universität wien

Diplomarbeit

Titel der Diplomarbeit

„Existenzanalyse und Sinnfindung
nach Viktor E. Frankl
und deren Anwendbarkeit auf das Alter“

Verfasserin

Maria Käfer

angestrebter akademischer Grad:

Magistra der Philosophie (Mag. phil.)

Wien, im März 2012

Studienkennzahl lt. Studienblatt:	A 296
Studienrichtung:	Philosophie
Betreuer:	ao. Univ.-Prof. i.R. Dr. Erwin Bader

Recht herzlich bedanken möchte ich mich bei Herrn Univ.-Prof. Dr. Erwin Bader für seine freundliche Betreuung, kompetente Beratung und auch für seine Geduld.

Mensch sein heißt ja niemals, nun einmal so und nicht anders sein müssen, Mensch sein heißt immer, immer auch anders werden können.

Viktor E. Frankl in „Im Anfang war der Sinn“

Ich finde gar nichts Arges am Altern. Ich pflege zu sagen, das Altern macht mir nichts aus, solange ich mir einbilden darf, daß ich im gleichen Maße, in dem ich altere, auch noch reife.

Viktor E. Frankl in „Was nicht in meinen Büchern steht“

Für eine leichtere Lesbarkeit habe ich ganz allgemein darauf verzichtet, die männliche und weibliche Form zu verwenden, wenn vom Menschen die Rede ist.

Inhaltsverzeichnis

1 Einleitung 3
2 Die Lehre Viktor E. Frankls 6
2.1 Lebenslauf von Viktor E. Frankl 7
2.2 Von der Existenzphilosophie, Psychoanalyse und Individualpsychologie zur Existenzanalyse 12
2.2.1 Existentielle Selbstbestimmung 12
2.2.2 Psychoanalyse Sigmund Freuds 15
2.2.3 Individualpsychologie Alfred Adlers 16
2.2.4 Psychoanalyse – Individualpsychologie - Existenzanalyse 18
2.3 Existenzanalyse 19
2.3.1 Dimensionale Anthropologie der Existenzanalyse 21
2.3.2 Die Frage nach dem Woher des Geistes 22
2.3.3 Definition von Existenzanalyse 26
2.3.4 Freiheit und Schicksal 29
2.3.4.1 Schicksal und Trotzmacht des Geistes 32
2.3.5 Logotherapie 37
2.3.5.1 Anwendung der drei Wertkategorien 38
2.3.5.2 Anwendung der Logotherapie 39
2.4 Sinn bei Viktor E. Frankl 41
2.4.1 Sinnfrage - Sinnzweifel 41
2.4.2 Ursachen für existentielle Orientierungskrisen 41
2.4.3 Der Sinn des Lebens bei Viktor E. Frankl 43
2.4.3.1 Die Frage nach dem Sinn des Lebens 44
2.4.3.2 Sinnerfüllung 45
2.4.3.3 Übersinn 46
2.4.3.4 Gewissen als Sinnorgan 47
2.4.4 Wertverwirklichung der menschlichen Existenz 49
2.4.5 Sinnfindungskriterien und Sinnentdeckung bei Elisabeth Lukas 51
2.5 Leid und Tod bei Viktor E. Frankl 55
2.5.1 Tragische Trias 56

2.5.2 Sinn im Leiden 58
2.5.3 Tod und Sinn 63
3 Das Alter(n) aus philosophischer und soziologischer Sicht 70
3.1 Alterungstheorien und Altersbegriffe 70
3.2 Demographie im Wandel 75
3.3 Alter und Altern in der Philosophie und Geistesgeschichte 77
3.3.1 Das Alter und das Altern in den einzelnen Epochen 77
3.4 Beispiele für Alter(n)sbewältigung 83
3.4.1 Viktor E. Frankls Philosophie des Alterns 84
3.4.2 Marcus Tullius Cicero – „Cato der Ältere über das Alter“ 86
3.4.3 Simone de Beauvoir, „Das Alter“ 91
3.4.4 Leopold Rosenmayr 106
4 Schlussbetrachtung 126
Ergebnissicherung 126
Literaturverzeichnis 134
Abstract 140
Lebenslauf 141

1 Einleitung

Der Mensch, der die Frage nach dem Sinn des Lebens stellt, der die Existenz eines solchen Sinnes sogar in Frage stellt, manifestiert gerade dadurch seine Menschlichkeit. Dieses Sinnbedürfnis des Menschen wie Viktor E. Frankl es nennt, ist „[…] das dem Menschen zutiefst innewohnende Bedürfnis, in seinem Leben oder vielleicht besser gesagt in jeder einzelnen Lebenssituation einen Sinn zu finden – und hinzugehen und ihn zu erfüllen!“[1]
Je älter der Mensch wird, umso intensiver wird er mit der Frage nach dem Sinn seiner Existenz konfrontiert. Die in den letzten Jahrzehnten gestiegene Lebenserwartung – und die damit länger zur Verfügung stehende Zeit im Alter - stellt den Menschen vor Orientierungsschwierigkeiten. Gerade in der heutigen „Wohlstandsgesellschaft“, in unserem Kulturkreis, wird der alte Mensch oft alleine gelassen mit allen seinen Problemen. Beispielhaft werden angeführt: das generelle Machbarkeitsdenken, der Konsumzwang, die schwieriger werdende Finanzierung der Pensionen, Veränderungen des Familiengefüges, Pflege und Vereinsamung im Alter.

Bei der Aufarbeitung der Frage nach dem Sinn im Leben bietet sich auf der Suche zur Klärung der Sinnfrage Viktor E. Frankl an. Er hat, nachdem sich ein allgemeines Sinnlosigkeitsgefühl breit machte, die philosophisch ausgerichtete Existenzanalyse entwickelt.
Das Ziel dieser Arbeit ist herauszufinden, inwiefern die Existenzanalyse und Sinnfindung nach Viktor E. Frankl auf das Alter anwendbar ist.

Da Viktor E. Frankls Leben und Werk in engem Zusammenhang stehen, beginnt die Arbeit mit einer Kurzbiografie von Viktor E. Frankl. In der Folge wird die Entwicklung der Lehre Viktor E. Frankls, aufbauend von der Existenzphilosophie des 19. Jahrhunderts beschrieben. Viktor E. Frankls Lehre als „dritte Wiener Schule der Psychotherapie“, ihre Konzipierung, Begründung und Entwicklung, ist ohne den Einfluss mancher zeitgenössischer Philosophen

[1] Viktor E. Frankl: Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn. München 1985, S. 46.

– und ohne Philosophie überhaupt – nicht denkbar.[2] Auch die Psychoanalyse Sigmund Freuds und die Individualpsychologie Viktor Adlers, mit der sich Viktor E. Frankl intensiv auseinandersetzte, haben Viktor E. Frankl beeinflusst.

Das von Viktor E. Frankl entwickelte Menschenbild der Existenzanalyse im Sinne der Dimensionalontologie wird ausführlich dargestellt. An Stelle der Autonomie eines seelischen Apparates sieht die Existenzanalyse die Autonomie der geistigen Existenz. Die Trotzmacht des Geistes ist die Fähigkeit des Menschen, trotz schwieriger äußerer Bedingungen sein Schicksal zu meistern und über sich hinauszuwachsen. Diese Erfahrung hat Viktor E. Frankl im Konzentrationslager selbst gemacht. „Viktor E. Frankl formulierte und bestätigte selbst das Prinzip der ‚Trotzmacht des Geistes', als er nicht nur das KZ überlebte, sondern aus diesen schrecklichen Erfahrungen nach dem Ende der furchtbaren Zeit sogar noch einen Gewinn für den Fortschritt der Wissenschaft zog."[3]

Die Anwendung der Existenzanalyse in Form der Logotherapie ist als psychotherapeutische Behandlungsmethode bereits von Viktor E. Frankl gegründet worden und wurde weiter ausgebaut, daher wird auch auf die Logotherapie eingegangen.

In einem weiteren Kapitel wird verstärkt auf den „Sinn" bei Viktor E. Frankl Bezug genommen, da die mit dem Sinn zusammenhängenden Fragen und Antworten, in Hinblick auf die Fragestellung, von besonderer Wichtigkeit sind.

In einem weiteren Kapitel werden „Tod" und „Leid" ausführlich behandelt. Mit den Grenzsituationen, wie Tod und Leid, ist im Alter der Mensch besonders konfrontiert. Der Begriff Grenzsituation von Karl Jaspers wird kurz erläutert, da sich Karl Jaspers Auffassung der Grenzsituation in Viktor E. Frankls tragischer Trias widerspiegelt.

In Hinblick auf die Anwendbarkeit der Sinnfindung auf die geänderten Verhältnisse der heutigen Zeit, werden in einem weiteren Teil der Arbeit kurz Alterungstheorien und Altersbegriffe vorgestellt, ebenso wird die demographische Entwicklung aufgezeigt. Die „Alten" stellen mittlerweile eine

---

[2] Vgl. Alexander Batthyany; Otto Zsok: „Widmung und Würdigung". In: Batthyany, Alexander; Zsok, Otto (Hg.): Viktor Frankl und die Philosophie. Wien 2005, S. VII.

[3] Erwin Bader: „Geistige Macht und praktische Vernunft". In: Bader, Erwin (Hg.): Die Macht des Geistes. Festgabe für Norbert Leser zum 70. Geburtstag. Frankfurt/Main (u.a.) 2003, S. 62.

wesentliche Bevölkerungsgruppe dar, die von der Wirtschaft umworben wird, aber aus dem Berufsleben ausgeschieden ist und so unter Umständen keinen Sinn mehr im Leben findet. Um einen Überblick zum Thema Altern in der Geschichte zu erhalten, wird philosophiegeschichtlich ein kurzer Abriss von Alter(n) in den einzelnen Epochen beschrieben.

Um der Forschungsfrage gerecht zu werden, werden die konkreten Aussagen Viktor E. Franks über das Altern und den Sinn im Alter, aus seinem umfangreichen Werk, herausgearbeitet. Da grundsätzlich seine Lehre für alle Arten des Alters Gültigkeit hat, finden sich nur vereinzelt Beschreibungen und Angaben über das Alter.

Anschließend werden beispielhaft an Hand der Werke von Marcus Tullius Cicero, Simone de Beauvoir und Leopold Rosenmayr - die konkrete Anweisungen zum Altern enthalten – die Kriterien der Altersbewältigung untersucht und gegenüber dem Werk Viktor E. Frankls einem Vergleich unterzogen.

In der Schlussbetrachtung wird nochmals auf die wesentlichen Inhalte eingegangen, die Ergebnisse zusammengefasst und die Forschungsfrage beantwortet.

2 Die Lehre Viktor E. Frankls

Nach Viktor E. Frankl ist die Suche nach Sinn in der Gesellschaft nur von Frustration begleitet. Fast alle Bedürfnisse des Lebens werden in der Wohlstandsgesellschaft befriedigt, darüber hinaus werden einzelne Bedürfnisse erst von der Konsumgesellschaft erzeugt.[4] „Nur ein Bedürfnis geht leer aus, und das ist das Sinnbedürfnis des Menschen – das ist sein ‚Wille zum Sinn', wie ich ihn nenne, das heißt, das dem Menschen zutiefst innewohnende Bedürfnis, in seinem Leben oder vielleicht besser gesagt in jeder einzelnen Lebenssituation einen Sinn zu finden – und hinzugehen und ihn zu erfüllen!"[5]

Viktor E. Frankl stellt allerdings die Frage, ob in der Konsumgesellschaft sich die Gesellschaft gewandelt hat und dem Menschen überhaupt noch bewusst ist, dass er ein geistiges Wesen ist und seine Geistigkeit nur allzu oft verdrängt und vergisst. Dieses Vergessen inkludiert das Vergessen an die Freiheit und Verantwortlichkeit des Menschen. Wie bereits Sigmund Freud den Menschen den Spiegel vorgehalten hat und gezeigt hat, dass der Mensch seine Triebhaftigkeit verdrängt hat, will Viktor E. Frankl aufzeigen, dass der Mensch von heute geistesüberdrüssig bzw. geistesmüde geworden ist. Mit den Methoden einer neuen Psychotherapie hat es sich Viktor E. Frankl zum Ziel gesetzt, den kollektiven Neurosen der Gegenwart „beizukommen".[6]

Viktor E. Frankl findet, dass für eine solche Sinnerfüllung der Mensch, wenn es notwendig sein sollte, auch bereit ist zu leiden. Denn umgekehrt „pfeift" der Mensch auf das Leben, wenn der Mensch um keinen Sinn des Lebens weiß. Auch wenn es ihm äußerlich noch gut geht schmeißt er es unter Umständen weg. Diese Theorien wurden von vielen Wissenschaftlern bestätigt, wie Viktor E. Frankl ausführt.[7]

---

[4] Vgl. Viktor E. Frankl: Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn. München 1985, S. 46.
[5] Viktor E. Frankl: Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn. München 1985, S. 46.
[6] Vgl. Viktor E. Frankl: Psychotherapie für den Alltag. Freiburg 1992, S. 126.
[7] Vgl. Viktor E. Frankl: Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn. München 1985, S. 46.

2.1 Lebenslauf von Viktor E. Frankl

Kindheit

Viktor E. Frankl wurde 1905 im 2. Wiener Gemeindebezirk als Sohn einer jüdischen Familie geboren. Während seine Mutter eine gütige Person war, hat sein Vater mit Strenge auf die Einhaltung der jüdischen Traditionen geachtet. Trotzdem hat Viktor E. Frankl seinen Vater als liberalen „Reformjuden" bezeichnet. Er hatte einen Bruder und eine Schwester, nur zu seinen Eltern hatte er eine tiefe Beziehung. Viktor E. Frankl hat seinen Charakter in der Kindheit als sekkant und bockig beschrieben. Bereits mit drei Jahren beschloss er Arzt zu werden. Er war als Kind ein Suchender und ewig Fragender, ein guter Beobachter und ein konsequenter „Zu-Ende-Denkender".[8]

Gymnasium; Sozialdemokratische Bewegung und Erziehungsberatung

Bereits mit dreizehn Jahren begann Viktor E. Frankl - am Ende des Ersten Weltkrieges - sich mit philosophischen Fragen auseinander zu setzen, mit vierzehn beschäftigte er sich mit verschiedenen wissenschaftlichen Werken und begann sich für die experimentelle und wissenschaftliche Psychologie zu interessieren. In dieser Zeit kümmerte er sich immer weniger um die Schule und begann eigenständig zu philosophieren und machte eine persönliche Krise durch. Es erfasste ihn ein Pessimismus, der ihn in eine Phase des Suchens, Fragens und auch der Hoffnungslosigkeit fallen ließ. Er hat den Sinn und die Bedeutung des Lebens in Frage gestellt, und die zerstörerische Kraft des Zynismus selbst erlebt.[9] In der Auseinandersetzung mit der Frage was letztlich den Menschen zum Menschen mache, erkannt Viktor E. Frankl die Psychiatrie als seine Berufung. In diese Zeit fällt auch der Beginn eines jahrelangen Schriftverkehrs mit Sigmund Freud. Obwohl er sich stark an Sigmund Freud orientierte, interessierte er sich für den beginnenden Existentialismus, der ihn sein Leben lang begleiten wird. Die pessimistischen Existentialisten haben zwar den Nihilismus vertreten und Viktor E. Frankl in schwere innere Konflikte versetzt, aber vor allem Martin Heidegger und Karl Jaspers haben Viktor E.

[8] Vgl. Alfried Längle: Viktot Frankl. Ein Porträt. München 1998, S. 13ff.
[9] Vgl. Haddon Klingberg Jr.: Das Leben wartet auf dich. Wien 2002, S. 64.

Frankl geholfen, die nihilistische Krise zu überwinden, die er nach dem Gymnasium durchlebte.[10]

Bereits als Gymnasiast engagierte sich Viktor E. Frankl in der sozialdemokratischen Bewegung, er wurde bald Sprecher der Sozialistischen Arbeiterjugend Österreichs. Daneben gefiel ihm die soziale und gesellschaftliche Komponente der „Adlerianer“ – die übrigens den „Freudianern“ völlig fehlte - und er begann in den von Alfred Adler unterstützten Erziehungsberatungsstellen zu wirken. Auch später wirkte das Engagement und die Hinwendung der Adlerianer zu breiten Bevölkerungsschichten bei Viktor E. Frankl nach. Als sein Vertrauen zur Psychoanalyse schwand, war Alfred Adlers Individualpsychologie auf dem neuen Feld der Psychotherapie für Viktor E. Frankl die einzige greifbare Alternative. Alfred Adler lernte er mit 18 Jahren (1923) kennen, der bereits 1911 von Freud aus seinem Wiener Kreis wegen seiner ketzerischen und unabhängigen Ansichten ausgeschlossen wurde.[11]

Studium, Praxis, Freudianer, Adlerianer

Nach dem Gymnasium begann Viktor E. Frankl Medizin zu studieren. Er überlegte Dermatologe oder Gynäkolge zu werden und entschied sich dann für die Laufbahn eines Psychiaters.[12] Er fand Zugang zu neuen Kreisen. Seine Bewunderung galt den Ärzten Rudolf Allers und Oswald Schwarz, sie waren in der Forschung, aber auch in der Psychologie tätig. Beide wurden Lehrer Viktor E. Frankls. Die Schriften Max Schelers, der für eine Neubewertung jener Fragen eintrat, mit denen sich auch Viktor E. Frankl beschäftigte, zogen ihn ebenso in den Bann, wie die Phänomenologie in der Tradition Edmund Husserls. Max Scheler, der sich um die Verschmelzung von Gefühl und Denken bemühte, und die persönliche und religiöse Erfahrung in den Vordergrund stellte, verdankt Viktor E. Frankl wichtige Einsichten. Er gelangte zu der Erkenntnis, dass nicht wir nach dem Sinn des Lebens fragen, sondern dass das Leben an uns die Fragen stellt. In diese Zeit fällt auch eine Bewerbung um Aufnahme in die Wiener Psychoanalytische Vereinigung, in die er aber nicht aufgenommen wurde. (Viktor E. Frankl lernte nur durch Zufall

[10] Vgl. Haddon Klingberg Jr.: Das Leben wartet auf dich. Wien 2002, S. 65ff.
[11] Vgl. Haddon Klingberg Jr.: Das Leben wartet auf dich. Wien 2002, S. 83.
[12] Vgl. Timothy Pytell: Viktor Frankl - Das Ende eines Mythos? Innsbruck 2005, S. 34.

Sigmund Freud kennen, als dieser bereits 88 Jahre alt war und durch familiäre Umstände schwer gezeichnet war). [13]

Das war der Zeitpunkt, an dem er sich von Freud abwandte und ein Jahr später Adlerianer wurde. Alfred Adler gab Viktor E. Frankl die Möglichkeit mit 20 Jahren zu publizieren, und er vertrat nunmehr die Linie Alfred Adlers. Er beschäftigte sich in dieser Zeit mit Psychotherapie und Weltanschauung, Intellektualismus und entwickelte erste Ansätze zur Logotherapie. Mit 21 Jahren begann Viktor E. Frankl Vorträge zu den Themen Selbstmord, den Sinn des Lebens und Sexualität zu halten. Im Laufe des Studiums begannen seine Lehrer Rudolf Allers und Oswald Schwarz, die ebenfalls zum Kreis der Adlerianer gehörten, gegen Alfred Adlers Ideen Widerstände aufzubauen. Als sich Viktor E. Frankl für die beiden verwendete kam es zum Bruch mit Alfred Adler und zum Ausschluss aus der Gesellschaft für Individualpsychologie (1927). Viktor E. Frankl erkannte, dass Alfred Adler einerseits seine Lehren mit diktatorischem Stil verteidigte und andererseits das Denken und Verhalten des Menschen auf ein einziges grundlegendes Bestreben, nämlich die Überwindung des sozialen Minderwertigkeitsgefühls, reduzierte.[14]

Nach dem Ausschluss aus der Gesellschaft für Individualpsychologie hat Viktor E. Frankl erste Arbeiten zum Thema Logotherapie verfasst, aber es gelang ihm nicht das begonnene Projekt voranzutreiben. Er hat auch nicht daran gedacht eine eigene Schule zu gründen. Er organisierte in Wien und anderen Städten Jugendberatungsstellen und initiierte erfolgreich eine Beratungsstelle für Suizidprävention. In dieser Arbeit kommen zwei wesentliche Züge der Persönlichkeit Viktor E. Frankls zum Vorschein: idealistische Aktivität und soziales Engagement. Die Selbstmordrate war danach in Wien praktisch auf Null zurückgegangen.[15]

Erste Praxisjahre als Psychiater

1930 beendete Viktor E. Frankl sein Studium mit dem Doktortitel und spezialisierte sich auf Neurologie und Psychiatrie. Als Assistenzarzt arbeitete er in der Abteilung für Psychiatrie an der Medizinischen Fakultät, wo sein Vorgesetzter der Psychiater Prof. Otto Pötzl war. Als Pötzl zum Leiter der Klinik

[13] Vgl. Haddon Klingberg Jr.: Das Leben wartet auf dich. Wien 2002, S. 76f.
[14] Vgl. Haddon Klingberg Jr.: Das Leben wartet auf dich. Wien 2002, S. 85ff.
[15] Vgl. Alfried Längle: Viktor Frankl. Ein Porträt. München 1998, S. 67.

bestellt wurde machte er Viktor E. Frankl zum einzigen Assistenten, der selbstständig arbeiten durfte. Diese Chance nutzte Viktor E. Frankl und hat mit Hilfe seiner Behandlungsmethoden die Logotherapie entwickelt. 1931, also mit 26 Jahren beendete Frankl seine Assistenzzeit und kam für zwei Jahre an die neurologische Privatklinik im Maria-Theresien-Schlössel.[16] Danach übernahm er einen Assistenzposten Am Steinhof. Viktor E. Frankl musste dort häufig übernachten und war für 300 Patienten verantwortlich. Heimweh zu seinen Eltern und die Verantwortung verursachten bei ihm Alpträume im Zusammenhang mit den Erfahrungen psychotischer Erkrankungen seiner Patienten. Insgesamt war er vier Jahre Am Steinhof. Auf Grund der großen Patientenzahlen konnte er Erfahrungen sammeln und den Umgang mit selbstmordgefährdeten Patienten immer weiter verbessern. Er hat zum Missfallen seiner Vorgesetzten auch den Humor im Umgang mit den Patienten häufig gepflegt. Mit der Ansicht, dass Humor bei der Therapie durchaus hilfreich sein kann, stand er auch im Gegensatz zu den Freudianern aber auch Adlerianern. Und Viktor E. Frankl war in dieser Zeit mit seiner Meinung alleine, aber er brach damit mit den Konventionen der dreißiger Jahre.[17]
1937 eröffnete er eine Privatpraxis für Neurologie und Psychiatrie, die er wegen des Einmarsches von Hitler nicht lange ungestört betreiben konnte.

Konzentrationslager

Viktor E. Frankl versuchte zwar ein Visum für die Ausreise nach Amerika zu erhalten, hat sich aber – als er es endlich bekam - entschieden, seine Eltern nicht alleine in Wien zurückzulassen. Im darauf folgenden Jahr lernte er seine erste Frau Tilly kennen, die er kurz vor der Deportation nach Theresienstadt heiratete. Er schrieb auch noch das Manuskript für die „Ärztliche Seelsorge“, das aber in Auschwitz verloren ging. Nach zwei Jahren in Theresienstadt, wo er seinem Vater beim Sterben beistand, wurden Viktor E. Frankl und seine Frau 1944 nach Auschwitz verlegt, dort trennten sich ihre Wege. Erst nach seiner Rückkehr nach Wien hat Viktor E. Frankl erfahren, dass seine Frau in Bergen-Belsen gestorben war. Seine Mutter kam in Auschwitz um.[18]

[16] Vgl. Haddon Klingberg Jr.: Das Leben wartet auf dich. Wien 2002, S. 95ff.
[17] Vgl. Haddon Klingberg Jr.: Das Leben wartet auf dich. Wien 2002, S. 105ff.
[18] Vgl. Viktor E. Frankl: Was nicht in meinen Büchern steht. München 1995, S. 69ff.

Was Viktor E. Frankl in Auschwitz erlebt hat, hat er in dem Satz beschrieben: „Die eigentlich menschlichen Urvermögen der Selbst-Transzendenz und der Selbst-Distanzierung, wie ich sie in den letzten Jahren so sehr betone, wurden im Konzentrationslager existentiell verfiziert und validiert.“[19] Diese Erfahrung bestätigte für ihn den „survival value“, der dem „Willen zum Sinn“ oder eben der Selbst-Transzendenz – dem Über-sich-selbst-Hinauslangen menschlichen Daseins nach etwas, das nicht wieder es selbst ist - zukommt.[20] Im Konzentrationslager hat er das Manuskript für die „Ärztliche Seelsorge“ nochmals geschrieben und daraus später seine Habilitationsschrift gemacht. Viktor E. Frankl verbrachte die drei Jahre der Gefangenschaft in vier Konzentrationslagern.

Nach dem Krieg

Zurück in Wien musste Viktor E. Frankl sein Leben neu beginnen. Bruno Pittermann, ein ehemaliger Freund der Familie Frankl, verhalf Viktor E. Frankl zu einem Primariat an der Poliklinik, das Viktor E. Frankl dann 25 Jahre innehatte. Er schrieb in kurzer Zeit das Buch „…trotzdem Ja zum Leben sagen. Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager“ und seine spätere Habilitationsschrift (seine dritte Fassung von seinem Werk „Ärztliche Seelsorge“).

Mit dem Buch „Ärztliche Seelsorge“ war für Viktor E. Frankl die „Dritte Wiener Richtung, die Logotherapie“ auf die Beine gestellt.[21] 1947 heiratete er ein zweites mal und bekam mit seiner Frau Elly eine Tochter. Den Doktortitel in der Philosophie erwarb Viktor E. Frankl im Jahr 1949, als Dissertation reichte er sein Buch „Der unbewußte Gott“ ein. 1955 wurde er Professor für Neurologie und Psychiatrie an der Universität Wien. [22] Er hielt Vorträge in allen fünf Erdteilen an 209 Universitäten und erhielt 29 Ehrendoktorate. Viktor E. Frankl hat 39 Bücher verfasst, die in 40 Sprachen übersetzt wurden.[23]

---

[19] Viktor E. Frankl: Was nicht in meinen Büchern steht. München 1995, S. 75.
[20] Vgl. Viktor E. Frankl: Was nicht in meinen Büchern steht. München 1995, S. 75.
[21] Vgl. Viktor E. Frankl: Was nicht in meinen Büchern steht. München 1995, S. 81ff.
[22] Vgl. Alfried Längle: Viktor Frankl. Ein Porträt. München 1998, S. 109.
[23] Vgl. Homepage des Viktor Frankl Institutes. http://www.viktorfrankl.org/d/person.html. (2. 2. 2012).

Seine letzte Vorlesung über Logotherapie hielt er im Oktober 1996 an der Universität Wien. Viktor E. Frankl starb am 2. September 1997 nach einer Bypass-Operation.[24]

2.2 Von der Existenzphilosophie, Psychoanalyse und Individualpsychologie zur Existenzanalyse

2.2.1 Existentielle Selbstbestimmung

„Existenzphilosophie ist ein Sammelbegriff für philosophische Richtungen, die formal darin übereinstimmen, dass sie unter ‚Existenz' nicht Dasein überhaupt, sondern die Vollzugsweise des menschlichen Daseins verstehen. Aus der Weltkriegserschütterung und der philosophischen Anknüpfung an Kierkegaard herausgewachsen, trat sie um 1930 an die Spitze aller philosophischen Strömungen."[25] (Bewusst wird hier nur eine kurze Definition von Existenzphilosophie angeführt).

