersetzen wird. Pathologisch werden Elternbilder, wenn sie festgefahren und undifferenziert sind. Dann bedarf es eines aggressiven Aktes der Trennung oder auch des Essens und der Einverleibung. Aggression ist nämlich u.a. auch, wir haben es bereits gehört, Voraussetzung eines eigenständigen Bewusstseins und Voraussetzung der Sorge um andere. Die Arbeit am Mutter-Komplex und am Vater-Komplex ist wesentlicher Bestandteil einer Analyse. Dabei kann die Therapeutin oder der Therapeut begleitend helfen, indem sie bzw. er etwa das Geschehen *hält*, ohne vor dem Erleben entsetzt

zurückzuschrecken. Michael Balint hat das „Halten“ als Urform der Liebe bezeichnet. Halten impliziert auch eine gesunde Distanz gegen das Verschmelzen, es ist zugleich auch ein Freigeben in einen offenen Himmel (Uranos) aufzutun kann, in den hinein die Dynamik sich entfalten kann. Positiver Mutter- und positiver Vater-Komplex verbinden sich so im Idealfall und schaffen Raum für ein *Drittes*, ohne welches sie selbst nicht Eltern wären: Dieses Dritte ist das Kind. Dieser finale Sinn enthüllt sich also, wenn man Depression nicht nur regressiv und kausal versteht, sondern zirkulär und *dekonstruktiv*: nämlich als Emanzipation von unerträglichen Zuständen. Es geht damit nun zuletzt noch darum, das depressive *Begehren* genauer zu verstehen. Dazu möchte ich auf die eingangs erwähnte vierte Frage zurückkommen: Depression, so wurde angenommen, ist die Regression in die Welt der Oralität. Warum just zur Oralität, können wir fragen, ist diese doch das Gegenteil der „erhebenden Erhabenheit“ (Grunberger), die man dem Narzissmus für gewöhnlich nachsagt?

Oralität wird für gewöhnlich mit Gier, Unersättlichkeit und Neid in Verbindung gebracht; behauptet wird auch, dass es „gleich ist, wer ist und wer gegessen wird“. Die *orale Triade* – Essen, Gegessen-Werden und Schlafen – lässt wahrlich nicht viel Spielraum für progressive Entwicklungen. Oralität ist jedoch nicht nur mit Regression konnotiert, sondern im Grunde eigentlich auf Entwicklung hin angelegt: Der orale Beziehungsmodus ist Ausgang *jeder* Triebbefriedigung! Jede Triebbefriedigung ist nämlich irgendwie oral-halluzinatorisch und buchstäblich jeder Wunsch beinhaltet ein Ausgreifen auf etwas hin. Erich Neumann sieht im Oralen deshalb überhaupt ein Symbol des Austausches mit der Welt, das freilich vom Auftauchen einer archetypischen und gegensätzlichen Symbolwelt begleitet wird. Die mögliche Heilung der Depression und die Versöhnung von Trauer und Melancholie könnten also bei dieser Wiederherstellung eines gegensätzlichen Seelenbildes ihren Anfang nehmen, also gerade beim Gegensatz von Auffressen und Aufgefressen-Werden bzw. beim Gegensatz von Zerstörung und Neuschöpfung. Zu dieser Neuschöpfung, die im Grunde eine *Dekonstruktion* der Welt ist, kommt es jedoch nicht, wenn das Regressive dominiert. Gerade das tragische Schicksal des Titanen Kronos (Saturn) gibt uns den Schlüssel zum Verständnis einer möglichen Versöhnung, die in dem Verständnis wurzelt, dass es um den Versuch geht, ein neues Weltgefüge zu schaffen und sich mit aggressiven bzw. auch destruktiven Strebungen auseinander zu setzen. Hier wären übrigens Ansatzpunkte, das Ethische und auch das Religiöse im Zusammenhang mit der Depression zu thematisieren. Manche Autoren sprechen folgerichtig auch vom *ethischen* Primat der Melancholie: Dieses kommt jedoch erst dann zum Tragen, wenn die Regression durch die Progression ergänzt wird, wenn also Melancholie und Trauer miteinander versöhnt werden, und wenn verstanden wird, dass es um die Dekonstruktion einer ganzen Welt geht und nicht bloß um den Konflikt von Subjekt- und Objektwertigkeit. *Dekonstruktion* ist etwas anderes als eine bloße *Rekonstruktion* einer Realität, in der Objekte beliebig austauschbar erscheinen, und meint, dass es nicht um eine *creatio ex nihilo* gehen kann, sondern um einen neuen Horizont, der die alten Spaltungen vermeidet und eine unvollständig bleibende Ganzheit akzeptieren kann, eine fragile Ganzheit, die durchzogen ist von Differenzen, eine Ganzheit, in die das unvermeidliche Destruktive eingebunden wird. So aufgefasst, kann Depression als ein Prozess verstanden werden, der die Ansätze zu seiner Heilung bzw. Veränderung in sich selbst birgt. Nicht wir heilen sie – sie „heilt“ vielmehr uns.