Viktor E. Frankl hat folgendermaßen in seinen Werken auf die Entstehung der Existenzphilosophie Bezug genommen:

Der Beginn der Neuzeit brachte die Geburt der Naturwissenschaft sowie ihre Anwendung der Technik mit sich. Die ausgereifte Naturwissenschaft hatte zum Naturalismus geführt und die Technik zu einer utilitaristischen Einstellung. Der Mensch begreift sich nur mehr als Naturwesen – entsprechend der naturalistischen Einstellung – und er begreift die Welt nur noch als bloßes Mittel zum Zweck – entsprechend der technisch-utilitaristischen Einstellung. So unterwirft er sich die Welt durch die Technik, wie er die Welt zu seinem „Unterwurf" macht, wird der Mensch sich selbst zum „Gegenwurf", zum Objekt.[26] „So kommt es denn zur Paradoxie, daß der Mensch, indem er sich „naturalisiert", sich de-naturiert; daß er also, indem er sich als reines Naturwesen versteht, an seiner eigentlichen Natur, seinem eigenen Wesen, vorbeisieht."[27] Im 20. Jahrhundert kam es zu einer Wende und es setzte eine Be-sinnung auf das Un-mittelbare ein. Dies in doppelter Weise, einerseits eine Selbstbesinnung auf das eigene Sein, andererseits eine Rückbesinnung auf den eigentlichen Sinn. Viktor E. Frankl fragt, was das anderes sei als die

[24] Vgl. Haddon Klingberg Jr.: Das Leben wartet auf dich. Wien 2002, S. 448.
[25] Kleines Philosophisches Wörterbuch. Freiburg im Breisgau 1984, S.82.
[26] Vgl. Viktor E. Frankl: Der Wille zum Sinn. Bern 1978, S. 86.
[27] Viktor E. Frankl: Der Wille zum Sinn. Bern 1978, S. 86.

existentiellen Fragen. [28] „Denn was jetzt in Frage steht ist das Sein und der Sinn.“[29]

Die existentielle Frage in ihrer „modernen“ Form – also das „Problem des modernen Menschen“ – wurde erstmals von Søren Kierkegaard in der Mitte des 19. Jahrhunderts aufgeworfen. Was er im 19. Jahrhundert gefordert hatte, wurde im 20. Jahrhundert verwirklicht.[30] „Bergsons Lebensphilosophie und die Phänomenologie Edmund Husserls und seines Schülers Scheler haben die Vorarbeit geleistet und so die zeitgenössische Existenzphilosophie ermöglicht. Nach dem Ersten Weltkrieg wurde sie durch Heidegger und Jaspers verwirklicht.“[31]

Im zweiten Weltkrieg wird die Fragestellung aktualisiert und radikalisiert. Hat das kapitalistische Wirtschaftssystem den Arbeiter, also den Menschen zu kaum mehr als einen „Maschinenbestandteil im Produktionsprozess“ gemacht, so hat der zweite Weltkrieg den Menschen weiter degradiert, indem er den Menschen zum bloßen Mittel in Form von „Kanonenfutter“ macht. Für Viktor E. Frankl spielen an dieser Stelle wohl auch seine eigenen Erfahrungen eine wesentliche Rolle, er sieht eine nochmalige Steigerung des Degradierungsprozesses im Konzentrationslager, in dem auch noch das Sterben zum Mittel wird. In diesem Degradierungsprozess wird für Viktor E. Frankl „ein Fortschritt“ offenbar und er fragt sich, ob im Zeitalter der Technik nicht jeder Fortschritt als technischer Fortschritt bezeichnet wird, oder ob es auch einen anderen Fortschritt gibt.

Die Antwort auf diese existentielle Fragestellung lautet für Viktor E. Frankl nun, dass der Fragende sich selbst in Frage stellt. Somit ist die existentielle Fragestellung die In-Frage-Stellung des Menschen. Diese Frage wurde dadurch vorangetrieben, indem in dieser Zeit alles fragwürdig geworden ist. Geld, Macht, Ruhm und Glück - Dinge die man hat - sind vom Menschen weggeschmolzen. In einem aber ist der Mensch selber eingeschmolzen, verbrannt vom Schmerz und durchglüht vom Leid, ist er eingeschmolzen auf sein Sein.[32] „Was also blieb, war der Mensch selbst, das, was an Menschlichem an ihm ist. So führte diese Zeit zu einer Bloßlegung des Menschlichen. Im

[28] Vgl. Viktor E. Frankl: Die Existenzanalyse und Probleme der Zeit. Wien 1947, S. 10.
[29] Viktor E. Frankl: Der Wille zum Sinn. Bern 1978, S. 87.
[30] Vgl. Viktor E. Frankl: Die Existenzanalyse und Probleme der Zeit. Wien 1947, S. 10.
[31] Viktor E. Frankl: Der Wille zum Sinn. Bern 1978, S. 87.
[32] Vgl. Viktor E. Frankl: Die Existenzanalyse und Probleme der Zeit. Wien 1947, S. 11f.

Hexenkessel der Kesselschlachten, in den Luftschutzbunkern und in den Konzentrationslagern erfuhr der Mensch die Wahrheit: entscheidend in allem und jedem ist der Mensch.“[33] Der Mensch ist das Wesen das immer entscheidet, er entscheidet immer wieder. Was er ist und was im nächsten Augenblick sein wird. Wie keine andere Generation zuvor hat für Viktor E. Frankl der Mensch gezeigt, dass er die Möglichkeit hat zum Engel und zum Teufel zu werden. Gerade dort, wo der Mensch die Gaskammer erfunden hat, ist auch jener Ort, wo der Mensch aufrecht in die Gaskammer geht. Das ist für Viktor E. Frankl jener Punkt, wo der Naturalismus aufhört und der Mensch anfängt.

Im Konzentrationslager hat sich für Viktor E. Frankl gezeigt, dass der Mensch in seinem Naturalismus im Biologismus (ein typischer Astheniker, Athletiker usw.) und Soziologismus (ein typischer Kapitalist, Kleinbürger usw.) oder als Verquickung von Biologismus und Soziologismus (ein nordischer Leistungstypus, mittelmeerländischer Darstellungstypus usw.), so sein muss wie er ist. Viktor E. Frankl hat aber auch im Konzentrationslager erfahren, dass ein so Typisierter auch anders sein kann und nicht immer in letzter Konsequenz in seinem Verhalten einem naturalistischen Typus entsprechen muss und somit „atypisch“ sein kann. Viktor E. Frankl berichtet, neben anderen Beispielen, von einem Lagerführer, der geheim Medikamente für die Gefangenen von seinem eigenen Geld gekauft hat. Für Viktor E. Frankl ergibt sich daraus, dass es keine eindeutig determinierten Typen oder Rassen gibt. An dieser Stelle verweist er allerdings darauf, dass es seiner Meinung nach zwei Rassen von Menschen gäbe: anständige und unanständige, wobei die anständigen in der Minderheit wären.[34] Viktor E. Frankl sagt: „Heute aber ist es so, daß gerade der Glaube an einen selbsttätig sich durchsetzenden Fortschritt, an eine automatische Höherentwicklung, unsere Aktivität lähmen, unser Gewissen einlullen müßte. Wir sind längst entfernt von einem solchen Fortschrittsglauben; wir sind Pessimisten geworden, denn wir wissen wessen der Mensch fähig ist.“[35] Daher steht für Viktor E. Frankl fest, dass es auf den Menschen ankommt, und gerade

[33] Viktor E. Frankl: Die Existenzanalyse und Probleme der Zeit. Wien 1947, S. 12.
[34] Vgl. Viktor E. Frankl: Der Wille zum Sinn. Bern 1978, S. 88ff.
[35] Viktor E. Frankl: Der Wille zum Sinn. Bern 1978, S. 90.

deshalb, weil es sich beim menschlichen Menschen um eine Minorität handelt, ist jeder einzelne wichtig.[36]

2.2.2 Psychoanalyse Sigmund Freuds

Der Arzt, Tiefenpsychologe und Religionskritiker Sigmund Freud (1856 - 1939) gilt als Begründer der Psychoanalyse. „Im besonderen war es Freud darum zu tun, den Sinn neurotischer Symptome zu deuten, was ihn zwang, ins unbewusste Seelenleben vorzustoßen und solcherart […] eine ganze Dimension des psychischen Seins zu erschließen.“[37]

Durch die Aufhebung von Verdrängung soll das unbewusste „Es“ wieder zum bewussten „Ich“ werden. Die Psychoanalyse will verdrängte Erlebnisinhalte dem Unbewussten abringen und dem Bewusstsein zurückgeben, dadurch erringt das Ich einen Machtzuwachs.[38]

Sigmund Freud hat erkannt, dass bewusste Wahrnehmungen oder Vorstellungen im nächsten Augenblick ins Unterbewusstsein abgelegt werden können und dort latent abrufbar wieder ins Bewusstsein geholt werden können. Andererseits hat er festgestellt, dass bei der Verarbeitung von Erfahrungen die seelische Dynamik eine Rolle spielt. Starke seelische Vorgänge bewirken, so die psychoanalytische Theorie, dass Vorstellungen nicht bewusst werden können, da sie sich den Kräften der wieder Bewusstmachung widersetzen. Erst durch psychoanalytische Techniken kann die betreffende Vorstellung sichtbar und bewusst gemacht werden. Der Zustand vor dieser Bewusstmachung wird Verdrängung genannt. Als Ursache wird der Ödipuskomplex genannt. Der Ödipuskomplex bemächtigt sich des Ich. Das Ich repräsentiert, was man Vernunft und Besonnenheit nennen kann, im Gegensatz zum Es, welches die Leidenschaften enthält. Das Es unterliegt dem Einfluss der Triebe, so wie das Ich dem Einfluss der Wahrnehmungen und damit der Außenwelt ausgesetzt ist. Allerdings ist nicht nur das Es der Triebeinwirkung unterworfen, sondern auch das Ich sowie das Über-Ich. Die Wirkungen der Triebe verteilen sich also über den gesamten psychischen Apparat, das Es stellt nur die Haupt-

[36] Vgl. Viktor E. Frankl: Der Wille zum Sinn. Bern 1978, S. 90.
[37] Viktor E. Frankl: Das Leiden am sinnlosen Leben. Wien 1991, S. 38.
[38] Vgl. Viktor E. Frankl: Ärztliche Seelsorge. München 1975, S. 10f.

Einwirkungsstelle dar. In diesem Spannungsfeld des Ich und des Es entwickeln sich vornehmlich zwei Triebe, der Sexualtrieb und der Todestrieb. [39]

2.2.3 Individualpsychologie Alfred Adlers

Alfred Adler (1870-1937) gilt als Begründer der Individualpsychologie. Er hat gemeint, dass eine Gesellschaft, in der nur alle die Annehmlichkeiten des Zusammenlebens beanspruchen, jeder nur nimmt und keiner gibt, keiner gewillt ist Beschwerden auf sich zu nehmen, jeder über jeden triumphieren will, ein Widerspruch in sich ist. Alfred Adler hat alle Lebensfragen den drei großen Problemen - dem Problem des Gemeinschaftslebens, der Arbeit und der Liebe - untergeordnet. Alle drei Fragen sind untereinander eng verbunden und erfordern zu ihrer Lösung ein gehöriges Maß an Gemeinschaftsgefühl. Als Gemeinschaftsgefühl bezeichnet Alfred Adler im weitesten Sinn das „richtige" Verhalten in der Gesellschaft. Die ausgewogene Entwicklung des Gemeinschaftsgefühls hängt von der Bezugsperson ab, in erster Linie von der Mutter. Wenn Probleme auftreten, wird das Gemeinschaftsgefühl eingeschränkt. In der Folge kann es zu psychischen Störungen kommen. [40]

Der Ausdruck Sinn des Lebens hat bei Alfred Adler zwei Bedeutungen.

„Er meint erstens den Sinn, den ein bestimmter Mensch in seinem Leben sucht und findet und der aufs engste zusammenhängt mit der Meinung, die er von sich, von der Welt, von den Mitmenschen und vom Leben hat."[41] Diese Meinung des Individuums beruht auf den besonderen Erlebnissen, wie das Kind in dieser Welt empfangen wurde, noch bevor es die Sprache beherrschte. Dieser wahre Sinn des Lebens lässt sich nur in der Gemeinschaft mit anderen erfüllen, daher müssen bestimmte Eigenschaften der einzelnen Gemeinschaftsmitglieder verwirklicht sein. Das heißt, der einzelne muss sich zum Mitmenschen entwickeln.[42]

Zweitens kann bei Alfred Adler als wahrer Sinn des Lebens, der außerhalb unserer Erfahrung liegende Sinn, verstanden werden. Dieser zeige sich in einem auffallenden Widerspruch zum „angelernten" Sinn im Leben, der sich

---

[39] Vgl. Sigmund Freud: „Das Ich und das Es (1923)". In: Mitscherlich, Alexander; Richards, Angela; Strachey, James (Hg.): Sigmund Freud. Studienausgabe Band III. Psychologie des Unbewußten. Frankfurt am Main 1982, S. 307ff.

[40] Vgl. Alfred Adler: Sinn des Lebens. Frankfurt/Main 1973, S. 38.

[41] Wolfgang Metzger, Einführung. In: Adler, Alfred: Sinn des Lebens. Frankfurt/Main 1973, S. 7.

[42] Vgl. Wolfgang Metzger, Einführung. In: Adler, Alfred: Sinn des Lebens. Frankfurt/Main 1973, S. 12.

dem unrichtig handelnden Individuum entgegenstemmt. Wer sich zu weit weg entfernt, wird neurotisch, psychotisch, pervers, süchtig oder kriminell. Da sich der wahre Sinn auf das über das Leben hinausgehende Ziel der Vollkommenheit bezieht, aber praktisch nicht erreichbar ist, ist er metaphysisch.[43]

Minderwertigkeitskomplex und der Wille zur Macht

Ein Kind, das von seiner Mutter verwöhnt wird, wird im späteren Leben keine Ordnung halten, da es davon ausgeht, dass andere Personen diese Leistung erbringen sollten. Alfred Adler stellt fest, dass die Erfahrung im Leben für das Verhalten eine wesentliche Rolle spielt und verbindet dies mit der von der Gesellschaft anerzogenen Meinung zu verschiedenen Lebenssituationen. Dadurch gelangt das Individuum zu einem Weltbild.[44] Geleitet wird diese Entwicklung vom Vater alles Lebenden, dem Kosmos. Ständig ringt das Lebende mit dem Ziel der Vollkommenheit um dem Kosmos zu genügen.[45] Ausgehend von einer Minussituation strebe das Individuum, so wie dies laut Alfred Adler für alle lebende Materie gelte, in eine Plussituation zu kommen. Das Lebende strebe von „unten“ nach „oben“, man könnte auch sagen von „Unterlegenheit“ zu „Überlegenheit“. Diese Unterlegenheit macht sich durch ein Minderwertigkeitsgefühl bemerkbar, und ist Grundlage jeder Menschheitsentwicklung. Im Gegensatz ist der „Überlegenheitskomplex“ von der Meinung der eigenen übermenschlichen Gaben gekennzeichnet, und zeigt sich in Hochmut, Prahlsucht oder der Tendenz sich anzubiedern.[46]
Die Aufgabe der Entwicklung ist nun, die Unterlegenheit zu überwinden, um zu einer Vollkommenheit, Sicherheit und Überlegenheit zu gelangen.[47] Dabei ist eine fortwährende Anpassung an die Forderung der Außenwelt erforderlich, wobei der Zwang, die bessere Anpassung durchzuführen, niemals enden darf. Wird diese Anpassung verfehlt, droht der Untergang der Person oder des ganzen Volkes. Ziel muss es sein eine Vollkommenheit der Menschheit zu erreichen. Damit wäre die letzte Erfüllung der Evolution erreicht. Alfred Adler ist

[43] Vgl. Wolfgang Metzger, Einführung. In: Adler, Alfred: Sinn des Lebens. Frankfurt/Main 1973, S. 7ff.
[44] Vgl. Alfred Adler: Sinn des Lebens. Frankfurt/Main 1973, S. 30f.
[45] Vgl. Alfred Adler: Sinn des Lebens. Frankfurt/Main 1973, S. 162f.
[46] Vgl. Alfred Adler: Sinn des Lebens. Frankfurt/Main 1973, S. 82.
[47] Vgl. Wolfgang Metzger, Einführung. In: Adler, Alfred: Sinn des Lebens. Frankfurt/Main 1973, S. 8.

der Meinung, dass dieses Ziel bei weitem nicht erreicht sei und in allen Bereichen ein Bedarf zu Verbesserungen vorliegt. Vor allem das Absinken des Gemeinschaftsgefühls bringe eine Verschlechterung aller anderen Übel mit sich.[48] Durch diese Anpassung arrangiert sich das Individuum mit der Gesellschaft und macht sich dadurch praktisch unverantwortlich. In der individualpsychologischen Therapie wird der neurotische Mensch für sein Symptom verantwortlich gemacht und so die Ich-Sphäre durch einen Zuwachs an Verantwortlichkeit erweitert.[49]

Wenn nun eine Meinung - aufbauend auf Erfahrung im Sinne der gesellschaftlichen und sozialen Forderung - auf Widerstand trifft, führt das nach Alfred Adler dazu, dass eine Schockwirkung eintritt, die dem als unfehlbar zu sein scheinenden Menschen zu der Reaktion leitet, äußerlich sein Verhalten für die Zukunft anzupassen. Innerlich wird aber das Gemeinschaftsgefühl des Individuums zerstört, es wird in eine Neurose gezwungen und es gleitet in die Bahn des Antisozialen hinüber.[50]

2.2.4 Psychoanalyse – Individualpsychologie - Existenzanalyse

Viktor E. Frankl hat sich während seiner Gymnasialzeit mit Sigmund Freud, in der Folge aber während seines Medizinstudiums hauptsächlich mit Alfred Adler und der Individualpsychologie intensiv auseinander gesetzt. Die Denkweise in Sigmund Freuds Psychoanalytik war Viktor E. Frankl zu deterministisch, reduktionistisch und nihilistisch. In der Individualpsychologie sah er zwar eine Erweiterung des Suchens nach Ursachen seelischer Krankheiten, fand aber keine dem Menschen adäquate Motivationstheorie.[51] Alfred Adler geht im Gegensatz zu Sigmund Freud weit über das Psychologische hinaus, indem er auf das Biologische in Form der „Organminderwertigkeit“ zurückgreift, die als somatisches Faktum in Form einer psychischen Reaktion zum Minderwertigkeitsgefühl führt. Dieses Minderwertigkeitsgefühl ist nicht nur auf eine Organminderwertigkeit, sondern auch auf Kränklichkeit, Schwächlichkeit oder Hässlichkeit zurückzuführen.[52]

---

[48] Vgl. Alfred Adler: Sinn des Lebens. Frankfurt/Main 1973, S. 164f.
[49] Vgl. Viktor E. Frankl: Ärztliche Seelsorge. München 1975, S. 11.
[50] Vgl. Alfred Adler: Sinn des Lebens. Frankfurt/Main 1973, S. 34.
[51] Vgl. Elisabeth Lukas: Logotherapie. München 1995, S. 5f.
[52] Vgl. Viktor E. Frankl: Das Leiden am sinnlosen Leben. Wien 1991, S. 40f.

Die Gefahr in der Tiefenpsychologie, die durch Interpretation zu entlarven versucht, besteht nach Meinung von Viktor E. Frankl darin, dass diese davor nicht halt macht, wenn sie auf das „Echte“ im Menschen stößt, welches sich nicht entlarven lässt. Wird es trotzdem versucht, wird das, was nicht entlarvt werden kann – das eigene unbewusste Motiv, das eigene unbewusste Bedürfnis – herabgesetzt und abgewertet.[53] Es wird also der Mensch vor sich selbst unverantwortlich gemacht, das Symptom soll gleichermaßen die Verantwortung übernehmen und somit dem Kranken die Verantwortung abnehmen.[54] Eine weitere Kritik besteht darin, dass in der psychoanalytischen und individualpsychologischen Betrachtung die Beziehung zum Es und dem Man die Beziehung zum Du ausklammert. Damit steht für Viktor E. Frankl fest, dass damit die Liebe ausgeklammert ist, da die Liebe nur zu einem Du möglich sei.[55] In der Psychoanalyse geht es darum, „das Ergebnis von Verdrängungsakten als Prozessen des Unbewußtmachens rückgängig zu machen.“[56]

Hier setzt für Viktor E. Frankl die Existenzanalyse an, die sich der analytischen Konzeption entgegenstellt. An Stelle der Autonomie eines seelischen Apparates sieht die Existenzanalyse die Autonomie der geistigen Existenz.[57]

2.3 Existenzanalyse

Viktor E. Frankl hat zwar die Individualpsychologie und die Psychoanalyse zur Grundlage seiner Untersuchungen gemacht, aber sich doch erlaubt diese zu überhöhen. „Wir sehen […], daß die Neurose für die Psychoanalyse letzten Endes eine Einschränkung des Ich qua Bewußtsein darstellt und für die Individualpsychologie eine Einschränkung des Ich qua Verantwortlichsein. Beide Theorien lassen sich eine konzentrische Einschränkung ihres wissenschaftlichen Gesichtsfeldes zuschulden kommen – die eine konzentrisch auf die Bewußtheit des Menschen hin, die andere auf dessen

[53] Vgl. Viktor E. Frankl: Der Wille zum Sinn. Bern 1978, S. 15.
[54] Vgl. Viktor E. Frankl: Ärztliche Seelsorge. München 1975, S. 11.
[55] Vgl. Viktor E. Frankl: Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. München 1990, S. 291f.
[56] Viktor E. Frankl: Ärztliche Seelsorge. München 1975, S. 10.
[57] Vgl. Viktor E. Frankl: Der unbewußte Gott. München 1991,S. 13.

Verantwortlichkeit.“[58] Viktor E. Frankl kritisiert einerseits das Arrangement in der Individualpsychologie Alfred Adlers, in der das Symptom dem Kranken die Verantwortung abnehmen soll, indem es einen Rechtfertigungsversuch vor der Gesellschaft und vor ihm selbst darstellt, und somit das Ich qua Verantwortlichsein eingeschränkt wird. Andererseits wird in der Psychoanalyse durch Verdrängung der Neurose eine Einschränkung des Ich qua Bewusstseins bewirkt. Eine Besinnung auf die ursprünglichen Grundlagen menschlichen Seins ergibt, dass Bewusstsein und Verantwortlichsein gerade eben die beiden Grundtatsachen des Daseins ausmachen. Die Psychoanalyse und die Individualpsychologie sehen jeweils nur eine Seite des Mensch-seins, aber erst beide Aspekte zusammen ergeben ein wahres Bild vom Menschen.[59] Viktor E. Frankl hat daher eine eigene Lehre entwickelt und nennt seine Lehre „Die dritte Wiener Richtung der Psychotherapie.“[60]

Die Logotherapie und die Existenzanalyse sind je eine Seite ein und derselben Theorie. Während die Logotherapie eine psychotherapeutische Behandlungsmethode darstellt, ist die Existenzanalyse eine anthropologische Forschungsrichtung, als Forschungsrichtung ist sie in zwei Dimensionen offen. Sie ist zur Evolution ihrer selbst und auch zur Kooperation mit anderen Richtungen bereit. [61]

Viktor E. Frankl erläutert die Begriffe Logotherapie und Existenzanalyse folgendermaßen: „[…] wobei Logotherapie den medizinisch-therapeutischen Aspekt und Existenzanalyse den philososophisch-theoretischen Aspekt verkörpert. Im Laufe der Zeit hat sich jedoch der Ausdruck ‚Logotherapie’ stärker durchgesetzt, weil es hinsichtlich des Ausdrucks ‚Existenzanalyse’ in Amerika zu Verwechslungen mit der ‚Daseinsanalyse’ von Ludwig Binswanger gekommen ist, die ebenfalls mit ‚existential analysis’ übersetzt wurde. Daseinsanalyse meint jedoch eine Analyse des Menschen auf das Sein hin, während Existenzanalyse die Analyse des Menschen auf Sinn hin bedeutet. Die Daseinsanalyse ist praktisch die Anwendung von Martin Heideggers

[58] Viktor E. Frankl: Ärztliche Seelsorge. München 1975, S. 11.
[59] Vgl. Viktor E. Frankl: Ärztliche Seelsorge. München 1975, S. 10f.
[60] Viktor E. Frankl zit. nach Franz Kreuzer: Im Anfang war der Sinn. Von der Psychoanalyse zur Logotherapie. Wien 1982, S. 13.
[61] Vgl. Viktor E. Frankl: Die Psychotherapie in der Praxis. München 1991, S. 61.

Philosophie auf die Psychiatrie, wohingegen die Logotherapie die Anwendung von Max Schelers Philosophie auf die Psychotherapie darstellt.“[62]

2.3.1 Dimensionale Anthropologie der Existenzanalyse

Viktor E. Frankl würdigt einerseits die pluralistische Wissenschaft, die Spezialisten hervorbringt und in ihren Spezialdisziplinen gut arbeitet, andererseits kritisiert er die fehlende Zusammenschau der einzelnen Lehren.[63] Die Gefahr liegt nicht darin, dass sich die Forscher spezialisieren, sondern darin, dass sie generalisieren und den Anspruch auf ein „Totalwissen“[64] erheben, indem dies geschieht schlägt Wissenschaft um in Ideologie. „Was im Besonderen die Wissenschaften vom Menschen anlangt, wird in diesem Augenblick aus Biologie Biologismus, aus Psychologie Psychologismus und aus Soziologie Soziologismus.“[65] Der Reduktionismus in Form eines Nihilismus durch die Redewendung „[…] nichts als […] reduziert den Menschen nicht nur um eine ganze Dimension, sondern verkürzt ihn um nicht mehr und nicht weniger als um die Dimension des spezifisch Humanen.“[66] Die Auswirkung dieses Denkens zeigt sich bei den Patienten in Form eines „gelebten Nihilismus“ der als Folge des „gelehrten Nihilismus“ eine innere Leere und ein „abgründiges“ Sinnlosigkeitsgefühl erzeugt, ein existentielles Vakuum.

Viktor E. Frankl findet, dass Nicolai Hartmann mit seiner Ontologie und Max Scheler mit seiner Anthropologie um die Rettung des Menschlichen im Angesicht der reduktionistischen Aspirationen einer pluralistischen Wissenschaft bemüht waren. Sie unterschieden Stufen bzw. Schichten wie das Leibliche, das Seelische und das Geistige. Insbesondere bei den Wissenschaften die den Mensch zum Inhalt haben, fehlt Viktor E. Frankl die Einheit des Menschen. Er definiert den Menschen als Einheit trotz der Mannigfaltigkeit. [67]

---

[62] Viktor E. Frankl: „Aus der Vorlesung von Viktor E. Frankl, gehalten im Sommersemester 1968 an der Universität Wien“. In: Fabry, Joseph; Lukas, Elisabeth (Hg.): Auf den Spuren des Logos. Berlin-München 1995, S. 8.
[63] Vgl. Viktor E. Frankl: Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn. München 1985, S. 20.
[64] Karl Jaspers zit. nach Viktor E. Frankl: Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn. München 1985, S. 21.
[65] Viktor E. Frankl: Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn. München 1985, S. 21.
[66] Viktor E. Frankl: Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn. München 1985, S. 21f.
[67] Vgl. Viktor E. Frankl: Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn. München 1985, S. 21ff.

2.3.2 Die Frage nach dem Woher des Geistes

Durch die Einheitlichkeit und Ganzheit ist der Mensch nicht nur zusammengesetzt aus Leib, Seele und Geist, sondern „[…] erst das Geistige konstituiert und nur das Geistige garantiert dieses ‚Eine'."[68] Die Mannigfaltigkeit der Einheit rührt daher, dass sich das Geistige mit dem Leiblichen und dem Seelischen auseinandersetzt. „[...] immer nimmt der Mensch als Geist zu sich als Leib und Seele Stellung, immer steht der Mensch als Geist sich selbst als Leib und Seele gegenüber. […] Der Mensch ‚hat' Leib und Seele – aber er ‚ist' Geist."[69] In erster Linie durch seine Leiblichkeit ist der Mensch in seinem Dasein bedingt, aber auch bedingt in seinem leiblichen „Sosein". Damit will Viktor E. Frankl ausdrücken, dass sich der Mensch sein Sosein nicht aussuchen konnte. Er spricht daher nicht von Dasein sondern eben vom Sosein.[70] Wenn der Mensch also Geist ist und als Person existiert, lässt sich für Viktor E. Frankl auch aussagen, „[…] daß seine personale Existenz dreierlei ist: je eine – eine je ganze – und eine je neue. Als je eine ist Existenz unteilbar – als eine je ganze ist Existenz unverschmelzbar - und als eine je neue ist Existenz unübertragbar. In striktem Gegensatz zu seiner psychophysischen Faktizität ist die geistig-existentielle Person des Menschen ein In-dividuum, ein In-summabile und ein Novum."[71]

Betreffend des Woher des Geistes ist Viktor E. Frankl der Meinung, dass es keine Frage der phylogenetischen, sondern eine Frage der ontogenetischen Menschwerdung, sei. Es zeigt sich jedoch, dass wissenschaftlich nur eines bewiesen ist, dass die leiblichen Bedingungen die von den Eltern stammenden Chromosomen sind, die das Existenzminimum darstellen. Für das Existenz-Totum – welches das Geistige einschließt, ist das Existenzminimum zwar notwendig, aber nicht ausreichend. Das Geistige muss also zum Leiblich-seelischen irgendwann in der Entwicklung des Menschen hinzutreten und durch die Schichten des Psychophysischen hindurch brechen, „[…] bis er eines Tages soweit ist, bis er eines Tages den Organismus ‚soweit hat', sich seiner

---

[68] Viktor E. Frankl: Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. München 1990, S. 176.
[69] Viktor E. Frankl: Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. München 1990, S. 177.
[70] Vgl. Viktor E. Frankl: Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. München 1990, S. 177f.
[71] Viktor E. Frankl: Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. München 1990, S. 185.

soweit bemächtigt hat – als seines Ausdrucksfeldes.“[72] Viktor E. Frankl beschreibt diesen Zeitpunkt auch als jenen, an dem sich bei einem Neugeborenen zum ersten Mal, beim ersten Lächeln „[…] da etwas aufblitzt – das eben schon immer gewartet zu haben scheint, auf diesen Augenblick […].“[73]

Viktor E. Frankls Dimensionalontologie

Für Viktor E. Frankl ist „Die Signatur der menschlichen Existenz […] die Koexistenz zwischen der anthropologischen Einheit und den ontologischen Differenzen, zwischen der einheitlichen menschlichen Seinsweise und den unterschiedlichen Seinsarten, an denen sie teilhat.“[74] Viktor E. Frankl skizziert ein Menschenbild, das mit geometrischen Analogien operiert. Es handelt sich um seine Dimensionalontologie, die zwei Gesetze hat.

In seinem ersten Gesetz der Dimensionalontologie (Abb. 1a) projiziert er einen Zylinder aus dem dreidimensionalen Raum in den Seiten- und Grundriss, also von einer höheren in eine niedere Dimension. Daraus ergibt sich, dass in den zwei dimensionalen Ebenen ein Rechteck und ein Kreis abgebildet werden, die Abbildungen widersprechen einander. Bei dieser Betrachtung gibt es einen weiteren Widerspruch der darin besteht, dass die Abbildung auf einen Zylinder schließen lässt, es sich aber auch um ein oben offenes Glas handeln kann. Viktor E. Frankl hat im Rahmen von Vorträgen als Zylinder ein Wasserglas als Projektionskörper verwendet.[75]

[72] Viktor E. Frankl: Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. München 1990, S. 186.
[73] Viktor E. Frankl: Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. München 1990, S. 186.
[74] Viktor E. Frankl: Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn. München 1985, S. 23.
[75] Vgl. Viktor E. Frankl: Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn. München 1985, S. 23f.

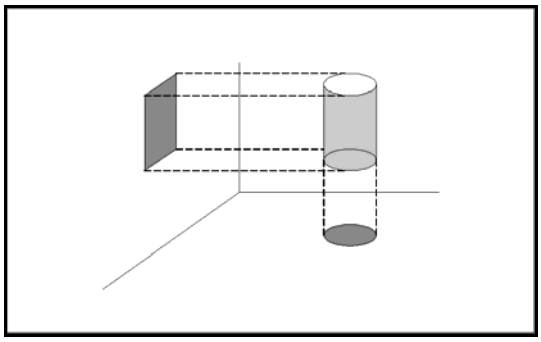

Abb. 1a

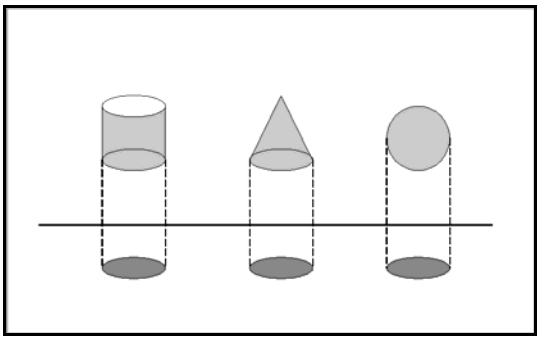

Abb. 1b[76]

Das zweite Gesetz der Dimensionalontologie (Abb. 1b) beschreibt die Projektion verschiedener Körper (Zylinder, Kegel, Kugel) in die zweidimensionale Ebene des Grundrisses, wo sich diese Körper als Kreise abbilden. Es kann aus der Form der Projektion nicht auf die Ursprungsfigur geschlossen werden. Die projizierte Figur wird als niedrigere Dimension als jene der eigentlichen Figur sichtbar.

Viktor E. Frankl wendet diese Beispiele für die Dimension des spezifisch Humanen im Menschen an. Er projiziert diese in die Ebenen der Biologie und der Psychologie. Die Projektion in die biologische Ebene stellt die somatischen Phänomene dar, die Projektion in die psychologische Ebene stellt die psychischen Phänomene dar. So wie sich die Projektion eines Zylinders als Rechteck und Kreis darstellt, so stellt sich im Lichte der Dimensionalontologie auch die Einheit des Menschen unterschiedlich dar, was aber nicht als Widerspruch gesehen wird.[77] Viktor E. Frankl: „Die Einheit der menschlichen Seinsweise, welche die Mannigfaltigkeit der unterschiedlichen Seinsarten, an denen sie teil hat, überbrückt, also die Überbrückung von Gegensätzen wie Soma und Psyche, werden wir vergebens in den Ebenen suchen, in die wir den Menschen projizieren. Vielmehr ist sie einzig und allein in der nächst höheren Dimension, in der Dimension des spezifisch Humanen zu finden.“[78]

[76] Darstellung nach Viktor E. Frankl in: Viktor E. Frankl: Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn. München 1985, S. 24f.
[77] Vgl. Viktor E. Frankl: Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. München 1990, S. 199ff.
[78] Viktor E. Frankl, Ärztliche Seelsorge. München 1975, S. 32.

Laut Viktor E. Frankl kann also das psychophysische Problem nicht gelöst werden. Gleiches gilt auch für das Problem der Willensfreiheit. Denn auch hier ist wie schon bei der Projektion des Glases beschrieben, die Projektion in den Seiten- und Grundriss als eine in sich geschlossene zweidimensionale Figur abgebildet. Es bildet sich der Mensch in der biologischen Ebene als ein geschlossenes System physiologischer Reflexe und in der psychologischen Ebene als ein geschlossenes System der psychologischen Reaktionen ab. Auch hier ergibt die Projektion einen Widerspruch. Dieser Widerspruch wird dadurch gestärkt, dass es zum Wesen des Menschen gehört, dass er so wie das Glas ebenfalls offen ist.[79] „Die Geschlossenheit der Systeme physiologischer Reflexe und psychologischer Reaktionen steht aber im Lichte der Dimensionalontologie in keinem Widerspruch zur Menschlichkeit des Menschen. Sie tut es ebenso wenig wie die Geschlossenheit des Grund- und des Seitenrisses des Zylinders zu dessen Offenheit in Widerspruch steht.“[80]

Viktor E. Frankl erkennt, dass das Wesen der menschlichen Existenz in dessen Selbsttranszendenz liegt, da Mensch sein auch schon über sich selbst hinaus sein heißt. „Mensch sein heißt immer schon ausgerichtet und hingeordnet sein auf etwas oder auf jemanden, hingegeben sein an ein Werk, dem sich der Mensch widmet, an einen Menschen, den er liebt, oder an Gott, dem er dient.“[81]
Eine derartige Selbsttranszendenz sprengt den Rahmen aller Menschenbilder, die den Menschen als ein Wesen darstellen, das nicht über sich selbst hinaus nach Werten und Sinn langt und solcherart nach der Welt orientiert ist. Dieses Wesen wäre nur an sich selbst interessiert, es ginge ihm nur um die Aufrechterhaltung der Homoöstase. Viktor E. Frankl merkt dazu an, dass das Homoöstaseprinzip nicht einmal in der Biologie, geschweige in der Psychologie, durchgängig gelte.
Daraus leitet Viktor E. Frankl ab, „Dass die, in den niedrigeren Dimensionen gewonnenen Befunde innerhalb dieser Dimension nach wie vor in Geltung stehen, und dies gilt im gleichen Maße von so einseitigen

[79] Vgl. Viktor E. Frankl: Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn. München 1985, S. 26.
[80] Viktor E. Frankl: Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. München 1990, S. 201.
[81] Viktor E. Frankl: Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn. München 1985, S. 26.

Forschungsrichtungen wie Pawlows-Reflexologie, Watsons-Behaviorismus, Freuds Psychoanalyse und Adlers Individual-Psychologie.“[82]

Weiters steht für Frankl fest, dass in der Dimensionalontologie die höhere Dimension die umfassendere Dimension ist, die eine niedrigere Dimension in sich einschließt. Als Vergleich nennt Viktor E. Frankl den Menschen, der einmal Mensch geworden, auch irgendwie Tier und Pflanze geworden ist. Oder ein Flugzeug, das sich gleich einem Auto in der Ebene bewegen kann, aber eben auch sich in der dritten Dimension bewegen kann.[83]

Nach Viktor E. Frankl lässt sich auch das zweite Gesetz der Dimensionalontologie auf den Menschen anwenden. Wenn man statt einem drei dimensionalen Gebilde menschliche Gestalten in die psychiatrische Ebene projiziert, würde z.B. Dostojewski als Epileptiker dargestellt werden, was er darüber hinaus ist, bildet sich in der psychiatrischen Ebene nicht ab. Sowie beim Beispiel des Zylinders, des Kegels oder der Kugel ist in dieser Ebene nicht erkennbar, was den Schatten warf bzw. was darüber steht.[84]

2.3.3 Definition von Existenzanalyse

„Die Existenzanalyse stellt in den Vordergrund ihres Gesichtsfeldes die Sinnorientiertheit und die Wertstrebigkeit des Menschen. Die Existenzanalyse faßt ins Auge das Ringen des Menschen um einen Sinn – und nicht nur um den Sinn des Leidens, sondern auch um den Sinn des Lebens schlechthin, um den Sinn der Existenz.“[85]

Viktor E. Frankl definiert die Existenzanalyse nicht als Analyse „der“ Existenz, sondern als Analyse „auf“ Existenz „hin“. Die Existenz bedeutet eine Seinsart, insbesondere die Eigenart des Menschseins.[86]

Was dem Menschen „[…] in der Existenzanalyse zu Bewußtsein kommt ist nicht Triebhaftes – ist nicht Es-haftes, sondern das Ich; hier kommt dem Ich

---

[82] Viktor E. Frankl: Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn. München 1985, S. 27.
[83] Vgl. Viktor E. Frankl: Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn. München 1985, S. 28.
[84] Viktor E. Frankl: Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. München 1990, S. 202.
[85] Viktor E. Frankl: Zeiten der Entscheidung. Freiburg 1996, S. 17.
[86] Vgl. Viktor E. Frankl: Logotherapie und Existenzanalyse. Texte aus sechs Jahrzehnten. München 1994, S. 58.

nicht das Es zu Bewußtsein, hier kommt vielmehr das Ich selbst zu Bewußtsein: es kommt zum Bewußtsein seiner selbst, es kommt zu sich.“[87]

Die Existenzanalyse zielt laut Viktor E. Frankl auf ein Bewusst-sein des Verantwortung-habens in der Endlichkeit des Menschen innerhalb der Zeitlichkeit seiner Existenz. Die Zeitlichkeit der Existenz tritt dem Menschen in erster Linie in seiner Sterblichkeit gegenüber, die die menschliche Verantwortlichkeit als kategorischen Imperativ erst ausmacht. Denn wäre der Mensch unsterblich, hätte er keine Veranlassung zur Wertverwirklichung, er könnte es aufschieben und irgendwann später tun.

Die Verantwortlichkeit gegenüber der Vergänglichkeit sollte eigentlich eine Verantwortungsfreude hervorrufen, da erst durch sie die Wertverwirklichung möglich ist. Dadurch rettet der Mensch sie in die Wirklichkeit des Vergangen-seins. Dadurch, dass die Wertverwirklichung dann in der Vergangenheit ist, ist sie für immer aufbewahrt.

Das Wozu der Verantwortung des Menschen liegt also in der Wertverwirklichung. Das Wovor bleibt offen und ist Angelegenheit der Transzendenz, des Absoluten und außerhalb der Existenzanalyse stehend.[88] Für Viktor E. Frankl bleibt diese Dimension offen und er ist der Ansicht, dass der Weg dorthin nicht verstellt werden darf: „[…] es ist wahrscheinlich, daß eine jede rein immanente Perspektive, die sich ihres Angrenzens an das Transzendente nicht einmal bewußt wird, daß jede rein immanente Perspektive von vornherein eine verzerrende Perspektive ist.“[89]

Existenzanalyse und Religion

Viktor E. Frankl hat bewusst seine Lehre und Religion strikt voneinander getrennt gehalten. Er hat die Religion nicht abgelehnt – er war selbst religiös - es soll nur die Logotherapie offen bleiben, sowohl für religiöse als auch nicht-religiöse Patienten soll sie eine Therapie sein, die ebenso von religiösen und nicht-religiösen Ärzten und Therapeuten ausgeübt werden kann.[90]

Die Existenzanalyse bringt den Menschen zur Grenze des Transzendenten. Dieser Ort ist aber keine Endstation, es bleibt dem Menschen frei, in die

[87] Viktor E. Frankl: Der unbewußte Gott. München 1991,S. 15.
[88] Vgl. Viktor E. Frankl: Der Wille zum Sinn. Bern 1978, S. 104f.
[89] Viktor E. Frankl: Der Wille zum Sinn. Bern 1978, S. 105.
[90] Vgl. Viktor E. Frankl: Was nicht in meinen Büchern steht. München 1995, S. 37.

Richtung des Transzendenten, dem Absoluten zu gehen. Dieses Absolute wird im religiösen Leben erfasst, diese religiöse Dimension ist aber für Viktor E. Frankl nicht zwingend.[91] Worauf es Viktor E. Frankl ankommt ist, „[…] daß es keinen Gegensatz geben kann zwischen dem verantwortungsbewußten Erleben und Handeln des nicht-religiösen Menschen und dem des religiösen: das religiöse Erlebnis, die religiöse Dimension, kann jeweils vielmehr nur in einem zusätzlichen Verhältnis stehen.“[92]

Es wäre wichtig, die Beziehung zwischen den religiösen und nicht-religiösen Menschen zu erleichtern. Es muss einen gemeinsamen Nenner und eine gemeinsame Plattform geben: Im Raum der Immanenz können Religöse und Nicht-Relgiöse so zu gemeinsamem Tun zusammenfinden. Die einen erfahren ihr Dasein als bloße Aufgabe und somit als Anruf ihrer Verantwortung, die anderen erfahren zusätzlich jene Instanz, welche die Aufgabe stellt, die nun als göttlicher Auftrag erlebt wird.

Für Viktor E. Frankl gibt es auch im „Raum der Immanenz“, mit dem es allein die Existenzanalyse zu tun hat, so etwas wie den Grenzfall eines „Wovor“ der Verantwortung: das Gewissen. Es verweist über sich und der Immanenz hinaus, sobald es als eine Art moralischer Instinkt aufgefasst wird. Viktor E. Frankl meint „[…] wie unvergleichlich höheren Rang muß erst jene Weisheit haben, die doch diesen Instinkt gleichsam gestiftet hat?“[93] Es darf allerdings nicht geschehen, dass der religiöse Mensch, der den „Auftraggeber hinzuerlebt“ sich über den nicht-religiösen stellt, eine tolerante Haltung ist erforderlich, so wie der Sehende gegenüber dem Blinden nicht Verachtung sondern Mitleid und Hilfsbereitschaft als Haltung erkennen lässt. Für Viktor E. Frankl ist wesentlich, dass sowohl der religiöse als auch der nicht-religiöse Mensch auf der Bühne des Lebens im Zuschauerraum ein Gegenüber hat, das er vielleicht durch die Blendung der Scheinwerfer nicht wahrnimmt.[94] Viktor E. Frankl will damit sagen, dass der Mitmensch ebenso als zusätzliche Instanz zu sehen ist, die ähnlich einem göttlichen Auftrag den nicht-religiösen Menschen auffordert, dem Aufruf zur Verantwortung zu folgen.

---

[91] Vgl. Viktor E. Frankl: Der Wille zum Sinn. Bern 1978, S. 106.
[92] Viktor E. Frankl: Der Wille zum Sinn. Bern 1978, S. 106.
[93] Viktor E. Frankl: Der Wille zum Sinn. Bern 1978, S. 106.
[94] Vgl. Viktor E. Frankl: Der Wille zum Sinn. Bern 1978, S. 106f.

Der Religionsphilosoph Eugen Biser merkt dazu an, dass Viktor E. Frankl jeden seiner Patienten in einer Sinnkrise, der noch irgendeine Beziehung zu seiner Kirche hatte, zu eben dieser Kirche zurückgeschickt hat, weil sie seiner Meinung nach in der Frage der Sinnlösung die größere Kompetenz hat.[95]
Auch Norbert Leser merkt an, dass Viktor E. Frankl seine Lehre nicht als religiöse Botschaft sieht, deren Annahme von dem Glauben an Gott abhängig ist. „Frankl legte sich diese Zurückhaltung wohl nicht nur aus methodischen Gründen auf, um niemanden auszuschließen, sondern weil er der festen Überzeugung war, daß eine Sinnsuche und –findung ohnehin früher oder später, auf die eine oder andere Art zu Gott als dem höchsten Gut und Wert findet und in ihn mündet.“[96]

2.3.4 Freiheit und Schicksal

Menschliche Freiheit – Freiheit des Willens, der Entscheidung und der Einstellung

Laut Viktor E. Frankl gibt es Determinismus innerhalb der psychologischen Dimension und Freiheit innerhalb der noologischen Dimension, die als die Dimension der spezifisch menschlichen Phänomene zu definieren ist. Menschliche Freiheit ist endliche Freiheit in der Form, als der Mensch nicht frei von Bedingungen ist - seien es biologische, psychologische oder soziologische Bedingungen - sondern nur frei zu ihnen Stellung zu nehmen. Aber sie bestimmen ihn nicht eindeutig, da es an ihm liegt, ob er sich den Bedingungen unterwirft, ob er auch den ärgsten Bedingungen trotzt oder weicht, ob er sich von ihnen überhaupt und in welchem Maße von ihnen bestimmen lässt.[97] „Es gibt nämlich einen Spielraum, innerhalb dessen er sich über sie hinaus erheben kann, womit er ja in die menschliche Dimension überhaupt erst sich aufschwingt.“[98] „Letzten Endes wird menschliches Verhalten jedenfalls nicht von Bedingungen diktiert, die der Mensch antrifft, sondern von einer Entscheidung, die er trifft. […] er entscheidet, ob er den Bedingungen trotzt

---

[95] Vgl. Eugen Biser, Radiointerview, 1998. http://www.br.de/fernsehen/br-alpha/sendungen/alpha-forum/eugen-biser-gespraech100.html (2.1.2012).
[96] Norbert Leser: „Viktor E. Frankls Kampf gegen den Reduktionismus“. In: Batthyany, Alexander; Zsok, Otto (Hg.): Viktor Frankl und die Philosophie. Wien 2005, S. 8.
[97] Vgl. Viktor E. Frankl: Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn. München 1985, S. 52ff.
[98] Viktor E. Frankl: Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn. München 1985, S. 53.

oder weicht, […] ob er sich von ihnen überhaupt und in welchem Maße er sich von ihnen bestimmen läßt.“[99]

Freiheit des Willens

Für Viktor E. Frankl ist die Freiheit des Menschen gegeben, psychisch Kranken muss das manchmal erst bewusst gemacht werden: „Die grundlegende menschliche Freiheit gegenüber allem Schicksalhaften, die unverlierbare Möglichkeit, sich zum gegebenen Schicksal als zu einer nun irgendwie zu bewältigenden Aufgabe einzustellen, die allemal unabdingbare Freiheit, sich dabei ‚so oder so' einzustellen, dies alles hat der Psychotherapeut ins rechte Licht zu rücken; denn so und nur so wird es ihm ermöglicht, dem Kranken das Äußerste an äußeren wie inneren Möglichkeiten verwirklichen zu helfen.“[100] Freiheit und Verantwortung sind nicht gewährleistet, wenn nicht auch die Selbstständigkeit des Kranken erhalten bleibt. Diese Selbstständigkeit des Menschen kann in seiner Krankheit geschwächt sein, sodass er sich „willensschwach“ fühlt. Dem Kranken muss klar gemacht werden, dass in Wirklichkeit diese Willensschwäche nicht existiert. Dem Kranken muss bewusst gemacht werden „dort, wo ein Wille ist, auch ein Weg ist“,[101] es ließe sich auch sagen: „Wo ein Ziel ist, ist auch ein Wille.“[102]

Freiheit der Entscheidung

Die Verwirklichung aller Werte, jede Leistung, setzt eine Entscheidung voraus. Im Allgemeinen nimmt man an, dass diese Entscheidung nicht nur eine willentliche, sondern auch eine wissentliche ist. Es gibt aber auch unbewusste Entscheidungen in dem Sinne, dass sie – in ihrem Vollzug – unreflektiert sind. Viktor E. Frankl bringt ein Beispiel: Ein Mensch springt von einer Brücke ins Wasser, ein anderer springt ihm nach und rettet ihn. Gefragt, wie er die Entscheidung des Nachspringens getroffen habe, antwortet dieser, dass es für ihn keiner Entscheidung bedurfte, sondern die Lebensrettung eine Selbstverständlichkeit war. Für Viktor E. Frankl ist diese unbewusste Entscheidung eine Leistung – dass das Nachspringen für jemanden eine Selbstverständlichkeit ist - das ist die Leistung, dass es einer dahin bringt, dass

---

[99] Viktor E. Frankl: Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn. München 1985, S. 54.
[100] Viktor E. Frankl: Zeiten der Entscheidung. Freiburg 1996, S 32.
[101] Viktor E. Frankl: Zeiten der Entscheidung. Freiburg 1996, S 32.
[102] Viktor E. Frankl: Zeiten der Entscheidung. Freiburg 1996, S 33.

so etwas für ihn selbstverständlich ist. „So zeigt sich denn, daß jede selbstverständliche, unreflektierte und in diesem Sinne unbewußte Entscheidung das letzte Glied einer ganzen Kette von Entscheidungen vorstellt, wobei die jeweils erste Entscheidung, die Urentscheidung, die Vorentscheidung, mehr minder bewußt gewesen sein mag. Mit ihr jedoch, mit dieser Vorentscheidung, fielen die vielen, immer weniger bewußten Nachentscheidungen.“[103] Die Entscheidungen wurden immer weniger wissentliche, trotzdem blieben sie willentliche, waren sie freiwillige Entscheidungen. Sofern der Mensch jeweils „sich“ entscheidet, jede Entscheidung Selbstentscheidung ist, gilt dies von der Vorentscheidung erst recht. Für Viktor E. Frankl wird aus dem immer wieder Gutes-tun schließlich das Gut-sein.[104]

Dass dieses Phänomen bis heute nicht an Brisanz verloren hat, beweisen die Forschungen zum Thema „Bauchentscheidung“ bzw. „Intuition.“ Es gibt sehr viele unterschiedliche Herangehensweisen und Auslegungen des Begriffs Intuition, sagen die Entscheidungsforscher Gerd Gigerenzer und Wolfgang Gaissmaier vom Max-Planck-Institut für Bildungsforschung in Berlin. Für sie ist eines der zentralen Merkmale einer solchen „Eingebung“, dass das Urteil und die sich daraus ergebende Entscheidung schnell getroffen werden. Und obwohl dieses Urteil stark genug ist, um danach zu handeln, muss der Person nicht unbedingt bewusst sein, wie sie dazu gekommen ist. [105]

Freiheit der Einstellung

Für Viktor E. Frankl schließt die Freiheit des Menschen dessen Freiheit in sich ein, zu sich selbst Stellung zu nehmen, sich selbst gegenüberzutreten und sich zu diesem Zwecke von sich selbst zu distanzieren. Die Fähigkeit zur Selbst-Distanzierung ist laut Viktor E. Frankl vor allem deshalb wichtig, um gegenüber Gefühlen, wie z. B Angst, Stellung nehmen zu können. Es kommt nicht auf die Gefühle - sondern auf die Einstellung zu ihnen an - diese Einstellung ist jedoch eine jeweils frei gewählte.[106]

---

[103] Viktor E. Frankl: Zeiten der Entscheidung. Freiburg 1996, S 35.
[104] Vgl. Viktor E. Frankl: Zeiten der Entscheidung. Freiburg 1996, S 34ff.
[105] Vgl. Benjamin Libet, University of California in San Francisco in GEO Nr. 11/00. http://www.geo.de/GEO/mensch/medizin/683.html (2.2. 2012).
[106] Vgl. Viktor E. Frankl: Zeiten der Entscheidung. Freiburg 1996, S 36.

2.3.4.1 Schicksal und Trotzmacht des Geistes

Zum Schicksalhaften gehört, was sich der Freiheit des Menschen entgegenstellt, sowohl des Schicksalhaften im Menschen als auch des Schicksalhaften im Umfeld des Menschen.[107]

Die Auflehnung gegen das Schicksal ist für Viktor E. Frankl sinnlos, da jeder einzelne Mensch in der Welt mit seinem Schicksal sozusagen alleine da steht, und sein Schicksal sich nicht wiederholt. Niemand hat die gleichen Möglichkeiten wie er, er selbst hat sie nie wieder. „Was ihm widerfährt an Gelegenheiten zur schaffenden oder erlebenden Wertverwirklichung, was ihm eigentlich an Schicksalhaftem begegnet – was er also nicht ändern kann, sondern im Sinn von Einstellungswerten tragen muß – all dies ist einzigartig und einmalig.“[108] Daher ist die Frage nach der Möglichkeit eines anderen Schicksals in sich unmöglich, widerspruchsvoll und sinnlos. Daher gehören der Mensch und sein Schicksal unzertrennlich zusammen. Viktor E. Frankl formuliert darüber hinaus, „Das Schicksal gehört zum Menschen wie der Boden, an den ihn die Schwerkraft fesselt, ohne die aber das Gehen unmöglich wäre. Zu unserem Schicksal haben wir zu stehen wie zu dem Boden auf dem wir stehen – ein Boden, der das Sprungbrett für unsere Freiheit ist. Freiheit ohne Schicksal ist unmöglich; Freiheit kann nur die Freiheit gegenüber einem Schicksal sein, ein freies Sich-verhalten zum Schicksal.“[109] Zwar ist der Mensch frei, findet sich aber in einer Fülle von Bindungen auf die er angewiesen ist.[110] Diese Angewiesenheit bedeutet aber keine Abhängigkeit. „Der Boden, auf dem der Mensch geht, wird im Gehen jeweils auch schon transzendiert und ist ihm Boden letztendlich eben nur soweit, als er transzendiert wird, Absprungbasis ist. Wollte man den Menschen definieren, dann müßte man ihn bestimmen als jenes Wesen, das sich je auch schon frei macht von dem, wodurch es bestimmt ist [als biologisch-psychologisch-soziologischer Typus bestimmt ist]; jenes Wesen also, das alle diese Bestimmtheiten transzendiert, indem es sie überwindet oder gestaltet, aber auch noch während es sich ihnen unterwirft.“[111]

---

[107] Vgl. Viktor E. Frankl: Der Wille zum Sinn. Bern 1978, S. 92.
[108] Viktor E. Frankl: Ärztliche Seelsorge. München 1975, S. 92.
[109] Viktor E. Frankl: Ärztliche Seelsorge. München 1975, S. 92.
[110] Vgl. Viktor E. Frankl: Ärztliche Seelsorge. München 1975, S. 96.
[111] Viktor E. Frankl: Ärztliche Seelsorge. München 1975, S. 92.

Biologisches Schicksal

Biologisches Schicksal ist die Anlage des Menschen. Die Anlagen des Menschen stellen die biologischen Dispositionen in ihm dar, was der Mensch als familiäre Disposition mitbekommt als auch im Sinne charakterlogischer Neigungen. Wie Viktor E. Frankl beschreibt, gelingt es den Menschen immer wieder, sich ihrem Schicksal entgegenzustellen. Ein ganzes Menschenleben kann unter dem Zeichen des Trotzes gegen ein schicksalhaftes biologisches Handikap stehen.[112] „Alle Anlagen im Menschen sind zwar schicksalhaft und entziehen sich als solche von vornherein seiner Freiheit und Verantwortlichkeit; aber an sich sind sie durchaus noch werteneutral und ambivalent. Sie sind bloße Möglichkeiten – deren Verwirklichung erst durch eine Art personaler Entscheidung erfolgt.“[113] Erst diese Entscheidung macht aus der ursprünglichen und eigentlich neutralen Disposition einen Wert oder Unwert, eine Tugend oder ein Laster.[114]

Psychologisches Schicksal

Das psychologische Schicksal beschreibt die psychischen Probleme, wo sich das Seelische der menschlichen Freiheit entgegenstellt. Hier beschreibt Viktor E. Frankl, dass die geistige Einstellung des Menschen auch gegenüber dem seelischen Schicksal einen freien Spielraum hat.

Bei Sigmund Freud ist das psychologische Schicksal im Menschen das „Es“, das sich wesenhaft dem „Ich“ und seiner Freiheit widersetzt - „es treibt“.

Viktor E. Frankl setzt der Konzeption vom menschlichen Sein der Psychoanalyse entgegen, dass nicht von einem Getrieben-sein auszugehen ist, sondern auf Grund eben der wesenhaften Freiheit des Menschen vom menschlichen Sein als einem „entscheidenden Sein“, wie Karl Jaspers es bezeichnet. [115] „Wobei das Verhältnis zwischen Freiheit und Verantwortlichkeit sich darin kundgibt, daß die Freiheit nicht nur Freiheit-von ist, sondern zugleich Freiheit-zu, und die Übernahme von Verantwortung eben das ausmacht, ‚wozu’ der Mensch frei ist“.[116] Für Viktor E. Frankl ergibt sich daraus, wie bereits beschrieben, dass dem Getriebensein in der Psychoanalyse eine Analyse des

[112] Vgl. Viktor E. Frankl: Ärztliche Seelsorge. München 1975, S. 96.
[113] Viktor E. Frankl: Der Wille zum Sinn. Bern 1978, S. 96.
[114] Vgl. Viktor E. Frankl: Der Wille zum Sinn. Bern 1978, S. 96.
[115] Vgl. Viktor E. Frankl: Der Wille zum Sinn. Bern 1978, S. 101.
[116] Viktor E. Frankl: Der Wille zum Sinn. Bern 1978, S. 101.

Menschseins auf Verantwortlichsein entgegenzustellen ist, die Existenzanalyse als Analyse des menschlichen Daseins.[117]

Soziologisches Schicksal

Soziologisches Schicksal ist der soziale Zusammenhang des Menschen innerhalb der Gesellschaft.[118] Das Schicksalhafte im Umfeld nennt Viktor E. Frankl die ökonomische Situation des Menschen. Die Frage ist nun, ob der sozialen Umwelt eine charakterprägende Macht zukommt, sodass der Mensch von ihr abhängig ist und psychisch beeinflusst oder beherrscht wird. Viktor E. Frankl stellt fest, dass trotz gleichem sozialen Umfeld im Konzentrationslager sich Menschen einer scheinbar zwangsläufigen Charakterentwicklung entziehen konnten. Der Mensch hat die Freiheit sich so oder so zum Schicksal einzustellen.[119]

Viktor E. Frankl verweist also darauf, dass der Mensch nicht schicksalhaft abhängig von Vererbung, Erziehung, Anlage oder Umweilt ist und somit auch nicht vom biologischen, psychologischen und soziologischen Schicksal, da das menschliche Dasein ansonst verkannt wird. „Denn Menschsein im eigentlichen Sinn fängt ja dort überhaupt erst an, wo der Mensch über alle Bedingtheit irgendwie schon hinaus ist, und zwar kraft dessen, was ich die Trotzmacht des Geistes zu nennen pflege.“[120] Viktor E. Frankl merkt dazu an, dass der Mensch keineswegs von dieser Trotzmacht unentwegt Gebrauch machen muss. „[…] denn mindestens ebensooft wie trotz seines Erbes, trotz seiner Umwelt und trotz seiner Triebe behauptet sich der Mensch ja auch dank seines Erbes, dank seiner Umwelt und kraft seiner Triebe […].[121]

Der freie Wille und sinnorientiertes Handeln im Lichte der gesellschaftlichen und wissenschaftlichen Entwicklung

Die gesellschaftliche Entwicklung, wie Viktor E. Frankl sie als Ergebnis der wissenschaftlichen und wirtschaftlichen Entwicklung seiner Zeit beschrieben hat, hat sich aus meiner Sicht weiter in eine Richtung entwickelt, die umso

---

[117] Vgl. Viktor E. Frankl: Der Wille zum Sinn. Bern 1978, S. 101.
[118] Vgl. Viktor E. Frankl: Ärztliche Seelsorge. München 1975, S. 96.
[119] Vgl. Viktor E. Frankl: Der Wille zum Sinn. Bern 1978, S. 93.
[120] Viktor E. Frankl: Psychotherapie für den Alltag. Freiburg 1992, S. 127.
[121] Viktor E. Frankl: Psychotherapie für den Alltag. Freiburg 1992, S. 127.

mehr eine Haltung wie Viktor E. Frankl sie beschrieben hat erfordern würde. Die wirtschaftliche Entwicklung hat den Freiraum des Menschen weiter eingeschränkt, aber auch die wissenschaftliche Entwicklung stellt die Menschen vor neue Fragen. So hat die Entwicklung in der Hirnforschung der letzten Jahre begonnen, den freien Willen wie Viktor E. Frankl ihn beschreibt, in Frage zu stellen. Dieser Bereich der Forschung ist einem ständigen Wandel unterzogen, der mit Zunahme der technischen Möglichkeiten eine endgültige Aussage erst zu einem späteren Zeitpunkt erlauben wird. Aus den bisherigen Erkenntnissen kann abgeleitet werden, dass das „Schicksal“ des Menschen sein Denken und Handeln beeinflusst, aber letztendlich die Handlung von ihm als Mensch getroffen wird.

Hubert Christian Ehalt verweist auf veränderte Bedingungen, die in den letzten Jahrzehnten eine werte- und sinnorientierte Handlung erschweren. Der handelnde Mensch muss unter dem Druck der Verhältnisse karriereorientiert, machtbewusst, hierarchie- und konkurrenzbezogen, opportunistisch und angepasst agieren, der Selektionsmechanismus im Sinne eines Sozialdarwinismus wird in Frage gestellt. Verursacht wird die Änderung der Handlungsorientierung des Menschen in der aktuellen Gesellschaft durch eine neoliberale Neuordnung der Welt in Hinblick auf eine zweckrationale Perspektive.[122] „Für die Erkenntnis, dass Menschen mit Problemen, Bedürfnissen und Gefühlen hinter diesen sozialingenieurmäßig anmutenden Begriffen stehen, ist in immer mehr Arbeitswelten immer weniger Raum.“[123] Daher wären therapeutische Gespräche, wie sie Viktor E. Frankl gefordert hat, wichtiger denn je.

Am Anfang des 21. Jahrhunderts haben die Naturwissenschaften begonnen, das Bild der freien Individuen, die nicht nur zweckorientiert sich für links oder rechts, sondern auch wertorientiert für gut oder böse entscheiden, in Frage gestellt. Vor allem Vertreter der Neurophysiologie versuchen zu zeigen, dass es die basale Ebene der Handlungsabläufe nicht gibt, schon gar nicht in

[122] Vgl. Hubert Christian Ehalt, Vorwort. In: Kriz, Jürgen; Deecke, Lüder: Sinnorientiertes Wollen und Handeln zwischen Hirnphysiologie und kultureller Gestaltungsleistung. Wien 2007, S. 13.

[123] Hubert Christian Ehalt, Vorwort. In: Kriz, Jürgen; Deecke, Lüder: Sinnorientiertes Wollen und Handeln zwischen Hirnphysiologie und kultureller Gestaltungsleistung. Wien 2007, S. 13.

umfassenden Handlungsketten.[124] Zum Beispiel haben Forschungen des Max-Planck-Instituts für Kognitions- und Neurowissenschaften in Leipzig ergeben, dass in psychologischen Experimenten, bei denen Entscheidungen von Versuchspersonen abverlangt wurden, durch die Messung der Hirnaktivität mit Kernspintomographen die Entscheidungen vorausgesagt werden konnten. Allerdings haben die Forscher eingeräumt, dass sie einen endgültigen Beweis gegen die Existenz eines freien Willens nicht sehen. Entscheidungen werden im Gehirn zwar unbewusst vorbereitet, wo sie endgültig getroffen werden, wissen sie noch nicht. Vor allem sei noch nicht klar, ob man sich entgegen einer angebahnten Entscheidung des Gehirns auch anders entscheiden kann.[125]

Die Eigenschaften eines Ganzen (Person) darf man nicht mit einem seiner Teile (Gehirn) vergleichen. Es erinnert sich, will oder sieht nicht das Gehirn, sondern der ganze Mensch. Derzeit hilft die Hirnforschung noch nicht, die psychischen Vorgänge wie Motivation, Emotion oder Denken zu verstehen, sondern deren hirnfunktionelle Voraussetzungen zu finden. Zwar können von der klinischen Hirnforschung Funktionsverluste in kausalen neurologischen Theorien erklärt werden, wie jedoch bestimmte Funktionen im Gehirn entstehen ist bisher unzugänglich.[126]

Bevor eine Entscheidung aus dem emotionalen Urgrund der Seele emportaucht, hat das Gehirn Myriaden von Daten zu verarbeiten. Nicht die „intermediären Zustände“ sondern erst die Endresultate werden zum Bewusstsein gebracht. Wie bei einem Eisberg schaut in das helle Licht des Bewusstseins nur die Spitze der Hirntätigkeit. Es wird also von den Deterministen der Fehler gemacht, dass sie den freien Willen an das Bewusstsein koppeln. Für die Neurologen ist allerdings klar, dass fast alle Prozesse im Gehirn unbewusst ablaufen. Für Lüder Deecke ist der

---

[124] Vgl. Hubert Christian Ehalt, Vorwort. In: Kriz, Jürgen; Deecke, Lüder: Sinnorientiertes Wollen und Handeln zwischen Hirnphysiologie und kultureller Gestaltungsleistung. Wien 2007, S. 13.

[125] Vgl. Stern 14.4.2008: Hirnforschung. Freier Wille - eine Illusion? http://www.stern.de/wissen/mensch/hirnforschung-freier-wille-eine-illusion-617174.html. (15.2.2012).

[126] Vgl. Christian Hoppe: Homepage der Bundeszentrale für politische Bildung. http://www.bpb.de/veranstaltungen/LQC5VK,0,0,Thesenpapier.html (10.1.2012).

hirnphysiologische Wille in unserem Hirn fest angelegt, der in der Entwicklung, so wie andere Funktionen, erst reifen muss, so wie das Kind vom Es zum Ich reift. In dieser Metamorphose reift auch der Wille, wobei auch der Unwille („ich will nicht“) nicht zu kurz kommen darf.[127]

2.3.5 Logotherapie

Die Logotherapie will zur Auffüllung der inneren Leere als eine Therapie vom Logos (abgeleitet vom griechischen logos = der Sinn) her beitragen. Logos bedeutet aber nicht nur den Sinn, sondern auch das Geistige, die den Menschen auszeichnende Dimension, der in der Logotherapie nachgegangen wird.[128]

Die Logotherapie steigt in eine höhere Dimension des Menschseins ein, da sie die Ebene der biologischen Anlagen, der psychologischen Konditionierung und sozialen Vernetzung übersteigt und sich den geistigen Nöten des Menschen stellt. Die geistigen Nöte des Menschen liegen darin, dass er wissen will wozu er da ist, wofür er gut ist und was es mit seiner Existenz auf sich hat. Damit überhöht die Logotherapie auch die Befunde anderer psychotherapeutischer Schulen (z.B. die Psychoanalyse oder Individualpsychologie), ohne sie aber zu tilgen. Sie fügt nur Wesentliches hinzu und will nicht Negation sondern Synthese sein.[129]

Grundthese der Logotherapie ist: „So hört denn das Leben buchstäblich bis zu seinem letzten Augenblick, bis zu unserem letzten Atemzug, nicht auf, Sinn zu haben.“[130] Diese Grundthese wurde von einer Reihe methodisch sauberer Forschungsprojekte längst erhärtet. Es habe sich herausgestellt, dass „[…] sich im Leben Sinn finden läßt grundsätzlich unabhängig von der Geschlechtszugehörigkeit eines Menschen und von seinem Alter, von seinem Intelligenzquotienten und von seinem Bildungsgrad, von seiner Charakterstruktur und von seiner Umgebung, und schließlich hat sich nachweisen lassen, daß der Mensch Sinn finden kann unabhängig davon, ob

---

[127] Vgl. Lüder Deecke: „Freies Wollen und Handeln aus neurophysiologischer Sicht“. In: Kriz, Jürgen; Deecke, Lüder: Sinnorientiertes Wollen und Handeln zwischen Hirnphysiologie und kultureller Gestaltungsleistung. Wien 2007, S. 82f.

[128] Vgl. Viktor E. Frankl: Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. München 1990, S. 36.

[129] Vgl. Viktor E. Frankl: „Aus der Vorlesung von Viktor E. Frankl, gehalten im Sommersemester 1968 an der Universität Wien“. In: Fabry, Joseph; Lukas, Elisabeth (Hg.): Auf den Spuren des Logos. Berlin-München 1995, S. 9.

[130] Viktor E. Frankl: Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn. München 1985, S. 47.

er religiös ist oder nicht, und für den Fall, daß er religiös ist, wieder unabhängig davon, welcher Konfession auch immer er angehören mag.“[131]

Im Rahmen des von der Logotherapie entwickelten Personenbegriffs wird jeder Mensch, als ein im ganzen Kosmos einmaliges und einzigartiges Wesen in leib-seelisch-geistiger Einheit und Integrität verstanden.[132]
Logotherapie ist die Abwendung vom bloß Logischen hin zur Zuwendung zum Existentiellen und gekennzeichnet durch die Anwendung der Logik auf die konkrete und persönliche Existenz.
Für den einzelnen bedeutet das, dass sich jeder auf die Einmaligkeit und Einzigartigkeit berufen darf oder kann. Es darf nicht nur heißen „man“ stirbt, sondern der Denker dieses Gedankens wird sterben müssen. Der Todesgedanke wird also auf das eigene Selbst gedacht. Durch diese Rückbeziehung wird das Subjekt in den objektiven Sachverhalt miteinbezogen.[133]

2.3.5.1 Anwendung der drei Wertkategorien

Die Therapeuten der Logotherapie gehen nicht moralistisch sondern phänomenologisch vor, indem keine Werturteile über Tatsachen, sondern Tatsachenfeststellungen über das Werterleben des Menschen gemacht werden. Es wird davon ausgegangen, dass der Mensch weiß, „[…] was für eine Bewandtnis es hat mit dem Sinn des Lebens, der Arbeit, der Liebe, und, last but not least, des tapfer durchgestandenen Leidens.“[134] Für Viktor E. Frankl sieht der Mensch weiters, dass er Sinn darin findet, etwas zu erleben, jemanden zu lieben, aber er sieht unter Umständen auch noch in hoffnungslosen Situationen einen Sinn. Es komme auf die Haltung und Einstellung an, mit der wir unvermeidlichem und unabänderlichem Schicksal begegnen. Viktor E. Frankl leitet daraus die drei Wertkategorien „schöpferische Werte“, „Erlebniswerte“ und „Einstellungswerte“ ab, wobei er durch eine

---

[131] Viktor E. Frankl: Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn. München 1985, S. 47f.
[132] Vgl. Viktor E. Frankl: „Aus der Vorlesung von Viktor E. Frankl, gehalten im Sommersemester 1968 an der Universität Wien“. In: Fabry, Joseph; Lukas, Elisabeth (Hg.): Auf den Spuren des Logos. Berlin-München 1995, S. 10.
[133] Vgl. Viktor E. Frankl: Zeiten der Entscheidung. Freiburg 1996, S 18f.
[134] Viktor E. Frankl: Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. München 1990, S. 23.

Befragung bewiesen hat, dass die Einstellungswerte einen höheren Stellenwert als die beiden anderen haben.[135]

2.3.5.2 Anwendung der Logotherapie

Die Anwendung der Logotherapie als „Anwendung auf die Psychiatrie“ heißt in erster Linie Behandlung von Neurosen, die sich in Form von „Hyperreflexion“ und „Hyperintention“ als Fehlhaltungen bei Patienten zeigen. Sie entstehen aus lebensgeschichtlichen Traumen und sind keine seelische Verstimmung, sondern Symptom dafür, dass sich der Patient nicht als Täter seiner Taten, sondern als Opfer fremder Taten erlebt.

Die Hyperreflexion als Überschätzung der Gewichtung von kleinen Unannehmlichkeiten, die oft auf einer überzogenen Selbstbeobachtung und eingeengter Selbsttranszendenz basiert, geht auf eine verminderte Fähigkeit über sich selbst hinauszuschauen und hinauszureichen, oder in die Welt kreativ hineinzulangen, zurück.

Die Hyperintention ist das Erzwingenwollen von kleinen Annehmlichkeiten, die sich gerade wegen dieser verkrampften Glücksstrebigkeit nicht einstellen, verbunden mit dem Fürchten um das eigene Ich, dass durch das Nichterreichen der angestrebten Annehmlichkeiten (Lust, Erfolg, Anerkennung, Zuwendung), ein unaushaltbarer Zustand eintreten könnte. Viktor E. Frankl erklärt diesen Zustand mit dem Mangel an Selbstdistanzierungskraft und dem fehlenden Lauschen auf das uns eingeborene „Sinn-Organ Gewissen“, welches auf Inhalte verweist, die jenseits von Lust- oder Unlustzuständen angesiedelt sind. [136]

Die Logotherapie ist - dank ihrer Strategien bei der Sinnsuche und Sinnfindung - spezifische Therapie der noogenen Neurosen und Depressionen, die durch ein „existentielles Vakuum“, ein jegliches Initiative lähmendes Sinnlosigkeitsgefühl, bedingt sind.

---

[135] Vgl. Viktor E. Frankl: Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. München 1990, S. 23f.

[136] Vgl. Viktor E. Frankl: „Aus der Vorlesung von Viktor E. Frankl, gehalten im Sommersemester 1968 an der Universität Wien“. In: Fabry, Joseph; Lukas, Elisabeth (Hg.): Auf den Spuren des Logos. Berlin-München 1995, S. 8.

Sie ist auch unspezifische Therapie bei allen psychogenen Neurosen und somatogenen (Pseudo-) Neurosen. Weiters ist die Logotherapie „Ärztliche Seelsorge“ indem sie ein Konzept zur Begleitung von Patienten in unheilbaren Leidenszuständen entwickelt. Hier geht es nicht um eine Krankheitsbehandlung, sondern um die Behandlung eines Menschen, der an seiner Krankheit, Behinderung oder Einsamkeit verzweifelt, der alt ist, Schmerzen hat oder im Sterben liegt.[137] „Es geht darum, ihm seine unverlierbare Würde und den unabdingbaren Sinn seines gelebten Lebens ins Bewußtsein zu rufen und ihn erschauen zu lassen, was die gelungene Ernte seines Daseins ist. Schließlich ist die Logotherapie auch eine Therapie kollektiver Neurosen, also von Neurosen im übertragenen Sinne, […] wie Massenneurosen der Gegenwart.“ [138]

[137] Vgl. Viktor E. Frankl: „Aus der Vorlesung von Viktor E. Frankl, gehalten im Sommersemester 1968 an der Universität Wien“. In: Fabry, Joseph; Lukas, Elisabeth (Hg.): Auf den Spuren des Logos. Berlin-München 1995, S. 9f.

[138] Viktor E. Frankl: „Aus der Vorlesung von Viktor E. Frankl, gehalten im Sommersemester 1968 an der Universität Wien“. In: Fabry, Joseph; Lukas, Elisabeth (Hg.): Auf den Spuren des Logos. Berlin-München 1995, S. 10.

2.4 Sinn bei Viktor E. Frankl

Wie im Kapitel Existenzanalyse beschrieben, stellt die Existenzanalyse die Sinnorientiertheit und die Wertstrebigkeit des Menschen in den Vordergrund. Da die Sinnfrage – insbesondere im Alter – im Zusammenhang mit der Lehre Viktor E. Frankls untersucht wird, wird zunächst der Sinnbegriff von Viktor E. Frankl ausführlich herausgearbeitet.

2.4.1 Sinnfrage - Sinnzweifel

„Nicht für jeden Menschen ist ‚Sinn' eine Thema das ihm bewusst ist. Wer von Sinn erfüllt ist, dem stellt sich die Frage nicht […]. Nicht dass Sinn für ihn keine Relevanz hätte – lediglich die Suche nach Sinn ist kein Problem, wenn man ihn gefunden hat."[139] Die Sinnfrage und damit Sinnzweifel entstehen nie beiläufig, sondern sind Ursache einer existentiellen Orientierungskrise. Ein Fehlen der Richtung, die das eigene Dasein nehmen soll, kann aber nicht als eine Schwäche des Menschen gesehen werden, sondern nach Sinn zu fragen, ist vielmehr ein Kennzeichen des Menschlichen im Menschen, wie Viktor E. Frankl immer wieder betont. [140] Wir sind auf ein Verstehen unseres Daseins angewiesen, „brauchen ‚Sinn' gleichsam als ‚Information zweiter Ebene' jenseits des Faktischen, um unseren Ort im Schnittpunkt von Faktischem und Möglichem, von Vergehen und Entstehen, von Selbstsein und Andersheit zu finden."[141]

2.4.2 Ursachen für existentielle Orientierungskrisen

Konsumgesellschaft und Wohlfahrtsstaat

Aber auch das soziale Umfeld und der Zeitgeist können zu einem Problem der Sinnfindung werden.

Nach Viktor E. Frankl haben die Ideen der Aufklärung Mitte des 18. Jahrhunderts, die vor allem die Philosophen wie Kant, Montesquieu, Rousseau oder Voltaire formuliert haben, die Menschen mit der Hoffnung erfüllt, einem

---

[139] Alfried Längle: Wenn der Sinn zur Frage wird… . Wien 2002, S. 19.
[140] Anmerkung: Alfried Längle verweist auf ein empirisches Ergebnis einer Untersuchung in Wien von Tusch et al. (2000/2001), bei der nur 11 % der Menschen angeben, dass für sie die Sinnfrage keine Rolle spielt.
[141] Alfried Längle: Wenn der Sinn zur Frage wird… . Wien 2002, S. 11.

Zeitalter der Freiheit, Gleichheit und Brüderlichkeit entgegenzugehen. Die Kritik und der Fall des Feudalismus und die erhoffte Abschaffung der sozialen Ungerechtigkeit - zunächst als theoretisches Konzept - gab ihrem Leben Sinn. (Angemerkt wird, dass auch vor der Aufklärung im sozialen Handlungs- und Beziehungsnetz Sinn zu finden war, genauso wie in Staaten, in denen sich die Aufklärung nicht so entfalten konnte.)[142]

In der heutigen Ausrichtung seines Lebens ist der Mensch durch den Verlust der Instinktsicherheit und der immer mehr fehlenden Traditionen (aus Religion, Verhalten in der Sippe, ethische Regeln, usw.) vermehrt auf sich selbst angewiesen. Diese Eigenverantwortung betreffen das eigene Fühlen, Wahrnehmen, Entscheiden und Verantworten und auch die Schaffung von persönlichen Beziehungen. Eine daraus resultierende existentielle Überforderung ist die Folge dieser hohen Anforderungen an den Menschen.[143]

Für Viktor E. Frankl ist der heutige Mensch ein Produkt von sozio-ökonomischen und psychodynamischen Bedingungen und stellt sich als Opfer der Verhältnisse hin, während er in Wirklichkeit der Schöpfer der Verhältnisse ist. [144]

Dass sich der Mensch auf die Suche nach dem Sinn begibt liegt für Viktor E. Frankl darin begründet, dass der Wohlfahrtsstaat bzw. die Wohlfahrtsgesellschaft praktisch alle Bedürfnisse des Menschen befriedigen kann. Darüber hinaus werden einzelne Bedürfnisse erst durch die Konsumgesellschaft erzeugt. Allerdings geht ein Bedürfnis, nämlich das Sinnbedürfnis dabei leer aus. Dieses Sinnbedürfnis ist ein dem Mensch inne wohnendes Bedürfnis, um im Leben oder in einzelnen Lebenssituationen einen Sinn zu finden. [145] Viktor E. Frankl nennt dies den „Willen zum Sinn“.[146] Die kollektiven Sinnkrisen haben ihre Ursache laut Alfried Längle in der Zunahme

---

[142] Vgl. Hubert Christian Ehalt, Vorwort. In: Kriz, Jürgen; Deecke, Lüder: Sinnorientiertes Wollen und Handeln zwischen Hirnphysiologie und kultureller Gestaltungsleistung. Wien 2007, S. 11.

[143] Alfried Längle: Wenn der Sinn zur Frage wird… . Wien 2002, S. 15.

[144] Vgl. Viktor E. Frankl: Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn. München 1985, S. 14f.

[145] Vgl. Viktor E. Frankl: Logotherapie und Existenzanalyse. Texte aus sechs Jahrzehnten. München 1994, S. 261.

[146] Viktor E. Frankl: Logotherapie und Existenzanalyse. Texte aus sechs Jahrzehnten. München 1994, S. 261.

der Ich-Bezogenheit und Egozentrik in den 80er Jahren und einem Verfall des Gemeinsinns und einer Egoismus-Falle in den 90er Jahren.[147]

Der Wert des eigenen Daseins kann in solchen Lebensbezügen schwer erfahren werden. Die Befriedigung von Bedürfnissen reicht nicht aus eine Sinnperspektive auf eine lebenswerte Zukunft zu finden. Schon Viktor E. Frankl, aber auch neuerdings Peter Sloterdijk haben auf einen beginnenden Zynismus hingewiesen, der in einer solchen Risikogesellschaft das Sinndefizit belegt. Die Postmoderne der letzten Jahrzehnte hat bewirkt, dass die existenzphilosophische Position in den Hintergrund geraten ist. Es ist eine Frage der Zeit bis der Einzelne und seine Entscheidungen wieder entdeckt werden, und ein notwendiges Gegengewicht zum neoliberalen Nützlichkeits- und Brauchbarkeitsdenken geschaffen wird.

Alfried Längle beschreibt aber auch die Vorteile der Lockerung der Bindungszusammenhänge zur Außenwelt, aber auch zur Innenwelt des Einzelnen. Es gibt eine nie gekannte Offenheit sich zu outen, sich der Öffentlichkeit mitzuteilen, und es gibt ein neues Verständnis für Opfer einer schon immer vorhandenen Gewalt.[148] Auch Viktor E. Frankl hat selbst sexuelle Übergriffe seines Kindermädchens erlebt und darüber geschrieben.[149]

Arbeitslosigkeit

Viktor E. Frankl sieht neben dem Hunger nach Nahrung auch einen Hunger nach dem Sinn. Er führt insbesondere Beispiele von Jugendlichen an, die einerseits trotz der Sättigung an Lebensstandard nach dem Sinn des Lebens suchen, andererseits auf Grund der Arbeitslosigkeit ein Sinnlosigkeitsgefühl empfinden. Für beide Fälle gilt, dass die Jugend nichts mehr hat, wofür es sich zu leben lohnt. Auch der Wohlfahrtsstaat ist nicht in der Lage, trotz eines sozialen Sicherheitsnetzes, die seelische Not aufzufangen und das Sinnlosigkeitsgefühl zu verhindern.[150]

2.4.3 Der Sinn des Lebens bei Viktor E. Frankl

Viktor E. Frankl hat zwei Grundfragen im Sinne einer philosophischen Analyse der Psychiatrie entwickelt.

---

[147] Vgl. Alfried Längle: Wenn der Sinn zur Frage wird… . Wien 2002, S. 33f.
[148] Vgl. Alfried Längle: Wenn der Sinn zur Frage wird… . Wien 2002, S. 34ff.
[149] Vgl. Viktor E. Frankl: Was nicht in meinen Büchern steht. München 1995, S. 10f.
[150] Vgl. Viktor E. Frankl: Zeiten der Entscheidung. Freiburg 1996, S. 23ff.

Erstens darf nach dem Sinn des Lebens nicht gefragt werden, „[…] da wir selbst es sind, die da befragt werden: Wir sind es, die zu antworten haben auf die Fragen, die und das Leben stellt. Und diese Lebensfragen können wir nur beantworten, indem wir unser Dasein selbst verantworten.“[151]

Zweitens besagt der andere Grundgedanke, dass der „letzte“ Sinn über unser Fassungsvermögen hinausgeht, hinausgehen muss. Viktor E. Frankl bezeichnet das als den Übersinn, meint aber damit nicht Übersinnliches. An diesen Übersinn kann der Mensch nur glauben, bzw. muss an ihn glauben. Dieser Glaube ist bewusst oder unbewusst und in jedem von uns vorhanden.[152]

2.4.3.1 Die Frage nach dem Sinn des Lebens

Diese Frage – als allgemeine Frage gestellt – ist dem Grunde nach nicht beantwortbar. Viktor E. Frankl begründet das damit, dass die Frage nicht nur von Stunde zu Stunde wechselt, in der wir den Sinn des Augenblicks verwirklichen können, sondern die Frage wechselt auch von Mensch zu Mensch. Die Frage nach dem Sinn des Lebens ist daher für jeden einzelnen durchaus verschieden, wenn sie nicht konkret auf das Hier und Jetzt bezogen, gestellt wird.

Wenn also die Frage nach dem Sinn des Lebens auf die momentanen Lebensumstände zu reflektieren ist, ist in der Folge der Lebensumstand zu definieren, was Viktor E. Frankl so interpretiert, dass das Leben es ist, das Fragen stellt, Fragen an uns richtet und wir die Befragten werden. Wir sind also die, die ständig auf die Fragen des Lebens zu antworten haben, auf die „Lebensfragen“. Leben heißt also nichts anderes als „Befragt-sein“ und all unser Sinn ist antworten, und nach Viktor E. Frankl in Ver-antworten des Lebens. [153] „In dieser Denkposition kann uns aber jetzt auch nichts mehr schrecken, keine Zukunft, keine scheinbare Zukunftslosigkeit. Denn nun ist die Gegenwart alles, denn sie birgt die ewig neue Frage des Lebens an uns.“[154] Im Augenblick kommt es nur darauf an, was das Leben von uns erwartet. „Was jedoch in der Zukunft auf uns wartet, brauchen wir ebenso wenig zu wissen, wie wir es wissen können.“[155]

---

[151] Viktor E. Frankl: Was nicht in meinen Büchern steht. München 1995, S. 36.
[152] Vgl. Viktor E. Frankl: Was nicht in meinen Büchern steht. München 1995, S. 36f.
[153] Vgl. Viktor E. Frankl: Zeiten der Entscheidung. Freiburg 1996, S 21f.
[154] Viktor E. Frankl: Zeiten der Entscheidung. Freiburg 1996, S 22f.
[155] Viktor E. Frankl: Zeiten der Entscheidung. Freiburg 1996, S 23.

2.4.3.2 Sinnerfüllung

Viktor E. Frankl ist der Ansicht, dass der Mensch niemals „ist“ sondern immer erst „wird“. Er ist niemals einer, der von sich sagen dürfte ich bin, der ich bin, sondern ich bin, der ich werde, oder ich werde, der ich bin.[156] Demnach ist der Sinn des menschlichen Seins nicht sein Wesen, das Wesen des Menschen das er zu realisieren, zu repräsentieren hätte, sondern worum es geht, „ist die Realisierung der jedem einzelnen Menschen vorgehaltenen Wertmöglichkeit. Das ‚Werde, der du bist’ bedeutet nicht nur: Werde, der du sein kannst und sein sollst – sondern auch: Werde, der einzig und allein du sein kannst und sein sollst.“[157]

Das Problem, dass das Principium individuationis jedem Wesen eine Mehrzahl von Existenzen, von Realisierungen der Idee, zuordnet, wird für Viktor E. Frankl vom Menschen anscheinend überwunden. „Denn jedem menschlichen Dasein entspricht nur ein einziges, eben je sein Wesen: jede menschliche Existenz ist hinsichtlich ihrer essentia ausgesprochen exklusiv.“[158] Dadurch gelingt dem Menschen die Umkehrung des Principium individuationis. „Wenn nach alledem der Sinn des Lebens darin liegt, daß der Mensch je sein Wesen zum Sein bringt, dann versteht sich von selbst, daß der Sinn des Daseins immer nur ein konkreter sein kann […].“[159] Die Sinnerfüllung gilt nicht nur jeder einzelnen Person, sondern auch jeder persönlichen Situation. Dadurch ergibt sich für Viktor E. Frankl, dass antworten auf die Lebensfragen heißt, sie zu verantworten, die Antworten also tätigen. „Soweit es überhaupt möglich ist, nach dem Sinn zu fragen, muß nach dem Sinn einer konkreten Person und konkreten Situation gefragt werden. Sobald die Sinnfrage jedoch aufs Ganze geht, wird sie sinnlos.“[160]

---

[156] Vgl. Viktor E. Frankl: Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. München 1990, S. 316f.
[157] Viktor E. Frankl: Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. München 1990, S. 317.
[158] Viktor E. Frankl: Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. München 1990, S. 317.
[159] Viktor E. Frankl: Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. München 1990, S. 317f.
[160] Viktor E. Frankl: Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. München 1990, S. 318.

2.4.3.3 Übersinn

„Die Frage nach dem absoluten Sinn zu beantworten, ist der Mensch außerstande. Nicht nur den absoluten Sinn zu erfassen, ist der Mensch nicht imstande, sondern er vermag auch in keiner anderen Beziehung, das Absolute zu erkennen.“[161]

Die Sinnfrage scheitert also, wenn sie aufs Ganze geht, da das Ganze eo ipso nicht überschaubar ist. Der Sinn des Ganzen geht über unser Fassungsvermögen hinaus und ist nicht weiter aussagbar und angebbar – „es sei denn, im Sinne eines Grenzbegriffes, so zwar, daß wir sagen: Das Ganze hat einen Sinn – es hat einen Übersinn. ‚Übersinn’ hat aber nicht das geringste zu tun mit ‚übersinnlich’, sondern heißt soviel wie ‚übersinnvoll’. Den Übersinn zu denken, ist unmöglich; so ist es notwendig, ihn zu glauben.“[162] Der Sinn des Ganzen, der Übersinn ist unbeweisbar. Wenn ein Wahrscheinlichkeitsbeweis zulässig ist, indem wir erklären, dass das Meiste Sinn hat, so ist der Glaube daran, dass alles Sinn hat, wahrscheinlich ebenfalls sinnvoll. Der Unglaube an den Übersinn ist sinnlos, denn „Die Annahme, alles sei sinnlos, impliziert die andere: daß die eigene Existenz die einzige sinngebende [wenn auch in solcher Sinngebung scheiternde] Instanz, der einzige Sinnträger sei.“[163] „Es ist also nicht so, wie vielfach behauptet wird: daß es der Sinn unseres Lebens sei, die Sinnlosigkeit dieser Welt auf sich zu nehmen, […] es ist bloß so: Die Unüberschaubarkeit des Ganzen, die Uneinsehbarkeit der Sinnfülle dieses Ganzen, die Unbeweisbarkeit des Übersinns – dies auf sich zu nehmen, gehört zum Dasein wesentlich mit dazu.“[164] Viktor E. Frankl stellt fest, dass der Glaube an einen Übersinn nicht nur Sinn hat, sondern „der Glaube an einen Übersinn ist Sinn.“[165]

Die Existenz, als das einzige Sein das eine Sinnfrage überhaupt stellt, fragt nicht nur nach dem Sinn von Faktizität, sondern auch nach dem Sinn der eigenen Existentialität. „Sie fragt nicht nur nach dem Sinn konkreter Fakten,

---

[161] Viktor E. Frankl: Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. München 1990, S. 318.
[162] Viktor E. Frankl: Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. München 1990, S. 319.
[163] Viktor E. Frankl: Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. München 1990, S. 319.
[164] Viktor E. Frankl: Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. München 1990, S. 320.
[165] Viktor E. Frankl: Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. München 1990, S. 320.

sondern auch nach dem Sinn ihrer selbst, nach dem Sinn dieses ihren Seins, das allein die Sinnfrage stellt.“[166] Dadurch, dass die Sinnfrage nicht mehr konkret gestellt wird, wird diese rückbezüglich. Dies ist der Grund, woran die Sinnfrage scheitert, da sich nach dem Sinn der Sinnfrage nicht mehr sinnvoll fragen lässt. Für Viktor E. Frankl ist dies der Grund, dass die Existenz unmöglich den Sinn und den Grund ihres eigenen Seins finden kann. „Sobald die Sinnfrage aufs Ganze geht, scheitert sie deshalb, […] das Ganze keinen Sinn hat; es hat Übersinn. […] ‚im ganzen’ ist diese Welt, ist die Realität, sinnlos; ‚im Grunde’ hat aber auch unser Sein, hat Existenz, keinen Sinn - sie kann gar keinen Sinn haben: sie ist selber Sinn.“[167]

2.4.3.4 Gewissen als Sinnorgan

Viktor E. Frankl gibt „[…] eine Interpretation des Menschen. Eben als eines Wesens, das letztlich und eigentlich auf der Suche nach Sinn ist. Der Mensch ist immer schon ausgerichtet und hingeordnet auf etwas, das nicht wieder er selbst ist, […] Menschsein weist immer schon über sich selbst hinaus, und die Transzendenz ihrer selbst ist die Essenz menschlicher Existenz.“[168]

Was ist es nun, was dem Menschen in seiner Suche nach dem Sinn hilft?

Wenn es im Leben darauf ankommt, dass Sinn weder gegeben und erzeugt werden kann, sondern nur gefunden werden kann oder muss, ist Viktor E. Frankl der Ansicht, dass auf der Suche der Mensch durch das Gewissen, gleichermaßen einem Sinn-Organ, geleitet wird. Er geht davon aus, dass das Gewissen als Fähigkeit definiert werden kann, den einmaligen und einzigartigen Sinn, der in der jeweiligen Situation verborgen ist, aufzuspüren.[169] Für Viktor E. Frankl gehört somit das Gewissen zu den spezifisch menschlichen Phänomenen, mit dem der einmalige und einzigartige Sinn mit intuitiven Fähigkeiten aufgespürt werden kann.[170]

„Aber das Gewissen kann den Menschen auch irreführen. […] bis zum letzten Atemzug weiß der Mensch nicht, ob er wirklich den Sinn seines Lebens erfüllt

---

[166] Viktor E. Frankl: Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. München 1990, S. 320.
[167] Viktor E. Frankl: Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. München 1990, S. 321.
[168] Viktor E. Frankl: Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. München 1990, S.10.
[169] Vgl. Viktor E. Frankl: Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. München 1990, S.21.
[170] Vgl. Viktor E. Frankl: Ärztliche Seelsorge. München 1975, S. 56.

oder nicht vielmehr sich nur getäuscht hat […] ob das Sinn-Organ, unser Gewissen, nicht am Ende einer Sinn-Täuschung unterlegen ist […].“[171]

Das heißt aber auch, dass es für den Menschen ein Wagnis bedeutet, wenn er auf sein Gewissen hört. Allerdings enthebt ihn dies nicht von der Notwendigkeit einer Entscheidung. Er bleibt im Ungewissen, ob er den Sinn seines Lebens gefunden hat. Die Möglichkeit einer Sinn-Täuschung erfordert vom Menschen allerdings auch Demut, weil wir bis zuletzt nicht wissen werden, ob unser Gewissen oder etwa das Gewissen eines Anderen recht gehabt hat. Viktor E. Frankl meint damit insbesondere, dass wir dem Glauben anderer mit Toleranz und Respekt gegenübertreten müssen.

Wenn der Mensch einen Sinn nicht verstehen kann, muss er ihn deuten, wobei er dies jedoch nicht willkürlich tun kann.[172] Auf die Frage der Verantwortung für eine richtige Deutung antwortet Viktor E. Frankl: „Gibt es doch auf jede Frage nur eine Antwort, nämlich die richtige, für jedes Problem nur eine Lösung, nämlich die gültige, und in jedem Leben, in jeder Lebenslage nur einen Sinn, nämlich den wahren. [...] Und mag der Mensch auch noch sosehr auf sein Gewissen angewiesen sein, was den Sinn einer konkreten Situation anlangt, und mag er auch noch sosehr im Ungewissen sein [und bis zum letzten Atemzug bleiben], ob sein Gewissen in der konkreten Situation irrt, wie fakultativ alles Menschliche, oder nicht irrt, er muß das Risiko solchen Irrens auf sich nehmen und sich zu seiner Menschlichkeit, zu seiner Endlichkeit bekennen.“[173] Der Mensch muss sich also nach bestem Wissen und Gewissen entscheiden.

Es gibt Situationen in denen der Mensch vor eine Wertwahl gestellt ist, vor widersprüchliche Prinzipien. In einer solchen Situation darf die Wahl nicht willkürlich getroffen werden, er ist also wieder auf das Gewissen zurückgeworfen und auf dieses angewiesen. In der Situation muss er die Entscheidung frei und verantwortlich und nicht willkürlich treffen. Die Freiheit besteht einzig und allein darin, auf das Gewissen zu hören oder eben nicht.[174]

Daher ist die Schulung des Gewissens durch eine geeignete Erziehung von Bedeutung. Erst dann ist der Mensch imstande in der jeweiligen Situation die

---

[171] Viktor E. Frankl: Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. München 1990, S. 22.
[172] Vgl. Viktor E. Frankl: Ärztliche Seelsorge. München 1975, S. 56f.
[173] Viktor E. Frankl: Ärztliche Seelsorge. München 1975, S. 57f.
[174] Vgl. Viktor E. Frankl: Ärztliche Seelsorge. München 1975, S. 59.

innewohnende Forderung herauszuhören. Erst wenn er imstande ist den Anforderungen unserer Zeit so entgegenzutreten, dass er die Gebote interpretieren kann, wird er sein Leben sinnvoll erscheinen lassen. Dann ist er durch ein waches widerstandsfähiges Gewissen in der Lage dem Konformismus und Totalitarismus entgegenzutreten. Daher ist für Viktor E. Frankl die Erziehung auch eine Erziehung zur Verantwortung. Erst dadurch kann der Mensch entscheiden lernen, was Sinn hat und was nicht.[175]

2.4.4 Wertverwirklichung der menschlichen Existenz

2.4.4.1 Sinn-Universalien

Für Viktor E. Frankl ist das existentielle Vakuum auf Instinktverlust und auf den Traditionsverlust zurückzuführen. „Im Gegensatz zum Tier sagen dem Menschen keine Instinkte, was er muß; und dem Menschen von heute sagen keine Traditionen mehr, was er soll; und oft scheint er nicht mehr zu wissen, was er eigentlich will. Nur umso mehr ist er darauf aus, entweder nur das zu wollen, was die andern tun, oder nur das zu tun, was die andern wollen. In ersterem Falle haben wir es mit Konformismus zu tun, im letzteren mit Totalitarismus […].“[176]

Das Verlorengehen der Traditionen und das dadurch entstehende existentielle Vakuum verursacht beim Menschen keinen Verlust des Sinns, sondern den Verlust von Werten. Die Werte bedeuten Sinn-Universalien, die in den sich wiederholenden Situationen vorhanden sind, während der Sinn etwas Einmaliges und Einzigartiges ist. Daher kann das Leben auch dann sinnvoll bleiben, wenn kein einziger allgemeiner Wert mehr übrig bleibt.[177]

Sinn-Universalien nennt Viktor E. Frankl „[…] diese umfassenden Sinnmöglichkeiten […] die Werte genannt werden. Die Erleichterung, die der Mensch erfährt von mehr oder weniger allgemein geltenden Werten, moralischen und ethischen Prinzipien, wie sie sich im Rahmen der menschlichen Gesellschaft im Laufe von deren Geschichte herauskristallisieren

---

[175] Vgl. Viktor E. Frankl: Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. München 1990, S. 22f.
[176] Viktor E. Frankl: Psychotherapie für den Alltag. Freiburg 1992, S. 19.
[177] Vgl. Viktor E. Frankl: Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. München 1990, S. 21f.

[…].“[178] „Diese Werte, die Frankl in den Sinn-Universalien bündelt, haben mit gesellschaftlichen Traditionen zu tun. Man könnte sie auch die traditionellen Werte nennen, die es immer und überall gibt, die sich aber auch von Gesellschaft zu Gesellschaft und von Epoche zu Epoche verändern.“[179] Obwohl Viktor E. Frankl keine konkreten Sinn-Universalien nennt, dürfte jedoch klar sein, dass Werte betreffend Familie, Partnerschaft, Kinder, Erziehung und allgemeine Werte wie der Schutz des Lebens und Hilfe für Notleidende gemeint sind.[180]

2.4.4.2 Die drei Wertkategorien

Für Viktor E. Frankl ist es erforderlich, die Wertewelt, das Reich der Werte in seiner ganzen Fülle sichtbar zu machen, und er verweist in seinem Werk immer wieder auf die drei Wertkategorien - schöpferische Werte, Erlebniswerte und Einstellungswerte. Dabei ist es wichtig, dass der Mensch bei der Verwirklichung einer Wertkategorie nicht stehen bleibt, sondern wenn sich eine Möglichkeit der Wertveränderung ergibt zu einer anderen Wertkategorie wechselt. Viktor E. Frankl verweist in diesem Zusammenhang auf die erforderliche Anpassung der Chancen, die das Leben bietet.

Schöpferische Werte

Bei den schöpferischen Werten (erste Wertkategorie) kann das Leben dadurch sinnvoll werden, dass eine Tat gesetzt wird, auch wenn es sich um eine kleine Tat handelt, oder dass ein Werk geschaffen wird. Bei den schöpferischen Werten kommt es z.B. nicht so sehr auf die Stellung des Menschen im Berufsleben an – was er arbeitet – sondern darauf wie er arbeitet. Ob er seinen Aufgabenkreis, den ihm Beruf und Familie stellen, erfüllt.[181]

Erlebniswerte

Eine weitere Form der Wertverwirklichung liegt in den Erlebniswerten (zweite Wertkategorie). Das Leben kann dadurch sinnvoll werden, „daß ich etwas erlebe – etwas oder jemanden – erlebe, und jemanden in seiner ganzen

---

[178] Viktor E. Frankl: Ärztliche Seelsorge. München 1975, S. 58f.
[179] Hedwig Raskob: Die Logotherapie und Existenzanalyse Viktor Frankls. Systematisch und kritisch. Wien 2005, S. 173.
[180] Vgl. Hedwig Raskob: Die Logotherapie und Existenzanalyse Viktor Frankls. Systematisch und kritisch. Wien 2005, S. 174.
[181] Vgl. Viktor E. Frankl: Ärztliche Seelsorge. München 1975, S. 60f.

Einmaligkeit und Einzigartigkeit erleben heißt ihn lieben […].“[182] Etwas oder jemand erleben ist ebenfalls nicht großartig zu verstehen, sondern auch die Freude an Kleinigkeiten lässt den Menschen Sinn finden.[183] Erlebniswerte können auch z.B. durch die Hingabe an die Schönheit der Natur oder die Kunst realisiert werden. Ein einziger schöner Augenblick kann rückwirkend einem ganzen Leben Sinn verleihen.

Einstellungswerte

Die dritte Hauptgruppe von Werten, ist jene, wie sich ein Mensch zu den Einschränkungen seines Lebens einstellt. Viktor E. Frankl sieht in den Einstellungswerten (dritte Wertkategorie) ein eigenes Reich von Werten, die zu den höchsten gehören. Denn es kommt darauf an, wie sich der Mensch zu einem unabänderlichen Schicksal einstellt, wie er es gleichsam einem Kreuz auf sich nimmt, wie er Haltung in Form von Tapferkeit im Leiden einnimmt und Würde bewahrt auch im Scheitern und im Untergang.[184]
Sobald der Mensch die Einstellungswerte in den Bereich möglicher Wertkategorien einbezogen hat, zeigt sich, dass die menschliche Existenz niemals sinnlos werden kann – das Leben behält seinen Sinn solange er atmet und bei Bewusstsein ist.[185]

2.4.5 Sinnfindungskriterien und Sinnentdeckung bei Elisabeth Lukas

Aufbauend auf den Lehren Viktor E. Frankls hat Elisabeth Lukas, insbesondere die Logotherapie und deren praktische Anwendung, für den psychotherapeutischen Bereich weiterentwickelt.

Zur Aussage Viktor E. Frankls „Sinn kann nicht verschrieben werden, sondern nur beschrieben werden“[186] merkt seine Schülerin Elisabeth Lukas in Weiterführung dieser Theorie an, dass es nach ihrer Meinung zwei Hauptarten der Sinnfindung gibt: „Bei der ersten Art drückt sich eine Person aus, und zwar bringt sie ‘sich’ in einem erweiterten, verbesserten Entwurf zum Ausdruck, bei der zweiten Art wird die Person be-ein-druckt, und zwar wird sie eines

[182] Viktor E. Frankl: Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn. München 1985, S. 47.
[183] Vgl. Viktor E. Frankl: Die Sinnfrage in der Psychotherapie. München 1992, S. 59.
[184] Vgl. Viktor E. Frankl: Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn. München 1985, S. 47.
[185] Vgl. Viktor E. Frankl: Ärztliche Seelsorge. München 1975, S. 60f.
[186] Viktor E. Frankl: Ärztliche Seelsorge. München 1975, S. 82.

Weiteren, Besseren eindrück-lich gewahr.“[187] Sinn wird dann entdeckt, wenn Ausdruck-sfähigkeit und Be-Eindruck-barkeit eine positive Veränderung der Person und seiner Außenwelt bewirken. Die Folge ist einerseits eine Änderung des So-Seins einer Person, andererseits wird eine Intensivierung des Da-Seins geschaffen.

Die Sinnfindungskriterien Viktor E. Frankls werden bei Elisabeth Lukas zu drei Arten der Sinnentdeckung.
Die erste Art der Sinnentdeckung beschreibt Lukas mit der Vision ein Werk der Liebe entstehen zu lassen, ein Werk jemand anderem, einem Du zuliebe zu schaffen. Das Werk entsteht durch das echte unverfälschte Ziel, durch Mobilmachung intellektueller Reserven, mit Wagemut und Vorfreude bis hin zur Erfüllung der Idee, die einem Du als bestes „Medium“ aller Menschwerdungen gewidmet wird. Dabei geht die Entwicklung der Sinnentdeckung von einer Vision zur Kognition über, um dann mit Emotion in einem verbesserten Entwurf mit dem Gefühl der Erfüllung abzuschließen.[188]

Die zweite nach Lukas beschriebene Sinnentdeckung hat als Ursprung ein Erlebnis, bei dem eine Person emotional stark beeindruckt wird. Allerdings muss die Person bereit sein sich beeindrucken zu lassen. Ein schönes Erlebnis bringt einen Erkenntnisgewinn durch eine Sinnentdeckung der Art, dass die „Person eines Weiteren, Besseren eindrücklich gewahr wird.“[189] Die Sinnentdeckung kann hier in Form von Erlebnissen verschiedenster Art wie z.B. in der Natur, Begegnungen mit Menschen, Lesen erfolgen. Das Erlebnis löst eine emotionale Ergriffenheit aus, als „emotionale Resonanz des Ichs auf das Angerührtsein durch ein Nicht-Ichhaftes.“[190] Die Ergriffenheit als Bewegtheit der Seele löst eine neue Erkenntnis als geistige Resonanz des Ichs auf das Erlebnis aus, das beeindruckt hat. Die Sinnentdeckung geschieht also durch Erlebnis, Ergriffenheit und Erkenntnis.[191]

---

[187] Elisabeth Lukas: Alles fügt sich und erfüllt sich. Stuttgart 1994, S. 9.
[188] Vgl. Elisabeth Lukas: Alles fügt sich und erfüllt sich. Stuttgart 1994, S. 9ff.
[189] Elisabeth Lukas: Alles fügt sich und erfüllt sich. Stuttgart 1994, S. 21.
[190] Elisabeth Lukas: Alles fügt sich und erfüllt sich. Stuttgart 1994, S. 22.
[191] Vgl. Elisabeth Lukas: Alles fügt sich und erfüllt sich. Stuttgart 1994, S. 22.

Die dritte Sinnentdeckung ergibt sich aus der Zusammensetzung der ersten beiden als Erkenntnis.

Werden nun die beiden Sinnentdeckungsreihen, Vision-Kognition-Emotion und Erlebnis-Ergriffenheit-Erkenntnis, miteinander verknüpft, kann das „Erlebnis“ als Beginn der zweiten Reihe an die „Emotion“ als Stoff aus denen Erlebnisse aufgebaut sind, als loses Ende der ersten Reihe anknüpfen. (Siehe Abb. 2). Um den Kreis zu schließen wird die „Erkenntnis“ als Ende der zweiten Reihe an die „Vision“ als Beginn der ersten Reihe angeknüpft. „Denn Erkenntnisse sind der Stoff, aus dem sich Visionen bilden. Mithin erhalten wir in der Verschmelzung beider Sinnentdeckungsprozesse einen Kreis, der sich zwischen den Startpolen Vision und Erlebnis schließt.“[192]

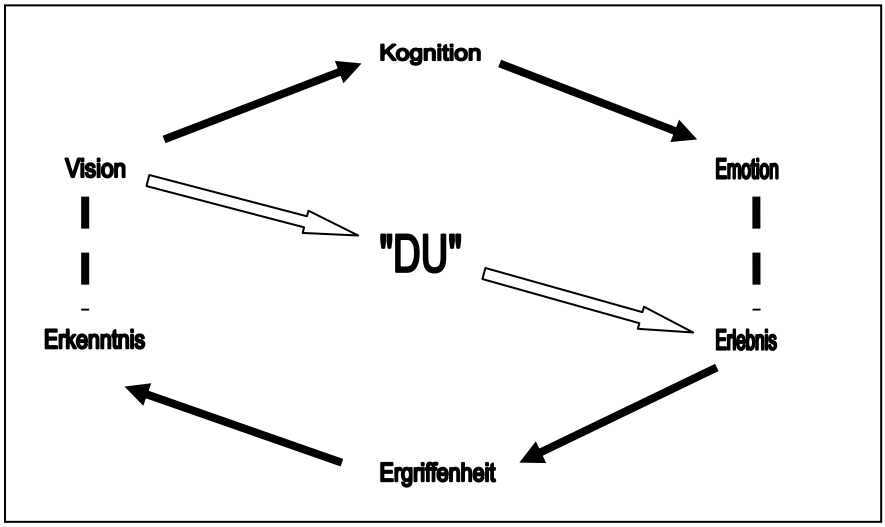

Abb. 2[193]

Ein Ich erschaut ein Du in der Vision und entdeckt, nach Elisabeth Lukas, ein unglaubliches Stück Ich. Ein Ich, das sich einem Du im Erlebnis ganz öffnet entdeckt ein unglaubliches Stück Du. Das Du in der Mitte der Abbildung stellt für Elisabeth Lukas das Du der Mitmenschen, der Mitwelt oder das Du einer Überwelt dar.[194]

Elisabeth Lukas merkt dazu an, dass bei jeder einzelnen Sinnentdeckung sich ein Paradigmenwechsel vollzieht durch die Umstellung der inneren Einstellung, Neuinterpretation der Sachlage, einer Prinzipienkorrektur, wobei dies in

[192] Elisabeth Lukas: Alles fügt sich und erfüllt sich. Stuttgart 1994, S. 23.
[193] Darstellung nach Elisabeth Lukas in Elisabeth Lukas: Alles fügt sich und erfüllt sich. Stuttgart 1994, S. 23.
[194] Vgl. Elisabeth Lukas: Alles fügt sich und erfüllt sich. Stuttgart 1994, S. 23f.

eindeutiger Richtung vom Überholten, Unpassenden, Unwürdigen zum Aktuellen, Angemessenen und Würdevollen erfolgt.[195]

In der Praxis hat sich bei Patienten gezeigt, dass überängstliche nervöse oder depressive verzweifelte Menschen in einem Akt der Sinnentdeckung, durch die Verinnerlichung neuer besserer Paradigmen, zu einem völlig veränderten Lebensstil gefunden haben. Eine Vision - für etwas oder jemanden gut zu sein - oder ein Erlebnis als Schlüsselerlebnis, Aha-Erlebnis oder Grenzerlebnis, bei dem ein bewirkendes Medium als Du gefunden wurde, kann mit oder ohne Therapie eine Sinnentdeckung bewirken. Und es kann jeder zu einem solchen Medium eines anderen Menschen werden. Für Elisabeth Lukas bildet der alternde Mensch da keine Ausnahme, wenn in der späten Phase seines Lebens die tatkräftige Umsetzung seiner Visionen und die Sammlung erhebender Erlebnisse nachlassen. [196] „Die ‚sinnmediale Chance' dieser späten Phasen liegt dann gerade in der Annäherung an das große Paradigma des Gesamtlebens […]."[197]

[195] Vgl. Elisabeth Lukas: Alles fügt sich und erfüllt sich. Stuttgart 1994, 22ff.
[196] Vgl. Elisabeth Lukas: Alles fügt sich und erfüllt sich. Stuttgart 1994, S. 29f.
[197] Elisabeth Lukas: Alles fügt sich und erfüllt sich. Stuttgart 1994, S. 30.

2.5 Leid und Tod bei Viktor E. Frankl

Grenzsituationen

„Situationen wie die, daß ich immer in Situation bin, daß ich nicht ohne Kampf und ohne Leid leben kann, daß ich unvermeidlich Schuld auf mich nehme, daß ich sterben muß, nenne ich Grenzstituation. […] Sie sind wie eine Wand, an die wir stoßen, an der wir scheitern. Sie sind durch uns nicht zu verändern, sondern nur zur Klarheit zu bringen […].“[198]

Grenzsituationen bei Karl Jaspers sind vor allem Tod, Leid und Schuld, die eine Entsprechung in Viktor E. Frankls „tragischer Trias“ (Leid, Tod, Schuld) finden.[199] Karl Jaspers hat den Begriff der Grenzsituation als solchen bezeichnet, wenn eine Situation aus subjektivem Erleben unausweichlich ist und gleichzeitig eine Verantwortlichkeit für dieselbe bzw. in derselben Situation gegeben ist. Der Mensch erlebt in diesen Grenzsituationen seine innere und äußere Ohnmacht und das grundsätzliche Scheitern an sich selbst und in der Welt.[200] Er beschreibt die Grenzsituation als einen Stoß in eine Situation, die als Scheitern erlebt wird.

Karls Jaspers zeigt sechs Beispiele auf, wie ein Mensch Grenzsituationen begegnen kann. Diese sind „grob“ zusammengefasst:

Erleben der Krise als Albtraum (Motto: Augen zu und durch)

Rationalisieren / Erklären (psychologisieren, verhandeln, Schuld anderen zuweisen, …)

Als Schicksal erdulden bzw. erleiden (keine Verantwortung wahrnehmen, Passivität)

In der Krise stecken bleiben (an der Verzweiflung zu Grunde gehen, Selbstmitleid)

Verdrängen / Leugnen (Flucht nach vorn, kein Umgang mit der Situation)

---

[198] Karl Jaspers zit. nach Anette Fintz: „Die Existenzanalyse: Eine angewandte Existenzphilosophie?“. In: Batthyany, Alexander; Zsok, Otto (Hg.): Viktor Frankl und die Philosophie. Wien 2005, S. 195.

[199] Vgl. Anette Fintz-Müller: Frankl mit Jaspers verstehen. Logotherapie und Existenzphilosophie. Konstanz 2002, S. 170.

[200] Vgl. Anette Fintz: „Die Existenzanalyse: Eine angewandte Existenzphilosophie?“. In: Batthyany, Alexander; Zsok, Otto (Hg.): Viktor Frankl und die Philosophie. Wien 2005, S. 195.

Als Grenzsituation (in Karl Jaspers' Sinn) annehmen, in sie „eintreten" (im Sinne Karl Jaspers bewusstes Wahrnehmen der Ohnmacht, Begreifen der Situation als individuelle Aufgabe zu entscheidendem Sein [Existenzerhellung]).[201]

„Die Konfrontation mit einer Grenzsituation bietet dem Betreffenden also lediglich die Möglichkeit, sich der Situation als Aufgabe zu stellen und auf diese Weise Existenz zu ergreifen. Ob Krise wirklich auch zur Chance wird, bleibt dem Betreffenden zur Entscheidung überlassen."[202]
Die Möglichkeiten eins bis fünf zeigen die Möglichkeiten mit Erschütterungen in der Grenzsituation umzugehen, indem vereinfachende Lösungsansätze wie Entschuldigungen und Verantwortungsabschiebungen angewendet werden. Ausschließlich die sechste Möglichkeit entspricht dem Prozess der Existenzerhellung, indem durch das Eintreten in die Grenzsituation der Unausweichlichkeit selbst nicht ausgewichen wird. [203] „Der existentielle Entschluß und mit diesem der Sprung in Existenz zeichnet sich nach Jaspers gerade dadurch aus, noch in der unauflösbaren Situation die Entscheidungsfreiheit wahrzunehmen und darin Verantwortung für das Selbst-Sein zu übernehmen. Jaspers' Auffassung der Grenzsituation als Herausforderung zu entscheidendem Sein spiegelt sich in Frankls ‚tragischer Trias' wider."[204]

2.5.1 Tragische Trias

Der Mensch muss sich irgendwann mit dem unvermeidbaren Leid, der unausweichlichen Schuld und seinem unentrinnbaren Tod, dem tragischen Trias, wie Viktor E. Frankl es nennt, auseinandersetzen.[205] „Als besondere Herausforderung sieht Frankl das Erleben von Schuld, Leid und Tod, das – wie

---

[201] Vgl Anette Fintz: „Die Existenzanalyse: Eine angewandte Existenzphilosophie?". In: Batthyany, Alexander; Zsok, Otto (Hg.): Viktor Frankl und die Philosophie. Wien 2005, S 196.
[202] Anette Fintz: „Die Existenzanalyse: Eine angewandte Existenzphilosophie?". In: Batthyany, Alexander; Zsok, Otto (Hg.): Viktor Frankl und die Philosophie. Wien 2005, S. 195.
[203] Vgl Anette Fintz: „Die Existenzanalyse: Eine angewandte Existenzphilosophie?". In: Batthyany, Alexander; Zsok, Otto (Hg.): Viktor Frankl und die Philosophie. Wien 2005, S. 195f.
[204] Anette Fintz: „Die Existenzanalyse: Eine angewandte Existenzphilosophie?". In: Batthyany, Alexander; Zsok, Otto (Hg.): Viktor Frankl und die Philosophie. Wien 2005, S. 195.
[205] Vgl. Viktor E. Frankl: Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. München 1990, S. 79.

die Begegnung mit einer Grenzsituation bei Jaspers – dem menschlichen Sein inhärent ist.“[206] Wie kann der Mensch trotz dieser tragischen Aspekte menschlicher Existenz Ja zum Leben sagen? Daran schließt sich für Viktor E. Frankl eine zweite Frage an, nämlich die, ob das Leben trotzdem einen Sinn haben kann. Wie schon ausgeführt wurde, kommt es darauf an, dem Leben wie es ist in das Gesicht zu sehen.[207] Viktor E. Frankl zitiert Rainer Maria Rilke: „Wer nicht der Fürchterlichkeit des Lebens irgendwann, mit einem endgültigen Entschlusse, zustimmt, ja ihr zujubelt, der nimmt die unsäglichen Vollmächte unseres Daseins nie in Besitz, der geht am Rande hin, der wird, wenn einmal die Entscheidung fällt, weder ein Lebendiger noch ein Toter gewesen sein.“[208]
Viktor E. Frankl kommt es darüber hinaus darauf an, aus negativen Aspekten noch etwas Sinnvolles zu machen, und sie in etwas Positives zu transformieren: „[…] das Leid in Leistung - die Schuld in Wandlung - den Tod in einen Ansporn zu verantwortetem Tun.“[209] Für Viktor E. Frankl muss es die Möglichkeit geben aus den tragischen Aspekten unseres Daseins das Beste zu machen – das Optimum. Das hat Viktor E. Frankl dazu veranlasst, den Ausdruck „tragischer Optimismus“ zu prägen. Dieser Optimismus kann allerdings nicht einfach gelehrt werden und nicht auf Befehl befolgt werden, er kann aber von Vorbildern gelernt werden, die den tragischen Optimismus vorleben.[210]
Das Leid, nur wenn es nicht „behoben“ oder „beseitigt“ werden kann, gibt eine Sinnmöglichkeit her, die die höchstmögliche sei.

Schuld bei Viktor E. Frankl

Für Viktor E. Frankl gibt es drei Kategorien der Schuld:
Das pathogene Schuldgefühl, welches z.B. in der Depression eine Rolle spielt.
Die einzelne Tat als anerkennbare Schuld, wobei Viktor E. Frankl darauf verweist, dass es keine Kollektivschuld gibt.

---

[206] Vgl Anette Fintz: „Die Existenzanalyse: Eine angewandte Existenzphilosophie?“. In: Batthyany, Alexander; Zsok, Otto (Hg.): Viktor Frankl und die Philosophie. Wien 2005, S. 197.
[207] Vgl. Viktor E. Frankl: Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. München 1990, S. 79.
[208] Rainer Maria Rilke zit. nach Viktor E. Frankl: Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. München 1990, S. 80.
[209] Viktor E. Frankl: Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. München 1990, S. 80.
[210] Vgl. Viktor E. Frankl: Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. München 1990, S. 80.

Die existentielle Schuld, die unabhängig von einzelnen Handlungen ist und zur tragischen Trias gezählt wird.

Nach Viktor E. Frankl weist der Aufgegebenheitscharakter des Lebens und die existentielle Freiheit darauf hin, dass die Schuld unausweichlich zum Leben gehört. [211] „Denn Schuldigwerden setzt Verantwortlichkeit voraus. Verantwortlich ist aber der Mensch angesichts der Tatsache, daß er keinen Schritt zurücknehmen kann, den er im Leben tut; […]. Nichts ist auslöschbar von dem, was er tut und lässt.“[212] Für Viktor E. Frankl steht fest, „[…] daß trotzdem, im Akte der Reue, der Mensch von einer Tat innerlich abzurücken vermag und im Vollzug dieses Aktes, also eines inneren Geschehens - das äußere Geschehen auf moralischer Ebene irgendwie ungeschehen machen kann.“[213]

Annette Fintz erkennt, dass bei Viktor E. Frankl im existenzanalytischen Prozess der Fokus weder auf der Frage der Reue noch auf Vermeidung von Schuld liege, sondern „vielmehr auf dem Bewusstsein, daß Handeln Schuld nach sich ziehe und es darum gehe zu wählen und zu verantworten, welche Schuld der einzelne auf sich nimmt, um Sinnmöglichkeiten zu verwirklichen.“[214]

Viktor E. Frankl widmet sich also der praktisch relevanten Frage des Umganges mit Schuldgefühl und der Last einer unwiderruflichen Handlung. Im Gegensatz dazu betont Karl Jaspers die existentielle Schuld.[215]

2.5.2 Sinn im Leiden

Viktor E. Frankl geht es darum, Menschen - in einem schicksalhaft notwendigen Leiden - mit Hilfe der Logotherapie leidensfähig zu machen. Die Leidensfähigkeit ist für Viktor E. Frankl die Fähigkeit die Einstellungswerte zu verwirklichen.[216] „Nicht nur das […] Schaffen kann nämlich dem Dasein Sinn geben - […] und nicht nur das […] Erleben, Begegnen und Lieben kann das

[211] Vgl Anette Fintz: „Die Existenzanalyse: Eine angewandte Existenzphilosophie?“. In: Batthyany, Alexander; Zsok, Otto (Hg.): Viktor Frankl und die Philosophie. Wien 2005, S. 198f.
[212] Viktor E. Frankl: Ärztliche Seelsorge. München 1975, S. 116.
[213] Viktor E. Frankl: Ärztliche Seelsorge. München 1975, S. 116.
[214] Anette Fintz: „Die Existenzanalyse: Eine angewandte Existenzphilosophie?“. In: Batthyany, Alexander; Zsok, Otto (Hg.): Viktor Frankl und die Philosophie. Wien 2005, S. 199.
[215] Vgl. Anette Fintz: „Die Existenzanalyse: Eine angewandte Existenzphilosophie?“. In: Batthyany, Alexander; Zsok, Otto (Hg.): Viktor Frankl und die Philosophie. Wien 2005, S. 180.
[216] Vgl. Viktor E. Frankl: Theorie und Therapie der Neurosen. München (u.a.) 1993, S 179.

Leben sinnvoll machen – […] sondern auch das Leiden.“[217] Dabei handelt es sich für Viktor E. Frankl um die Möglichkeit den höchsten Wert zu verwirklichen und den tiefsten Sinn zu erfüllen.[218]

Viktor E. Frankl hat in seinem Buch „…trotzdem Ja zum Leben sagen“ die Bewältigung des Schicksals im Konzentrationslager beschrieben.
In der Art, mit der der Mensch das durch das Schicksal auferlegte Leiden annimmt, sieht Viktor E. Frankl eine Fülle von Möglichkeiten, auch in den schwierigsten Situationen „bis zur letzten Minute“ das Leben sinnvoll zu gestalten. Der Mensch hat die Möglichkeit in solchen Situationen mutig und tapfer, würdig und selbstlos zu sein oder aber den Kampf um die Selbsterhaltung aufzugeben. Je nach dem ob der Mensch die Wertmöglichkeiten, die ihm seine leidvolle Situation und sein schweres Schicksal bieten, verwirklicht oder verwirkt, je nach dem wird er dem Leid würdig oder nicht. Der Mensch wird mit dem Schicksal konfrontiert und vor die Entscheidung gestellt aus dem Leidenszustand eine innere Leistung zu gestalten. Viktor E. Frankl verweist auf extreme Situationen, wie er sie persönlich in den Konzentrationslagern erlebt hat und auch auf das Schicksal unheilbar kranker Menschen.[219] Es ist von Bedeutung, dass es gelingt durch psychotherapeutische oder psychohygienische Bemühungen betroffene Menschen auf ein Ziel in der Zukunft hin auszurichten. Friedrich Nietzsche hat dies folgendermaßen ausgedrückt: „Wer ein Warum zu leben hat, erträgt fast jedes wie.“[220] Das heißt, dass wir lernen müssen und den verzweifelten Menschen lehren müssen, „daß es eigentlich nie und nimmer darauf ankommt, was wir vom Leben noch zu erwarten haben, vielmehr lediglich darauf: was das Leben von uns erwartet!“[221] Wir müssen uns daher selbst als die Befragten verstehen und diesen Fragen nicht durch ein Grübeln oder Reden, sondern durch ein richtiges Handeln die Antwort geben.
Der Sinn des menschlichen Daseins und damit das richtige Handeln kann nicht allgemein angegeben werden, da der Sinn von Mensch zu Mensch und von

[217] Viktor E. Frankl: Theorie und Therapie der Neurosen. München (u.a.) 1993, S 179f.
[218] Vgl. Viktor E. Frankl: Theorie und Therapie der Neurosen. München (u.a.) 1993, S 180.
[219] Vgl. Viktor E. Frankl: …trotzdem Ja zum Leben sagen. München 1995, S. 110f.
[220] Friedrich Nietzsche zit. nach Viktor E. Frankl: …trotzdem Ja zum Leben sagen. München 1995, S. 124.
[221] Viktor E. Frankl: …trotzdem Ja zum Leben sagen. München 1995, S. 124.

Augenblick zu Augenblick wechselt. Die Frage nach dem Sinn ist etwas Konkretes, sodass auch die Forderungen des Lebens konkret sind. Weiters führt Viktor E. Frankl aus, dass diese Konkretheit das einmalige und einzigartige Schicksal mit sich bringt, das sich mit jeder Person und in jeder Situation ändert. Der Mensch muss sich damit abfinden, dass er mit dem leidvollen Schicksal alleine ist und niemand an seiner Stelle das Leid durchleben kann. Allerdings führt die Art, wie der Betroffene das Schicksal, dieses Leid mit seiner einmaligen Möglichkeit zu tragen imstande ist zu einer einmaligen Leistung. Dadurch wird das Leid zur Aufgabe und wird nicht durch verkrampften Optimismus verdrängt.[222]

Um allerdings der Leidfülle ins Auge sehen zu können ist Mut notwendig, der durch verschiedene Arten der Psychotherapie ins Bewusstsein gebracht werden kann. Viktor E. Frankl schildert am Beispiel des Konzentrationslagers, wie er als individuelle oder kollektive Psychotherapie in Form von Gesprächen den Mithäftlingen Mut gemacht hat. Dabei hat er den Verzweifelten erklärt, dass jemand oder etwas auf sie wartet, es auf die Vorbildwirkung des Einzelnen ankäme oder auf eine doch noch mögliche Wende des Schicksals hingewiesen. Auch ein Opfer kann Sinn erfüllend sein, da es im Wesen des Opfers liege Sinn zu haben, wie etwa ein Sichopfern für eine politische Idee oder die Selbstaufopferung eines Menschen für einen anderen. Jene Menschen, die gläubig sind, können dies leicht einsehen, meint Viktor E. Frankl.[223]

Annahme des Leides

Laut Viktor E. Frankl bräuchte man nur den Horizont der scheinbar am sinnlosen Leben leidenden Menschen zu erweitern, damit sie erkennen können, dass das Leben in Wirklichkeit nicht sinnlos ist und auch nicht sinnlos werden kann. Am Beispiel von Kriegsgefangenen, die die Kriegsgefangenschaft überlebt haben, merkt man am ehesten, dass jene eine Chance hatten zu überleben, die sich einem Sinn verpflichtet wussten und auf diesen Sinn ausgerichtet waren. Die Erfahrung dieser Kriegsgefangenen ist, dass es letzten Endes der Wille zum Sinn war, der sie am Leben erhalten

[222] Vgl. Viktor E. Frankl: …trotzdem Ja zum Leben sagen. München 1995, S.125f.
[223] Vgl. Viktor E. Frankl: …trotzdem Ja zum Leben sagen. München 1995, S.128ff.

hat.[224] Es gilt das Leid anzunehmen, sich dem Schicksal zu stellen und es zu bejahen. An die Wahrheit kommen wir nur auf diesem Weg heran und nicht durch die Flucht vor dem Leiden. Um das Leid annehmen und akzeptieren zu können, muss das Leid intendiert werden, nur dann hört es auf Leid zu sein. Um es allerdings zu intendieren, muss es transzendiert werden, indem es um eines Etwas oder Jemand willen geschieht und es so zu akzeptieren.[225]

Viktor E. Frankl ist der Ansicht, dass wir in einer Situation, die wir nicht ändern können, die uns abverlangt uns selbst zu ändern, zu reifen, zu wachsen und über uns selbst hinauszuwachsen, das Menschlichste in uns selbst verwirklichen. Dies sei bis zum Tod möglich. Diese Erfahrung hat auch der israelische Maler und Bildhauer Yehuda Bacon gemacht. Er war als Knabe in Auschwitz und hatte die Hoffnung, dass die Welt eine andere werden würde, wenn er erzählt was er in Auschwitz gesehen hat. Als er zurückkam wollte die Welt von Auschwitz nichts hören. Yehuda Bacon schreibt: „Erst viel später habe ich wirklich verstanden, was der Sinn des Leidens ist. Das Leiden hat nämlich dann einen Sinn, wenn du selbst ein anderer wirst.“[226]

Leid als menschliche Leistung

Für Viktor E. Frankl zeigt sich aber auch, dass dort wo sich das Schicksal einfach nicht ändern lässt, wie zum Beispiel bei einer unheilbaren Krankheit, der Mensch also in eine hoffnungslose Situation hineingestellt ist, sich das Leben noch immer sinnvoll gestalten lässt. Denn dann kann der Mensch sogar das Menschlichste im Menschen verwirklichen, und das ist seine Fähigkeit auch eine Tragödie in einen Triumph zu verwandeln.[227] „Das ist nämlich das Geheimnis der bedingungslosen Sinnträchtigkeit des Lebens: daß der Mensch gerade in Grenzsituationen seines Daseins aufgerufen ist, gleichsam Zeugnis abzulegen davon, wessen er und er allein fähig ist.“[228]

---

[224] Vgl. Viktor E. Viktor E. Frankl: Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn. München 1985, S. 48.
[225] Vgl. Viktor E. Frankl: Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. München 1990, S. 332f.
[226] Yehuda Bacon zit. nach Viktor E. Frankl: Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn. München 1985, S. 48f.
[227] Vgl. Viktor E. Frankl: Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn. München 1985, S. 47f.
[228] Viktor E. Frankl: Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn. München 1985, S. 47f.

Viktor E. Frankl hat an anderer Stelle im Falle einer aussichtslosen Krankheit das Beispiel erörtert, dass durch das eigene Leid und daraus gewonnener Erkenntnisse einer anderen Person geholfen werden kann. Ein Leiden mag unheilbar sein, aber der Patient verzweifelt erst dann, wenn er im Leiden keinen Sinn mehr sieht.[229] „Worauf es […] vom Kranken her gesehen, ankommt, ist die Haltung, in der sich einer der Krankheit stellt, die Einstellung, in der er sich mit der Krankheit auseinandersetzt. […] worauf es ankommt, ist die rechte Haltung, ist das rechte, aufrechte Leiden echten Schicksals.“[230]

Auch dort, wo wir als hilfloses Opfer in eine hoffnungslose Situation hineingestellt sind, „können wir sogar das Menschlichste im Menschen verwirklichen und gleichsam Zeugnis ablegen von der menschlichsten aller menschlichen Fähigkeiten: eine Tragödie in einen persönlichen Triumph umzusetzen, ein Leiden in eine menschliche Leistung umzusetzen, ein Leiden in eine menschliche Leistung umzugestalten.“[231]

Die geistige Einstellung eines vom Unglück betroffenen kann diesem helfen, mit seinem Schicksal fertig zu werden. Daher ist Viktor E. Frankl der Ansicht, dass zwar der Überlebenssinn im Unglück erforderlich ist, aber nicht hinreichend ist zum Überleben. Es muss uns bewusst sein, dass es ebenso entscheidende Faktoren wie Glück, Schicksalswendung oder Vorsehung und zufällige Elemente gibt auf die wir keinen Einfluss haben.[232] Nach seiner Rückkehr aus den Konzentrationslagern im Jahr 1945 nach Wien, schrieb Viktor E. Frankl in einem Brief. „Ich sehe zunehmend ein, daß das Leben so unendlich sinnvoll ist, daß auch im Leiden und sogar im Scheitern noch ein Sinn liegen muß. Und der einzige Trost, der mir bleibt, ist darin gelegen, daß ich mit gutem Gewissen sagen kann, ich habe die Möglichkeiten, die sich mir boten, verwirklicht, ich möchte sagen: in die Wirklichkeit hinübergerettet. […].Was wir erlebt haben, kann nicht rückgängig gemacht werden, es ist gewesen, aber dieses Gewesen-sein ist vielleicht die sicherste Form des Seins.“[233]

---

[229] Vgl. Viktor E. Frankl: Die Sinnfrage in der Psychotherapie. München 1992. S. 51f.
[230] Viktor E. Frankl: Das Leiden am sinnlosen Leben. Wien 1991, S. 80.
[231] Viktor E. Frankl: Die Sinnfrage in der Psychotherapie. München 1992. S. 62.
[232] Vgl. Haddon Klingberg Jr.: Das Leben wartet auf dich. Wien 2002, S. 202.
[233] Viktor E. Frankl: „Briefe an Wilhelm und Stepha Börner“. In: Batthyany, Alexander u.a. (Hg.): Viktor E. Frankl. Gesammelte Werke Band I. Wien 2005, S. 185.

Grundsätzlich will der Mensch geistig existieren und nicht leiblich vegetieren. Viktor E. Frankl will damit auch sagen, dass der Mensch nicht um jeden Preis, wenn er auf medizinische Apparate angewiesen ist, weiterleben will. Viel wichtiger ist ihm die Sinnfülle der Existenz, wenn es auch ein kurzes Leben war. Wichtig ist, dass das Leben und Dasein mit Sinn erfüllt wurde. Die geistige Selbsterhaltung führt dazu, dass Viktor E. Frankl am Beispiel des Konzentrationslagers immer wieder ausführt, aufrecht hinzugehen und zu sterben. Es geht also darum, nicht vom einem intellektuellen sondern von einem existentiellen und leidenschaftlichen Denken her, die Legitimität zu erhalten.[234]

Euthanasie

Viktor E. Frankl sagt zur Sterbehilfe eindeutig, dass der Arzt nicht berechtigt sei über Wert und Unwert eines Menschenlebens zu Gericht zu sitzen. „Er ist von der menschlichen Gesellschaft lediglich dazu eingesetzt, zu helfen wo er kann, und Schmerzen zu lindern, wo er muß; zu heilen, soweit er kann, und Menschen zu pflegen, sobald er sie nicht mehr heilen kann.“[235] Das betrifft nicht nur Patienten mit unheilbaren körperlichen, sondern auch jene mit unheilbaren Geisteskrankheiten.

2.5.3 Tod und Sinn

In der Existenzanalyse hat sich die Verantwortlichkeit als etwas erwiesen, das aus der Konkretheit von Person und Situation erwächst und mit dieser Konkretheit anwächst. Wie sich gezeigt hat, wächst die Verantwortung mit der Einzigartigkeit der Person und der Einmaligkeit der Situation. Für den Sinn des Lebens ist diese Einzigartigkeit und Einmaligkeit konstitutiv. Aus diesen Tatsachen ist nun zu fragen, warum trotz der Endlichkeit des Menschen und seiner ihm eigenen Wesenselemente, dem Dasein der Sinn nicht genommen werden kann. Kann der Tod der Sinnhaftigkeit des Lebens wirklich Abbruch tun? Viktor E. Frankl sieht die Antwort darin, dass wir durch den unausweichlichen Tod in Zugzwang kommen und die endliche Lebenszeit nutzen um Taten und Handlungen auszuführen. Wenn unser Leben nicht

[234] Vgl. Viktor E. Frankl: Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. München 1990, S. 336f.
[235] Viktor E. Frankl: Ärztliche Seelsorge. München 1975, S. 63.

endlich in der Zeit sondern unbegrenzt wäre, käme es nicht darauf an, die Taten und Handlungen eben jetzt zu tun. Viktor E. Frankl sieht in diesem Umstand nicht nur ein Wesensmerkmal des menschlichen Lebens, sondern er ist auch für den Sinn konstitutiv, sodass der Sinn menschlichen Daseins in seinem irreversiblen Charakter fundiert ist. Wenn nun der Mensch seine Lebensverantwortung so versteht, dass er sie als Verantwortung in Hinblick auf die Zeitlichkeit und Einmaligkeit sieht, kann er sich die menschliche Verantwortung im Leben vergegenwärtigen.[236]

Als Therapiehilfe in der Logotherapie führt Viktor E. Frankl - zur Bewusstmachung der Verantwortung des Menschen in jedem Augenblick seines Lebens - folgendes Beispiel an: Der Patient blättert in seiner fiktiven Biographie am Ende seines Lebens, und hat die Möglichkeit sich für die gegenwärtige Situation zu entscheiden was das nächste Kaptitel bringen soll. Dies hat Viktor E. Frankl zur existenzanalytischen Maxime: „Lebe so, als ob du zum zweiten Mal lebtest und das erste Mal alles so falsch gemacht hättest, wie du es zu machen – im Begriffe bist“ [237], inspiriert.

Endlichkeit und Vollendung

„Nie können wir aus der Länge eines Menschenlebens auf seine Sinnfülle schließen“[238] meint Viktor E. Frankl zur Problematik der Ausfüllung eines Lebens mit Werten. Am Anfang ist das Leben noch Substanz, ganz unverbraucht. Im Verlauf verliert es an Substanz und wird immer mehr in Funktion umgewandelt. Am Ende wird es darin bestehen, dem jeweiligen Menschen zu zeigen, was ihm an Taten, Erlebnissen und Erleidnissen gezeitigt wurde. Wie bei einem Bildhauer steht für die Schöpfung eines Werkes eine gewisse Zeit zur Verfügung. Wenn der Termin aber nicht bekannt gegeben wird, muss er jederzeit damit rechnen seine Arbeit abbrechen zu müssen und ein unfertiges Kunstwerk abliefern. Auf die Gefahr hin nur einen Torso zu hinterlassen, ist der Mensch gezwungen, die Zeit zu nutzen. Auch wenn er sein Werk nicht vollendet, ist es nicht wertlos. Gleich einem unvollendeten Kunstwerk kommt es bei einer Biographie nicht auf deren Länge, sondern auf den Inhaltsreichtum an. Für Viktor E. Frankl hat das heldenhafte Leben eines

[236] Vgl. Viktor E. Frankl: Ärztliche Seelsorge. München 1975, S. 82f.
[237] Viktor E. Frankl: Ärztliche Seelsorge. München 1975, S. 83.
[238] Viktor E. Frankl: Ärztliche Seelsorge. München 1975, S. 84.

jungen Verstorbenen mehr Inhalt und Sinn, als das irgendeines langlebigen Spießers. Daraus ergibt sich, dass es gar nicht notwendig ist den Tod aus dem Leben auszuschalten, er gehört eigentlich zum Leben dazu. Es ist aber auch nicht möglich ihn irgendwie zu überwinden, wie der Mensch vermeintlich tut, wenn er mit der Fortpflanzung seine „Verewigung“ will. Die Annahme, der Sinn des Lebens liege in der Nachkommenschaft ist falsch, denn wenn ein endliches Leben sinnlos wäre, wäre es ganz gleichgültig, wann das Ende kommt.[239] „Entweder das Leben hat einen Sinn, dann behält es ihn auch unabhängig davon, ob es lang oder kurz ist, ob es sich fortpflanzt oder nicht; oder das Leben hat keinen Sinn, dann erhält es auch keinen, wenn es noch so lange dauert oder sich unbegrenzt fortpflanzen könnte.“[240] Ein an sich Sinnloses wird nicht dadurch sinnvoll, dass es sich verewigt hat. Vielmehr erhält das Leben seinen Sinn aus anderen nichtbiologischen Bezügen, die ein transzendentes Moment darstellen. Für Viktor E. Frankl transzendiert sich das Leben im Sinne seiner eigenen Fortpflanzung nicht in die Länge, sondern in die Höhe, indem es einen Sinn intendiert.[241]

Die Frage nach dem Tod - Zeit und Verantwortung

„Der lebende Mensch hat Vergangenheit und hat Zukunft, der sterbende hat keine Zukunft mehr, sondern nur mehr Vergangenheit; der Tote aber ist seine Vergangenheit.“[242] Dieses Konzept, von Elisabeth Lukas als „Konzept der Vergänglichkeitsbewältigung“ bezeichnet, steht in Widerspruch zu den traditionell-existenzphilosophischen Standpunkten. Viktor E. Frankl hat den existenzphilosophischen Standpunkt, der ausdrückt, dass der Mensch hinter sich nichts und auch vor sich nichts habe, die Zukunft noch nicht ist und die Vergangenheit auch nicht mehr ist, mit Hilfe einer Sanduhr, deren Durchrieselung des Sandes die Lebenszeit darstellen soll, plastisch dargestellt. Im oberen Teil der Sanduhr befindet sich das, was im Leben noch kommt, also die Zukunft ist. Im unteren Teil ist alles, was schon gewesen ist als die Vergangenheit. Die Engstelle in der Mitte bildet die Gegenwart. Die Existenzphilosophie sieht nur auf die Enge, den „Engpass der Gegenwart“[243]

---

[239] Vgl. Viktor E. Frankl: Ärztliche Seelsorge. München 1975, S. 85f.
[240] Viktor E. Frankl: Ärztliche Seelsorge. München 1975, S. 86.
[241] Vgl. Viktor E. Frankl: Ärztliche Seelsorge. München 1975, S. 85f.
[242] Viktor E. Viktor E. Frankl: Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn. München 1985, S. 31.
[243] Viktor E. Frankl: Der Wille zum Sinn. Bern 1978, S. 48.

dieser Sanduhr. Im Unterschied dazu sagt die Existenzanalyse, dass die Zukunft wirklich nichts ist, aber die Vergangenheit die eigentliche Wirklichkeit ist. Der Sand, der die Engstelle (Gegenwart) passiert hat, wird also zum Vergangenen, wobei Viktor E. Frankl darauf hinweist, dass nur die nicht genutzten Chancen zur Wertverwirklichung vergänglich sind. [244] Die verwirklichten Möglichkeiten sind „[…] nicht mehr ‚vergänglich', vielmehr sie sind ‚vergangen', sie *sind* vergangen – und das will heißen: eben in ihrem Vergangensein ‚sind' sie. Denn gerade in ihrem Vergangensein sind sie ja aufbewahrt, und nichts kann ihnen mehr etwas anhaben, […]."[245] Hier zeigt sich für Viktor E. Frankl, dass die Existenzanalyse dem gegenwartsbezogenen Pessimismus der existenzphilosophischen Denkart einen Optimismus der Vergangenheit entgegenhält.[246]

Protokoll unseres Lebens

Viktor E. Frankl meint „[…] die Welt ist kein Manuskript, das wir zu entziffern haben [und nicht entziffern können] – die Welt ist vielmehr ein Protokoll, das wir zu diktieren haben."[247] Dieses Protokoll der Welt ist auch ein Protokoll des Lebens. Das Leben ist ein Verhör, es stellt Fragen und ständig muss dem Leben Antwort gegeben werden. In dieses Protokoll wird alles aufgenommen und aufbewahrt was das ganze Leben, das Schaffen, Lieben und Leiden betrifft. Dieses Protokoll ist unverlierbar und macht laut Viktor E. Frankl den Trost und die Hoffnung aus. Er liest daraus aber auch eine Warnung und Mahnung ab, da dieses Protokoll auch unkorrigierbar ist.[248] „Denn wenn wir sagten, dass sich nichts Vergangenes aus der Welt schaffen lasse, bedeutet das nicht eine Mahnung, es eben in die Welt zu schaffen?"[249]

Ähnlich verhält es sich mit dem „Zeitgewinn". Denn bei Zeitgewinn denkt man an einen Gewinn von Zeit durch Hinausschieben in die Zukunft. Für Viktor E. Frankl ist gerade der umgekehrte Weg sinnvoll, in dem man dadurch Zeit gewinnt - wenn man anstatt etwas in die Zukunft hinauszuschieben - es umgekehrt in die Vergangenheit hineinrettet. Wenn die Zeit „verronnen" ist, also

---

[244] Vgl. Viktor E. Frankl: Der Wille zum Sinn. Bern 1978, S. 47f.
[245] Viktor E. Frankl: Der Wille zum Sinn. Bern 1978, S. 50.
[246] Vgl. Viktor E. Frankl: Der Wille zum Sinn. Bern 1978, S. 51.
[247] Viktor E. Frankl: Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn. München 1985, S. 30.
[248] Vgl. Viktor E. Frankl: Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn. München 1985, S. 30f.
[249] Viktor E. Frankl: Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn. München 1985, S. 31.

zu Endgültigkeit gerinnt, bedeutet dies den Tod, den totalen Verlust des psychophysischen Ichs. Was nach Viktor E. Frankl bleibt, ist das geistige Selbst. [250] Der Mensch wird zu seiner eigenen Geschichte, die sowohl die von ihm geschehene als die von ihm geschaffene. „Er ist nunmehr sein Leben sein gelebtes Leben […]. Und so ist er auch sein eigner Himmel und seine eigene Hölle, je nach dem.“[251]

So wird die Vergangenheit des Menschen die eigentliche Zukunft von ihm, die er zu gewärtigen hat. In der Gewissheit, dass das Gewesensein die sicherste Form von Sein überhaupt ist, ist das gewesene Leben durch den Tod zum vollendeten Leben geworden. Eine Paradoxie sieht Viktor E. Frankl darin „[…] wenn wir davon sprachen, daß wir etwas in die Welt schaffen, in dem wir es in das Sein der Vergangenheit hineinschaffen, dann ist es erstens der Mensch selbst, der sich in die Welt schafft, er setzt ‚sich selbst' in die Welt; und zweitens wird er nicht mit seiner Geburt in die Welt gesetzt, sondern er setzt sich selber in die Welt erst im Tode.“[252] Dadurch, dass der Mensch das Selbst erst im Tode selber in die Welt setzt und das Selbst, - das eigentlich ja nicht ist - durch den Tod zum Selbst wird, ist diese Paradoxie erklärbar. Durch den Tod wird das Selbst als etwas gewordenes, eben als fertig gewordenes.[253]

Die Totalität des Lebens

Für Viktor E. Frankl ist es die Totalität des Lebens, das der Mensch gelebt hat und das im Sterben also fertig gelebt wurde, etwas was außerhalb aller Gräber ist. Für Viktor E. Frankl stellt sich die Frage, in wie weit diese Totalität auch bleibt und trotz der Vergänglichkeit aufbewahrt bleibt.

„Wenn der Wecker ratscht und uns aus dem Traum aufschreckt, dann erleben wir, noch im Traum befangen, den ‚Weckreiz' wie einen furchtbaren Einbruch in die Traumwelt, und wir wissen nicht, daß uns der Wecker zu unserem eigentlichen Sein, zur Tagwelt aufweckt.“[254] Für Viktor E. Frankl ergeht es einem Sterbenden ähnlich. Der Sterbende erschreckt ebenfalls, allerdings vor dem Tode. Viktor E. Frankl vergleicht also das Aufwecken aus dem Traum - als

[250] Vgl. Viktor E. Frankl: Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn. München 1985, S. 31.
[251] Viktor E. Frankl: Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn. München 1985, S. 31.
[252] Viktor E. Frankl: Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn. München 1985, S. 32.
[253] Vgl. Viktor E. Frankl: Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn. München 1985, S. 32.
[254] Viktor E. Frankl: Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn. München 1985, S. 32.

Einbruch in die Traumwirklichkeit - mit dem Tod, der unser Leben von uns nimmt als etwas ähnlich Furchtbares.[255]

Abgang des Geistes

Für Viktor E. Frankl ist - vom naturwissenschaftlichen Standpunkt aus - das Auftreten des Geistes, aber auch der Abgang des Geistes, im Augenblick des Sterbens einer Person, etwas Rätselhaftes und Geheimnisvolles. „Letztlich ist und bleibt Existenz ein Mysterium.“[256] Andererseits ist von dem phänomenologischen Faktum auszugehen, dass es dem Menschen nicht eingehen will, dass er von einem Tag auf den anderen zum Wesen wurde, und ebenfalls von einem Tag auf den anderen nur mehr ein Kadaver ist. Zu diesem entseelten Leib sagt der Redner am Grab weiterhin „du“, da sich das natürliche Selbstempfinden gegen die Annahme des Todes auflehnt. „Nur zu einer geistigen Person kann ich ‚du’ sagen; aber wo ist das Du – wo ist ‚er’, ist ‚sie hin?“[257] Die Frage des Wo-sein lässt sich nicht beantworten, zumal auch die Frage nach dem Da-sein einer geistigen Person zu stellen ist. „Das Dasein einer geistigen Person heißt zunächst soviel wie daß sie sich leiblich ausdrückt […] auf mich einen Sinneseindruck macht; aber durch den Sinneseindruck, durch einen Bewußtseinsinhalt hindurch ist mir jeweils mehr gegeben als er selbst: durch den Inhalt hindurch intendiere ich einen Gegenstand.“[258] Schon bei Lebzeiten des Menschen bzw. seines Organismus kann die Person durch das leibliche und sinnliche Gegebene erfasst werden. Auf diese Art kann z.B. die Liebe das Altern und insbesondere das Sterben des Geliebten überdauern. Für Viktor E. Frankl ist eindeutig gegeben, dass das Geistige nicht wandern kann, da der Mensch im Augenblick seines Absterbens das Bewusstsein, das Bewusstsein der Zeit und auch die Zeit selbst verliert, genauso wie er es zum Zeitpunkt der Geburt gewinnt.[259] „Nur Dasein in Raum und Zeit und, in einem damit, im Leibe – nur solches Dasein ‚hat’ Zeit, ‚hat’ eine Vergangenheit und eine Zukunft. Geistiges Sein jedoch, als geistiges, ‚ist’ nicht ‚da’; es ist, im

---

[255] Vgl. Viktor E. Frankl: Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn. München 1985, S. 32f.
[256] Viktor E. Frankl: Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. München 1990, S. 203.
[257] Viktor E. Frankl: Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. München 1990, S. 204.
[258] Viktor E. Frankl: Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. München 1990, S. 204.
[259] Vgl. Viktor E. Frankl: Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. München 1990, S. 204ff.

Gegensatz zum ‚da-sein', ein Sein jenseits von Raum und Zeit."[260] Viktor E. Frankl stellt fest, dass geistige Existenz dem Menschen nicht anders bekannt ist als in Ko-existenz mit dem Psychophysicum. „Jede Aussage über geistige Existenz jenseits dieser Ko-existenz, jenseits von Leib, Raum und Zeit, entbehrt des Sinnes."[261] Der Mensch kann um geistige Existenz nur wissen, solange sie durch Leib und Seele vereint und durch Leib und Seele ergänzt ist, zur Einheit und Ganzheit des Wesen Mensch. „Was darüber hinaus ist, was jenseits von Leib, Raum und Zeit ist, was sich im Bereich des reinen Seins abspielt, - darum zu wissen ist unmöglich. […] wir sehen aber auch, daß ein Fortleben des Geistes un-‚denkbar' ist: es kann nicht gedacht werden, es lässt sich nicht vorstellen."[262] Viktor E. Frankl sagt aber, dass es dennoch möglich sein könnte, und darüber hinaus dass es nicht nur möglich, sondern auch notwendig ist. „[…] denn das Gegenteil davon wäre ja keinesfalls möglich; daß nämlich dasjenige, was wesentlich jenseits von Raum und Zeit ist, jemals sterben können sollte. In diesem Sinne schlage ich vor, an Stelle von Fortleben der Person von Überleben zu sprechen – aber nicht so, als ob damit jemand gemeint wäre, daß die geistige Person ihren leiblich-seelischen Tod überlebt, sondern in dem Sine, in welchem wir bereits einmal vom ‚Übersinn' gesprochen haben – worunter wir ‚einen über menschliches Fassungsvermögen wesentlich hinausgehenden Sinn' verstanden haben – also im Sinne eines Über-Lebens, das heißt eines Modus des Lebens, von dem wir uns keinen Begriff mehr machen, den wir nicht fassen können."[263]

[260] Viktor E. Frankl: Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. München 1990, S. 210f.
[261] Viktor E. Frankl: Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. München 1990, S. 211.
[262] Viktor E. Frankl: Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. München 1990, S. 211.
[263] Viktor E. Frankl: Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. München 1990, S. 211.

3 Das Alter(n) aus philosophischer und soziologischer Sicht

3.1 Alterungstheorien und Altersbegriffe

Simone de Beauvoir beschreibt in ihrem Buch „Das Alter“ – siehe Kapitel 3.4.3 - dass der Übergang zum Alter schlecht definiert ist, außerdem fehlen Übergangsriten. Der Zeitpunkt, wann das Alter beginnt, wechselt nach Zeit und Ort. Noch in den 60er Jahren gab es kaum Beschreibungen zu Alter und Alternsproblemen.[264]

Die Wissenschaft hat die Gründe des Alterungsprozesses noch lange nicht endgültig erforscht. Die bisherigen Erkenntnisse münden in verschiedenen Alterungstheorien. „Eine Theorie geht davon aus, dass die Summe der während des Lebens auf den Körper einwirkenden äußeren Einflüsse zu Verschleiß- und Vergiftungserscheinungen führt. Weiterhin wird angenommen, dass die einzelnen Zell- und Gewebebestandteile im Laufe der Zeit an Funktionsfähigkeit einbüßen […]. Noch offen ist, ob die beobachteten Veränderungen der DNA, welche die gesamte Erbinformation eines Menschen enthält, Ursache oder Folge des Alterns sind. Einige Annahmen gehen davon aus, dass Altern und letztendlich Tod im ‚genetischen Programm’ jeder Zelle bereits fest verankert sind und daher in festgelegter Weise ablaufen.“ [265]

Einig ist sich die Wissenschaft darüber, dass „Veränderungen, welche sich in jeder einzelnen Zelle des Körpers […] abspielen, […] Auswirkungen auf den gesamten Menschen [haben]. […] Aufgrund dieser vielfältigen Veränderungen kommt es schließlich zu einer verringerten Anpassungsfähigkeit an äußere Einflüsse. Diese äußeren Einflüsse wirken sowohl auf den Körper als auch auf den Geist ein. Das äußert sich z.B. in einer erhöhten Infektionsanfälligkeit älterer Menschen und in einer nachlassenden Gedächtnisleistung. Jedoch sind diese Veränderungen individuell sehr unterschiedlich ausgeprägt. Das ist zum einen auf angeborene ‚Veranlagung’, zum anderen auf beeinflussbare äußere

[264] Vgl. Simone de Beauvoir: Das Alter. Reinbeck bei Hamburg 1995, S. 5f.
[265] MedizInfo® Gesundheitsportal für Verbraucher und Fachkräfte: Was ist Altern? http://www.medizinfo.de/geriatrie/alter/start.shtml (30.11.2011).

Faktoren – unter anderem Ernährung, körperliche Fitness, geistig fordernde Aktivitäten, individuelle Gesundheitsvorsorge – zurückzuführen.“[266]

Umgang mit dem Altern

„Das Alter ist etwas, an das man in der Jugend nicht glaubt und von dem man im Alter überrascht wird“, sagte der deutsche Schriftsteller Hermann Kesten treffend.

Es kommt nicht darauf an, ob Funktionsminderungen im Alter eintreten, sondern darauf zu erkennen, dass es sie gibt und wie darauf reagiert werden kann. Anerkennt der Betroffene seine Funktionsminderungen und ist er bereit darauf zu reagieren, wird er durch Hilfsmittel wie Gehhilfen, Brillen, Hörgeräte und ähnlichem diese ausgleichen. Die Realität des Alterns anzuerkennen, und die Möglichkeiten an Lebensqualität und Lebensfreude seinem Altern anzupassen, ist zwar nicht jedem gegeben, ermöglicht aber eine Reduktion der Einbußen durch Funktionsminderungen. [267]

Altern ist nicht gleichbedeutend mit Sterben, es ist auch keine Krankheit, führt aber wie bei allen höher organisierten Lebewesen schließlich zum Tod. „Die seelische Entwicklungsfähigkeit des Menschen ist prinzipiell anders organisiert als das biologische Altern. Sie ist durch bewußte Pläne und emotional bestimmte Motivationen orientiert.“[268] Für Leopold Rosenmayr ist in diesem Zusammenhang von Bedeutung, dass das Leben vom Menschen selbst beeinflusst werden kann, und somit körperlich-seelische Leistungschancen und Erfüllungsmöglichkeiten über Jahre des Wohlergehens mitentscheiden.[269]

Werden die Grundfunktionen zunehmend eingeschränkt, so wird damit ein mitunter erheblicher Verlust an Lebensqualität verknüpft. Das Leben macht dann weniger bis kaum noch Freude. Manche sehnen sogar ihren Tod herbei, den sie als Erlösung empfinden. Eine Erlösung ist er aber meist nur dann, wenn er innerlich angenommen wird, weil das Leben allzu mühselig geworden ist und vielfach nicht mehr so lebenswert erscheint. Es heißt, dass sich

---

[266] MedizInfo® Gesundheitsportal für Verbraucher und Fachkräfte: Was ist Altern? http://www.medizinfo.de/geriatrie/alter/start.shtml (30.11.2011).
[267] Vgl. SGIPT - Gesellschaft für Allgemeine und Integrative Psychotherapie-Deutschland. Über die Kunst des Alterns und des Sterbens. http://www.sgipt.org/gipt/entw/altst0.htm (6.2.2012).
[268] Leopold Rosenmayr: Älterwerden als Erlebnis. Wien 1988, S. 25.
[269] Vgl. Leopold Rosenmayr: Älterwerden als Erlebnis. Wien 1988, S. 27.

diejenigen leichter tun mit dem Sterben, die ihr Leben gelebt haben, als ob man sich leichter verabschieden könnte, wenn man etwas von seinem Leben gehabt hat. [270]

Die Vorstellung ewig zu leben macht nur dann Freude, wenn damit die grundlegende Funktionstüchtigkeit wie Bewusstheit, Beweglichkeit und Erlebnisfähigkeit einhergeht. Da aber alles Leben zum Tod bestimmt ist, würde eine Lebensverlängerung - weit über die Grenzen des bisher gekannten höchsten Lebensalters - letztendlich zum Siechtum und zur vollständigen Pflegebedürftigkeit führen. Eine Lebensverlängerung würde also nicht wirklich eine Lebensqualitätsverbesserung herbeiführen.[271]

Biographisches und biologisches Alter

„Das biographische Alter ist die geläufige zeitliche Altersangabe, die sich nach dem Geburtsdatum errechnet […]. Dagegen ist mit dem biologischen Alter der Zustand des Körpers gemeint, der normalerweise einem bestimmten Alter ungefähr entspricht. […]. Das biologische Alter verschiedener Organsysteme kann durchaus unterschiedlich sein. […] Das biologische Alter ist deshalb eher ein Gradmesser für den individuellen körperlichen Zustand und die Gesundheit eines Menschen, als das normale Lebensalter.“[272] Neben den äußerlichen Veränderungen wie graue Haare und Lachfalten, gibt es auch gesundheitliche und psychische Veränderungen. Diese zeigen sich z.B. bei den Sinnesorganen, der Verdauung, im Schlafverhalten und auch dem Immunsystem.[273] Lässt sich die Anpassung an die neue Lebensphase ohne besondere Schwierigkeiten lösen, bemerkt der Betroffene den Übergang zunächst kaum, da sich ein neuer Zustand des biologischen Gleichgewichts einstellt. Es ist aber nur eine Frage der Zeit, bis die Veränderungen im Bereich der körperlichen Funktionen durch Nachlassen der Seh- und Hörfähigkeit, der

---

[270] Vgl. François Höpflinger: Alter/n heute und Aspekte einer modernen Alterspolitik Thesen. http://www.hoepflinger.com/fhtop/fhalter1G.html (15.12.2011).
[271] Vgl. SGIPT - Gesellschaft für Allgemeine und Integrative Psychotherapie-Deutschland. Über die Kunst des Alterns und des Sterbens. http://www.sgipt.org/gipt/entw/altst0.htm (6.2.2012).
[272] MedizInfo® Gesundheitsportal für Verbraucher und Fachkräfte: Was ist Altern? http://www.medizinfo.de/geriatrie/alter/start.shtml (30.11.2011).
[273] Vgl. MedizInfo® Gesundheitsportal für Verbraucher und Fachkräfte: Was ist Altern? http://www.medizinfo.de/geriatrie/alter/start.shtml (30.11.2011).

Minderung der Herztätigkeit und der daraus resultierenden Einschränkung der gewohnten Leistungsfähigkeit dem Betroffenen zu schaffen machen.[274]

Psychisches Altern

Das psychische Altern ist durch das eigene Erleben und Empfinden bestimmt und steht nicht in direkter Abhängigkeit zu den anderen Altersaspekten.
Die Forschungen über das psychische Altern werden seit den 30er Jahren von den Entwicklungspsychologen intensiver betrieben. Dabei werden Lebensphasen beschrieben, bei denen die Historiker und Soziologen die jeweiligen sozialen Lebens- und Arbeitsbedingungen, die kulturelle Organisation der gesellschaftlichen Entwicklung, oder die politische Wirksamkeit sozialer Ideologien und Bewegungen analysieren.
Während Solon im 7. und 6. Jhd.v.Chr. das Leben noch stark kosmologisch verstand und bei der Einteilung in sieben Lebensphasen Anleihe bei der Astronomie machte, ging Aristoteles von den Grenzpunkten Jugend und Alter aus und sah in der erfüllenden Mitte im mittleren Alter die beste Zeit des Menschen.
Die neuere psychologische Forschung geht empirisch vor. Der Mensch entwickelt sich so lange er lebt. Er muss sich in jeder Lebenssituation mit den je anstehenden Problemen auseinandersetzen.[275]

Soziales Altern

Der Prozess des Alterns wird sehr unterschiedlich erlebt. Im Laufe des Lebens werden von jedem Menschen verschiedene soziale Abschnitte durchlaufen, daher machen nicht nur die Gesundheit, sondern auch die Familie und das soziale Umfeld einen wichtigen Teil der Lebensqualität im Alter aus.[276] „Während in alten Kulturen dem Alter Respekt und Anerkennung zuteil wurde, hat die moderne technologisch bestimmte, leistungs- und zukunftsorientierte Industriegesellschaft ein deutlich negativ geprägtes Stereotyp vom alten

---

[274] Vgl. Alfons Auer: Geglücktes Altern. Eine theologisch-ethische Ermutigung. Freiburg-Basel-Wien 1995, S. 22.
[275] Vgl. Alfons Auer: Geglücktes Altern. Eine theologisch-ethische Ermutigung. Freiburg-Basel-Wien 1995, S. 29ff.
[276] Vgl.: MedizInfo® Gesundheitsportal für Verbraucher und Fachkräfte: Was ist Altern? http://www.medizinfo.de/geriatrie/alter/start.shtml (30.11.2011).

Menschen entwickelt, das sich bis in die siebziger Jahre hinein immer mehr breitmachen konnte“,[277] schrieb 1995 Alfons Auer.

Diese Aspekte haben sich laut Meinung von François Höpflinger z.B. in der Schweiz geändert, und werden in folgenden Thesen von ihm dargelegt:

Die wirtschaftliche und soziale Lage älterer Menschen und damit wohl auch das gesundheitliche Befinden haben sich in den letzten Jahrzehnten mehrheitlich verbessert. Die Menschheitsgeschichte ist deshalb erstmals mit einer qualitativ hoch stehenden nachberuflichen Phase konfrontiert.

Die späteren Lebensphasen sind vorgeprägt durch frühere Lebensprozesse, was sich in Längsschnittbeobachtungen zeigt.

Ein enormer Generationswandel bewirkt einen markanten Kohortenunterschied in Zusammensetzung, Lage und Befindlichkeit älterer Menschen, sodass nur wenige Hinweise auf die zukünftige Gestaltung des Alterns vermittelt werden.

Das Altern von Mann und Frau verläuft differentiell und weist in allen Lebensbereichen enorme Unterschiede auf. Dies wirkt sich nicht nur in Fragen der sozialen Ungleichheit aus, sondern im Brennpunkt steht auch die grundsätzliche Heterogenität und Vielfalt von Alterungsprozessen.

Das menschliche Altern ist in hohem Masse gestaltbar, und auch bei betagten und hochbetagten Menschen ergeben sich beträchtliche, heute oft noch zu wenig ausgeschöpfte Interventions- und Präventionsmöglichkeiten. Behinderungen und Pflegebedürftigkeit im hohen Lebensalter, aber auch soziale Vereinsamung, Desintegration und Verarmung im Alter lassen sich wenn nicht vollständig, so doch wirkungsvoll reduzieren.[278]

---

[277] Alfons Auer: Geglücktes Altern. Eine theologisch-ethische Ermutigung. Freiburg-Basel-Wien 1995, S. 38.

[278] Vgl. François Höpflinger: Alter/n heute und Aspekte einer modernen Alterspolitik Thesen. http://www.hoepflinger.com/fhtop/fhalter1G.html (15.12.2011).

3.2 Demographie im Wandel

Lebenserwartung im Wandel der Zeit

Seit der Antike ist die durchschnittliche Lebenserwartung der Menschen unaufhörlich gestiegen. Sie betrug 18 Jahre in der Antike und 25 Jahre im 17. Jahrhundert. Im 18. Jahrhundert betrug diese in Frankreich 30 Jahre. [279]

Leopold Rosenmayr gibt die durchschnittliche Lebenserwartung im Jahr 1988 für Frauen mit 81 und für Männer mit 77 Jahren an.[280] Im Jahr 2010 betrug die Lebenserwartung bei Frauen 83 und bei Männern 78 Jahre, 2050 wird diese laut Statistik Austria bei 90 bzw. 86 Jahren liegen.[281]

Künftig sind genetisch bedingte Veränderungen der Lebensspanne nicht auszuschließen. Entscheidend für Langlebigkeit sind komplexe Wechselbeziehungen zwischen Umweltfaktoren und genetischen Dispositionen. [282]

Demographische Entwicklung

Über den demographischen Wandel, der durch die Industrialisierung und dem gestiegenen Lebensstandard ab dem 18 und 19. Jahrhundert entstanden ist, berichtet Simone de Beauvoir in ihrem Buch „Das Alter“, das im Kapitel 3.4.3 näher beschrieben wird. Es ist damals einerseits die Kindersterblichkeit stark gesunken und andererseits hat eine Überalterung eingesetzt. Durch steigende Geburtenraten nach dem 2. Weltkrieg sollte die ungleiche Altersstruktur wieder ausgeglichen werden.[283]

Dass in Europa keine Stabilisierung der Altersstruktur eingetreten ist, hat der „Zukunftsreport demographischer Wandel“ im Jahr 2000 in Deutschland gezeigt. Auf Grund zwischenzeitlich wieder sinkender Geburtenraten und kontinuierlicher Steigerung der Lebensdauer, wird auch in Zukunft eine erhebliche Änderung der Altersstruktur, in Europa und anderen

---

[279] Vgl. Simone de Beauvoir: Das Alter. Reinbeck bei Hamburg 1995, S. 188.
[280] Vgl. Leopold Rosenmayr: „Vorwärts geht das Leben“. In: Die Presse, Tageszeitung. Wien 26.11.2011, S. 2.
[281] Vgl. Statistik Austria: Demographisches Jahrbuch 2010, S. 43f.
[282] Vgl. François Höpflinger: Hochaltrigkeit - demographische, gesundheitliche und soziale Entwicklungen, Internet, http://www.pro-senectute.ch/data/551/04-12_debatte_01.pdf (8.2.2012.).
[283] Vgl. Simone de Beauvoir: Das Alter. Reinbeck bei Hamburg 1995, S. 188f.

Industrienationen, zu erwarten sein. Dies wird durch eine dauerhafte Änderung des generativen Verhaltens verursacht. Die Folge ist ein demographischer Sprung und ein unausgewogener Altersaufbau. Nur durch eine grundlegende Verhaltensänderung wäre eine Umkehr der Entwicklung möglich. Derzeit ist durch Zuwanderung der befürchtete Bevölkerungsrückgang in die Zukunft verschoben worden.[284]

In Österreich blieb der Anteil der Erwerbstätigen in den letzten Jahren gleich, während sich der der Anteil der Menschen über 60 Jahre im Zeitraum 2000 bis 2010 um 2,5% erhöht hat. Die Anzahl der Kinder an der Gesamtbevölkerung bis 15 Jahre hat sich im gleichen Zeitraum um 2,2% verringert.[285]
„Das demographische Altern der Bevölkerung zeigt sich auch im steigenden Durchschnittsalter. Es stieg in den letzten zehn Jahren zwischen 2000 und 2010 um gut zwei Jahre, nämlich von 39,5 auf 41,6 Jahre. Seit den frühen 1970er-Jahren [36,1 Jahre] erhöhte sich das Durchschnittsalter der Bevölkerung um rund 5,5 Jahre.“[286]
Laut dem Bericht der Statistik Austria 2010 werden Menschen, die älter als 80 Jahre alt sind, langfristig den stärksten zahlenmäßigen Zuwachs verzeichnen. Als Gründe werden steigende Lebenserwartung und die starken Geburtenjahrgänge um 1940 und 1960 genannt. Im Jahr 1975 lebten in Österreich weniger als 200.000 Personen, die älter als 80 Jahre alt waren, 2000 waren es 405.000. Im Jahr 2015 wird geschätzt, dass diese Bevölkerungsschicht dann ca. 426.000 Personen ausmachen wird, und im Jahr 2030 werden es bereits ca. 635.000 sein.[287]

Auf die sich daraus ergebenden Probleme für die Geriatrie, Wirtschaft und die Menschen kann in dieser Arbeit nicht weiter eingegangen werden, obwohl dieses Thema voraussichtlich mit dem zukünftigen Leben der alten Menschen zusammenhängen wird.

---

[284] Vgl. Jochen Pack u.a. (Hg.): Zukunftsreport demographischer Wandel. Innovationsfähigkeit in einer alternden Gesellschaft. Köln 2000, S. 6.
[285] Vgl. Statistik Austria: Demographisches Jahrbuch 2010, S. 23f.
[286] Statistik Austria: Demographisches Jahrbuch 2010, S. 24.
[287] Vgl. Statistik Austria: Demographisches Jahrbuch 2010, S. 24f.

3.3 Alter und Altern in der Philosophie und Geistesgeschichte

Simone de Beauvoir hat versucht, die Stellung der alten Menschen im Lauf verschiedener Epochen zu untersuchen, und sie kam zu der Erkenntnis, dass eine Erwähnung in den Dokumenten nur selten vorkommt. Es ist eine Gleichstellung mit der Gesamtheit der Erwachsenen festzustellen. Aus der Mythologie, der Literatur, der Ikonographie ergibt sich ein bestimmtes Weltbild des Alters, das je nach Zeit und Ort wechselt. Das Wort Alter hat in den einzelnen Zeitzeugnissen zwei grundlegend verschiedene Bedeutungen. Wenn es die Gesetzgeber und Moralisten verwenden, ist es je nach den Umständen eine mehr oder weniger aufgewertete soziale Kategorie. Wenn es die Dichter verwenden, ist es für jedes Individuum ein Einzelschicksal. Simone de Beauvoir ist weiters der Meinung, dass Moralisten und Dichter der Oberschicht angehörten und immer nur unvollständige Wahrheiten ausdrückten, die meistens unvereinbar gegenüberstehen. Aber die Dichter sind spontaner und daher eher ehrlich.

Eine weitere Erkenntnis ist, dass es unmöglich ist, eine Geschichte des Alters zu schreiben. Dies könnte damit in Zusammenhang stehen, dass Greise als soziale Kategorie nie in den Lauf der Welt eingegriffen haben. Solange er leistungsfähig bleibt, ist er in die Gemeinschaft integriert. Verliert er seine Fähigkeiten, erscheint er als ein anderer, er ist nur noch eine Last.[288]

3.3.1 Das Alter und das Altern in den einzelnen Epochen

Maria Nühlen-Graab hat in ihren „Philosophischen Grundlagen der Gerontologie“ die Geschichte des Alters, und vor allem auch die Stellung der Alten in der Philosophiegeschichte von der Antike bis ins zwanzigste Jahrhundert, untersucht. Sie hat festgestellt, dass es in keiner Epoche eine unangefochtene Achtung und Ehre des Alters und eine unumstrittene Akzeptanz des Alters, gegeben hat. Trotzdem ist die Beschäftigung mit dem Thema Alter und Altern so alt wie das Nachdenken des Menschen über sich und seine Umwelt.

[288] Vgl. Simone de Beauvoir: Das Alter. Reinbeck bei Hamburg 1995, S. 75.

In den verschiedenen Mythen des Altertums wurden das Alter, und damit der alte Mensch, einerseits verehrt und andererseits abgelehnt. Es bestand der Wunsch das menschliche Leben zu verlängern, bzw. ein möglichst langes gesundes Altern zu erreichen. Die Erfüllung des Wunsches wurde göttlichen Kräften zugeschrieben. Daher besaßen jene wenigen Menschen, die ein hohes Alter erreichten ein hohes Ansehen, da angenommen wurde, dass ihnen eine göttliche Gnade gewährt worden war. Dem gegenüber stand in den Mythen der Wunsch ein jugendliches Alter zu erhalten und das Greisenalter in Verbindung mit Alterserscheinungen zu verhindern. Durch magische Kräfte sollte eine Alterlosigkeit bzw. eine Verjüngung ermöglicht werden. [289]

Die Frage nach dem Sinn des Alterns und Alters und dem Sinn des Lebens im Alter wurde schon in den ersten überlieferten philosophischen Gedanken geäußert. Der Sinn des Lebens im Alter wurde in der Geschichte oftmals als eine Verpflichtung der Alten gegenüber den Jungen gesehen. Der Sinn bestand in der Bewahrung von Tradition und Recht, in der Hilfestellung bei der Lebensbewältigung und in der Vorsorge für die Zukunft. Innerhalb der Gemeinschaft war klar reglementiert, wer die Macht in der Familie oder einer politischen Position ausüben durfte. Geschriebene und ungeschriebene Gesetze über Achtung und Ehre gegenüber den Eltern mussten eingehalten werden. Daneben gab es immer wieder in den geschichtlichen Epochen eine Trennung der positiven und negativen Bewertung des körperlichen und geistigen Alterns. Das Spektrum der Einstellung zum körperlichen Altern reichte von einer Befreiung der Leidenschaft und Lüste bis zu den verloren gegangenen sexuellen Freuden, vom Verlust der Sinneswahrnehmungen bis hin zum Fäulnisprozess und Sinnlosigkeit des Lebens aufgrund körperlicher Gebrechen. Für das geistige Altern standen Altersweisheit, Vergreisung und Altersschwachsinn.[290]

Die Achtung und Verachtung des Alters hing schon immer eng mit Armut und Reichtum zusammen. Schon zu Homers Zeiten war es beklagenswert das Alter in Armut zu verleben. Damals wie heute können Reiche einen angenehmeren Lebensabend verbringen.

---

[289] Vgl. Maria Nühlen-Graab: Philosophische Grundlagen der Gerontologie. Heidelberg 1990, S. 193.

[290] Vgl. Maria Nühlen-Graab: Philosophische Grundlagen der Gerontologie. Heidelberg 1990, S. 193.

Auch die Bewältigung der Alter(n)sproblematik war in der Philosophiegeschichte immer wieder von Versuchen, eine ansprechende Form zu finden, geprägt. Die Vorschläge reichten von der Negierung bis zur generellen Akzeptanz des Alter(n)s. Eine Form der Bewältigung, nämlich jene, die sich auf die moralischen Grundsätze im Leben beruft, ist häufig zu finden. Wer sein Leben nach moralischen Grundsätzen ausgerichtet hat und in Ruhe auf sein vergangenes Leben zurückblicken kann, sich also mit seiner gelebten Vergangenheit einverstanden fühlt, kann in Ruhe altern. Die Betrachtung des Erreichten wird in den Vordergrund gestellt, wobei diese nicht nur der Vergangenheitsbewältigung dient, sondern auch gleichzeitig die Möglichkeiten in der Zukunft - aufgrund der langjährigen Erfahrung - aufzeigen soll.[291]

Erfahrung und angehäuftes Wissen kann einen Vorteil für einen Alten darstellen. Andererseits werden Alte oft mehr oder weniger brutal aus der Gemeinschaft ausgestoßen. Bei Naturvölkern ist der Alte oft ein unnützer Alter geworden, der nicht mehr arbeiten kann. Bei Nomadenvölkern ist der Alte hinderlich beim Weiterziehen. Alte setzen eigene Initiativen wie zum Beispiel den Freitod. Auch lebendiges Begraben, Zurücklassen, Sterbehilfe durch Verwandte - wenn Zeichen der Schwäche erkennbar sind, oder wenn sie sehen, dass sie zur Belastung werden - werden bei einzelnen Naturvölkern angewendet. [292]

In einem Vergleich zwischen den realhistorischen Situationen verschiedener Epochen hat die Autorin Maria Nühlen-Graab festgestellt, dass zumindest ein teilweiser Zusammenhang der Anschauungen und Stellungnahmen von Philosophen gegeben ist, und eine wechselseitige Beeinflussung angenommen werden kann. Die Auswirkungen der wechselseitigen Beeinflussung ist nicht zu bestimmen, die Philosophen haben immer wieder in bedeutenden Werken die gesellschaftliche oder persönliche Situation wiedergegeben, wie zum Beispiel Ernst Bloch, Jean Amery, Marcus Tullius Cicero. Die verschiedenen Autoren haben unabhängig ihres eigenen Alters aus ihrer subjektiven Sicht in Form von

[291] Vgl. Maria Nühlen-Graab: Philosophische Grundlagen der Gerontologie. Heidelberg 1990, S. 194.
[292] Vgl. Simone de Beauvoir: Das Alter. Reinbeck bei Hamburg 1995, S. 35f.

sachlich-distanzierten Feststellungen oder persönlichen Empfindungen geschrieben.[293]

Das Verständnis von Alter und Altern ist in der Philosophiegeschichte in verschiedenen Formen wiedergegeben worden, die sich in der Geschichte in modifizierter Form wiederholen. In der nachstehenden Zusammenfassung sind diese skizziert:
Das gesamte geistig-seelische Befinden im Alter hängt vom Lebenswandel des Betreffenden ab. Dazu gehört, dass man seinen Körper pflegt, sich gesund ernährt, soziale Kontakte pflegt und sich geistig betätigt. Die bestmöglichen Voraussetzungen für eine hohe Befindlichkeit im Alter hängen vom Umgang mit sich selbst ab, das Geistige und Körperliche gehört gleichwertig zusammen. Auch die Zufriedenheit im ganzen Leben ist eine gute Voraussetzung, wenn man sich also mit seinen Handlungen, die moralisch-tugendhaft waren, einverstanden erklärt. Einen geistigen und körperlichen Verfall und die daraus resultierende soziale Isolation hat der Einzelne selbst zu verantworten.
Das Alter ist ein Abschnitt innerhalb des gesamten Lebens und dieser Abschnitt darf nicht isoliert betrachtet werden. Vor allem sind die Verdienste, die sich ein Mensch im Laufe seines Lebens erworben hat, ausschlaggebend für das Ansehen im Alter. Das Ansehen ist unabhängig vom Zustand des Alten (gesund oder krank, geistig klar oder verwirrt), er darf auch nicht verspottet werden, wenn er in seinem Leben viel geleistet hat. Das Alter ist zwar immer ehrenswert, geehrt sollen aber nur die werden, die sich persönliche Verdienste erwarben.
Durch geistige Anstrengungen können körperliche Schwächen, sowie Verluste und Beschwernisse kompensiert werden. Um die Ausbildung und die geistige Reife muss sich der Einzelne selbst kümmern. Ein glückliches und zufriedenes Leben im Alter ist - trotz körperlicher Mängel - nur dann möglich, wenn man sich es erarbeitet hat. Die dadurch erkennbare bessere Wertung des Geistigen führt überdies dazu, dass das Alter als höchste Stufe der Freude, Zufriedenheit und Glückseligkeit erlebt werden kann, wenn es aus einem langen Leben lebt und frei von körperlichen Begierden gelebt wurde. In einer Polarisierung mit der

[293] Vgl. Maria Nühlen-Graab: Philosophische Grundlagen der Gerontologie. Heidelberg 1990, S. 194.

Jugend, die die körperliche Kraft und Schönheit innehat, ist man im Alter reich an Erfahrung, Wissen und Weisheit.
Ein anderes Verständnis zum Altern besagt, dass das Altern hauptsächlich als biologischer Prozess gesehen und erlitten werden muss. Die physischen Komponenten wie langes Leben und Gesundheit sind zwar im Körper determiniert, aber durch eine gesunde bzw. ungesunde Lebensführung beeinflussbar. Wenn jemand lange lebt, muss er das „Übel" Alter erleiden, er kann aber versuchen es so gut wie möglich für sich zu gestalten.
Der alte Mensch ist kein vollwertiger Mensch mehr, er ist im gesellschaftlichen Ansehen ein Nichts, er verliert seine Kraft und Potenz, er verliert seine geistigen Kräfte und verliert so seine Würde als Mensch.[294]
„Zur Sinngebung im Alter sind die Positionen zu finden, daß in der Akzeptanz des göttlichen Willens oder der Anerkennung der Teleologie [in] der Natur eine Sinnfindung möglich ist, die darauf basiert, daß alle Menschen gleich[wertig] sind."[295] Eine andere Haltung sagt, dass eine Sinngebung nicht vorgegeben ist, sondern diese im Alter von jedem Einzelnen für sich selbst gefunden werden muss. In welchem Bereich dieser Sinn im Alter gefunden wird, muss ebenfalls der Einzelne für sich entscheiden. Dieser kann zum Beispiel im Abschiednehmen und in der Vorbereitung auf den Tod, in der weiteren geistigen Tätigkeit, in der Beschäftigung mit Familie und Natur usw. liegen.

In den Epochen können durchaus auch mehrere der beschriebenen Positionen bezogen worden sein und mehr oder weniger überwogen haben. Maria Nühlen-Graab geht davon aus, dass in der gegenwärtigen Zeit sämtliche Positionen, was die Einstellung gegenüber alten Menschen und das Selbstverständnis des alten Menschen beeinflusst, vertreten sind. Betreffend hohe Lebenserwartung gab es früher nur einzelne Ausnahmen, da Menschen selten sehr alt wurden. In der heutigen Zeit ist die Lebenserwartung generell hoch, sodass das Leben auch unter dem Aspekt einer medizinischen und materiellen Absicherung geplant werden kann, und der Mensch sich darauf einstellen kann.

---

[294] Vgl. Maria Nühlen-Graab: Philosophische Grundlagen der Gerontologie. Heidelberg 1990, S. 195f.
[295] Maria Nühlen-Graab: Philosophische Grundlagen der Gerontologie. Heidelberg 1990, S. 196.

Trotzdem stellt sich heute die Frage nach der Sinngebung im Alter, denn der Zeitraum von zwanzig und mehr Jahren im Alter kann nicht in einer Sinnlosigkeit, in einem Warten auf den Tod, oder einem „noch geduldet werden“ verbracht werden. Maria Nühlen-Graab sieht als Grundvoraussetzung für die Sinngebung im Alter die Notwendigkeit der Akzeptanz des Alterns und Alters, sowohl die persönliche als auch die gesellschaftliche. [296] „Die Voraussetzungen dafür zu schaffen, ist eine der gegenwärtigen Hauptaufgaben der Gerontologie, wenn sie nicht nur Lebensverlängerung, sondern auch Anerkennung und Wohlbefinden im Alter erstrebt.“[297]

[296] Vgl. Maria Nühlen-Graab: Philosophische Grundlagen der Gerontologie. Heidelberg 1990, S. 195f.
[297] Maria Nühlen-Graab: Philosophische Grundlagen der Gerontologie. Heidelberg 1990, S. 197.

3.4 Beispiele für Alter(n)sbewältigung

Um der Forschungsfrage gerecht zu werden, werden die konkreten Aussagen Viktor E. Franks über das Altern und den Sinn im Alter dargestellt. Da grundsätzlich seine Lehre für alle Arten des Alters Gültigkeit hat, finden sich nur vereinzelt Beschreibungen und Angaben über das Alter.
Anschließend wird beispielhaft an Hand der Werke von Marcus Tullius Cicero, Simone de Beauvoir und Leopold Rosenmayr - die konkrete Anweisungen zum Altern enthalten – die Kriterien der Altersbewältigung untersucht und gegenüber dem Werk Viktor E. Frankls einem Vergleich unterzogen.

„Während für den jungen Menschen alles für die Ewigkeit gebaut zu sein scheint, weiß der Alternde mehr noch aus Instinkt, als aus Einsicht und Erfahrung, daß dem, was Leben und Geist hervorbringen, […] nur eine befristete Dauer, nur ein ‚Dasein auf Abruf', beschieden ist."[298] Die Sinnhaftigkeit der letzten Lebensjahre entscheidet sich für den Menschen dadurch, ob er die befristete Lebenszeit und bruchstückhafte Lebensleistung widerwillig, aufbegehrend und resignierend oder in Akten der Ergebung akzeptiert. Wenn er sich nicht – gegen den Zug einer auf Todesverdrängung ausgerichteten Umwelt – zur Annahme des Unannehmbaren, des Sterbens, durchringt, erleidet die Lebensgeschichte eines Menschen einen folgenschweren Sinnbruch.[299] Es ist daher die Sinnfrage des Alters nur über die Sinnperspektiven des ganzen Lebens - mit Anfang und Ende und Werden und Vergehen - zu sehen und darüber nachzudenken. Es darf nicht passieren, dass dadurch die Kardinalfrage „Wozu all die Plage, wenn am Ende nichts übrig bleibt?"[300] zum Sinnbruch führt. Das gilt sowohl für den alten Menschen als auch für die Angehörigen und das Pflegepersonal, denen auch keine Schonung durch Verdrängung zuteil werden darf.[301]

---

[298] Eugen Biser zit. nach Elisabeth Lukas: Alles fügt sich und erfüllt sich. Stuttgart 1994, S. 32.
[299] Vgl. Eugen Biser zit. nach Elisabeth Lukas: Alles fügt sich und erfüllt sich. Stuttgart 1994, S. 32.
[300] Elisabeth Lukas: Alles fügt sich und erfüllt sich. Stuttgart 1994, S. 32.
[301] Vgl. Elisabeth Lukas: Alles fügt sich und erfüllt sich. Stuttgart 1994, S. 32f.

3.4.1 Viktor E. Frankls Philosophie des Alterns

Sinnperspektive im Alter bei Viktor E. Frankl

Viktor E. Frankl hat über das Altern folgendes gesagt: „Ich finde gar nichts Arges am Altern. Ich pflege zu sagen, das Altern macht mir nichts aus, solange ich mir einbilden darf, daß ich im gleichen Maße, in dem ich altere, auch noch reife.“ [302] Viktor E. Frankl hat das Altern als Reifungsprozess betrachtet und aus eigener Erfahrung den Vorteil hervorgehoben, dass man im Alter imstande ist, durch die erlernte Praxis körperliche Schwächen auszugleichen. Viktor E. Frankl schildert dazu ein selbst erlebtes Beispiel. Sein Bergführer hat ihn darauf aufmerksam gemacht, dass er offensichtlich die schwächer werdende Kondition durch raffinierte Klettertechnik auszugleichen imstande ist.[303]

Das Altwerden ist für Viktor E. Frankl „Letzten Endes ist das Altwerden ein Aspekt der Vergänglichkeit menschlichen Daseins, aber diese Vergänglichkeit ist im Grunde ein einziger großer Ansporn zur Verantwortlichkeit – zur Anerkennung des Verantwortlichseins als Grund- und Wesenszug menschlichen Daseins.“[304]

Stoppelfeld der Vergänglichkeit

Gegenüber verzweifeltem Menschen, die im Alter oft nur eine Leere vor sich sehen, hat Viktor E. Frankl das Gleichnis von der vollen Scheune und dem abgeernteten Stoppelfeld beschrieben. Im fortgeschrittenen Leben sieht der Mensch oft nur das abgeerntete Stoppelfeld der Vergänglichkeit. Er übersieht oft dabei die reiche Ernte der Leistungen und Erlebnisse aus seinem Leben, was er also sinnvolles gewirkt, erlebt und erlitten hat. Der Sinn suchende, alte oder leidende Mensch soll den Blick in die volle Scheune der Vergangenheit werfen, um zu sehen, was er alles ins Vergangensein hineingerettet hat, wo es unverlierbar geborgen bleibt. Wer beherrscht wird vom Gedanken des Abschiednehmens hat vergessen, dass das Tor, das sich zu schließen droht, eben jenes einer vollen Scheune ist.[305]

---

[302] Viktor E. Frankl: Was nicht in meinen Büchern steht. München 1995, S. 100.
[303] Vgl. Viktor E. Frankl: Was nicht in meinen Büchern steht. München 1995, S. 100ff.
[304] Viktor E. Frankl: Was nicht in meinen Büchern steht. München 1995, S. 102.
[305] Vgl. Viktor E. Frankl: Psychotherapie für den Alltag. Freiburg 1992, S. 61.

Psychische Hygiene und Aufgaben im Alter

Die Pensionierungskrise ist Folge eines psychosomatischen Verfalles beim Menschen, der außer der Arbeit kaum einen Lebensinhalt gekannt hat, und der zwar durch die Pensionierung vom Druck der beruflichen Verpflichtung entlastet wird, aber in der Folge mit einer Leere in sich konfrontiert wird. Gegengesteuert gegen diesen psychophysischen Kräfteverfall im Alter kann dadurch werden, dass sich der Mensch nicht nur physisch, sondern auch psychisch fit hält. Viktor E. Frankl stellt in diesem Zusammenhang fest, dass z.B. das Buch als Therapeutikum aber auch also Profilaktikum dienen kann.[306]

Auch Viktor E. Frankl sieht bereits die aufkommende Überalterung, geht aber weiter nicht auf bevölkerungspolitische und sozialmedizinische Konsequenzen ein, sondern versucht vom Standort der Psychotherapie und psychischen Hygiene die Fakten zu behandeln. Viktor E. Frankl meint damit die seelenärztliche Krankenbehandlung und Krankheitsverhütung, die dem Menschen im Alter ein menschenwürdiges Dasein ermöglichen sollen. Das bloße „am-Leben-Sein“ und „Am-Leben-bleiben“[307] lässt jedes menschliche Wesen zutiefst unerfüllt und unbefriedigt und verhindert jede Sinnerfüllung. Für Viktor E. Frankl steht fest, dass einerseits ein Mensch, der in Pension geht - bei Fehlen einer gleichwertigen Ersatzbeschäftigung - dem Siechtum verfällt und früh verstirbt, andererseits das Bewusstsein eine sinnvolle Aufgabe zu haben dem alten Menschen nicht nur seelisch hilft, sondern ihn auch vor Krankheiten und somit vor dem frühzeitigen Tode bewahrt.
Zu Viktor E. Frankls Zeit gab es bereits die Forderung, den aus dem Berufsleben ausgeschiedenen Menschen in anderweitiger Form die Chance einer Betätigung zu geben.[308] Viktor E. Frankl ist davon überzeugt, dass es darauf ankommt, dass der alte Mensch die Möglichkeit hat, auch trotz seines Alters ein wertvolles und lebenswürdiges Dasein zu leben, und sich im Alter noch innerlich erfüllen kann. Viktor E. Frankl führt als Beispiel die ehrenamtliche Tätigkeit an. Es geht nicht um Gelderwerb, sondern es ist der

[306] Vgl. Viktor E. Frankl: Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn. München 1985, S. 17.
[307] Viktor E. Frankl: Psychotherapie für den Alltag. Freiburg 1992, S. 53.
[308] Vgl. Viktor E. Viktor E. Frankl: Psychotherapie für den Alltag. Freiburg 1992, S. 53f.

psychologische Standpunkt ausschlaggebend, für etwas da zu sein – für etwas oder jemand.[309]

Viktor E. Frankl ist in seinem Werk nur vereinzelt auf das Alter eingegangen, da er das Alter als selbstverständlichen Reifungsprozess und als Akt der Vergänglichkeit menschlichen Daseins gesehen hat. Er hat auch bei den Wertkategorien darauf verwiesen, dass es auf Haltung und Einstellung gegenüber dem unvermeidlichen und unabkömmlichen Schicksal, als das auch das Alter gesehen werden kann, ankomme.

3.4.2 Marcus Tullius Cicero – „Cato der Ältere über das Alter“

Die bekannteste erhaltene Schrift aus der Antike über das Alter stammt von Cicero (Marcus Tullius Cicero, 106 – 43 v. Chr.) und heißt „Cato maior de senectute“ („Cato der Ältere über das Alter“). Cicero verfasst die Schrift mit 62 Jahren (44 v. Chr.), motiviert durch sein eigenes Alter, das ihm Sorgen macht.
Durch seine philosophische Betrachtung des Alters in seiner Niederschrift möchte er von der Last des Alters befreien. Marcus Tullius Cicero empfindet beim Schreiben dieser Schrift, dass seine eigenen Altersbeschwerden wie weggeblasen sind, und dass ihm sein Alter sogar behaglich und willkommen ist. „[…] zum Lob der Philosophie: Wer ihr ergeben ist, kann jedes Lebensalter ohne Kummer verbringen“.[310]

Er nimmt Stellung zu den Wehklagen über das Alter, wobei er nicht dem Alter, sondern dem Charakter des Menschen die Schuld über die Wehklagen zugeschrieben hat. „Wer nämlich im Alter anspruchslos, leutselig und freundlich ist, der kann es ganz gut aushalten. Misslaune jedoch und unfreundliches Wesen machen das Leben zur Qual, ganz gleich wie alt man ist.“[311]

Marcus Tullius Cicero hat vier Gründe erkannt, weswegen man das Alter als Unglück empfindet:
- Weil es uns zunehmend verwehrt, Großes zu leisten,
- weil es den Körper entkräftet,

[309] Vgl. Viktor E. Viktor E. Frankl: Psychotherapie für den Alltag. Freiburg 1992, S. 57.
[310] Marcus Tullius Cicero: Cato der Ältere – Über das Alter. Düsseldorf 1999, S. 9.
[311] Marcus Tullius Cicero: Cato der Ältere – Über das Alter. Düsseldorf 1999, S. 15.

- weil es uns die Sinnenfreuden nimmt und
- weil es dem Tod nahe ist.

Grundsätzlich geht Marcus Tullius Cicero an die Wehklagen der Alten mit einer positiven Einstellung heran und meint, dass die besten Möglichkeiten gegen das Alter die Wissenschaften und die praktische Verwirklichung sittlicher Werte sind. „Sie trägt, wenn man in sie in jedem Lebensalter gepflegt hat, nach einem langen und reichen Leben herrliche Früchte, […] weil sie uns immer selbst im letzten Augenblick des Lebens noch, möglich ist […], sondern auch deswegen, weil das Bewußtsein, sittlich gut gelebt, und die Erinnerung, viele schöne Leistungen vollbracht zu haben, größte Freude bedeutet.“[312]

Dem Klagen über die schwindende Möglichkeit „Großes zu leisten“ hält Marcus Tullius Cicero entgegen, dass Leistungen auch ohne körperlichen Einsatz möglich sind. Durch Klugheit, Erfahrung und Ansehen etwas zu sagen zu haben, sind Vorzüge die man im Alter nicht einbüßt, sondern eher im zunehmenden Maße hat. Das nachlassende Gedächtnis könne man durch Üben und eifrigem Interesse im Alter erhalten, dann bleiben die Geisteskräfte im Alter erhalten. Wer von Natur aus kein großer Denker war, wird auch im Alter keiner werden. Marcus Tullius Cicero freut es, dass die Alten von der Jugend geachtet und geliebt werden, und er befindet, dass die Jüngeren an der belehrenden Führung durch die Alten Gefallen finden. [313]

Bei den körperlichen Kräften soll man sich an das Vorhandene halten, und was man leistet soll nach Maßgabe seiner Kräfte erfolgen. Mit den Kräften soll mit Umsicht umgegangen werden - Überanstrengungen sollen vermieden werden - um mit ihnen gegen das Alter ankämpfen zu können, wie gegen eine Krankheit. Durch gesundes Leben soll der Mensch den Körper, aber noch mehr die Denkkraft, den Geist stärken. Der Geist wird dadurch frisch erhalten, indem man ihn betätigt. Ein Rest jugendlicher Frische soll im Alter erhalten bleiben, wer aktiv ist merkt nicht, dass er älter wird. Man soll bedenken, dass der Ruhm in früheren Jahren den Kräften des Körpers zu verdanken ist, und nie dem

[312] Marcus Tullius Cicero: Cato der Ältere – Über das Alter. Düsseldorf 1999, S. 17.
[313] Vgl. Marcus Tullius Cicero: Cato der Ältere – Über das Alter. Düsseldorf 1999, S. 23ff.

Menschen selbst. Vielmehr soll man mit Freude das Wissen an jüngere weitergeben und im Alter als Lehrer wirken.[314]

Der „Verlust der sinnlichen Lust“ im Alter sei keine Tragödie meint Marcus Tullius Cicero, da die Sinnlichkeit der größte Feind sei, wie in der Jugend festgestellt wurde. Denn wo Leidenschaft herrsche, sei Maßhalten nicht mehr möglich, an die Stelle der Sinneslust treten im Alter andere vor allem geistige Vergnügen. Die Sinneslust sei im Alter zu verabscheuen, denn wenn sie übertrieben werde und zu lange andauere, erstickt sie den letzten Funken Geist. Daher sollten die Alten dem Alter dankbar sein, dass sie frei von leidenschaftlichem Verlangen sind. Die Lust verhindert vernünftiges Denken und hat keine Berührungspunkte mit der Tugend.[315]
Das Ansehen ist im Alter die Frucht eines ehrenwert verbrachten Lebens. Die Beschäftigung mit der Natur und das Leben in der Natur ist ebenfalls eine gute Möglichkeit sich geistigen Vergnügungen hinzugeben. Die dem Alter angelasteten Launen wie Verdrießlichkeit, Jähzorn oder Eigensinnigkeit liegen nicht am Alter, sondern am Charakter. Reaktionen auf die Widrigkeiten des Lebens im Alter sind nur dann zu finden, wenn der Charakter und die Bildung zu wenig ausgeprägt sind. Für Geiz hat Marcus Tullius Cicero überhaupt kein Verständnis. Denn je kürzer der Weg ist, desto weniger Reisegeld braucht der Mensch.[316]

Das „Nahen des Todes“ bedrückt die Alten offenbar ganz besonders. Marcus Tullius Cicero findet jene Menschen besonders bedauernswert, die nicht begriffen haben, dass man auf den Tod nicht achten soll. „Denn entweder kann er uns völlig gleichgültig sein – wenn er nämlich die Seele gänzlich austilgt; oder wir dürfen ihn uns sogar wünschen, nämlich dann, wenn er die Seele an irgendeinen Ort entrückt, wo ihr ewiges Leben beschieden ist […].“[317] Wozu die Angst vor dem Tod, wenn man nach dem Tode nicht unglücklich oder sogar glückselig wird. Marcus Tullius Cicero selbst glaubt, dass die Seele himmlischen Ursprungs ist und „die unsterblichen Götter die Seelen deswegen

[314] Vgl. Marcus Tullius Cicero: Cato der Ältere – Über das Alter. Düsseldorf 1999, S. 41ff..
[315] Vgl. Marcus Tullius Cicero: Cato der Ältere – Über das Alter. Düsseldorf 1999, S. 43ff.
[316] Vgl. Marcus Tullius Cicero: Cato der Ältere – Über das Alter. Düsseldorf 1999, S. 71ff.
[317] Marcus Tullius Cicero: Cato der Ältere – Über das Alter. Düsseldorf 1999, S. 85.

in menschliche Körper verpflanzt haben, damit es Wesen gibt, die die Länder in der richtigen Ordnung halten, indem sie aus ihrer betrachtenden Schau der himmlischen Ordnung heraus es dieser durch ein maßvolles und nach festen Grundsätzen ausgerichtetes Leben gleichzutun suchen.“[318]

Von vornherein hat niemand Gewissheit bis zum Abend am Leben zu bleiben. Bei den Jungen ist die Gefahr des Krankwerdens größer als bei den Alten, und die Krankheiten wiegen schwerer. [319] „[…] als Junger wünscht man sich ein langes Leben, als Alter hat man bereits lange gelebt. […] Jeder soll zufrieden sein mit der Zeit, die ihm zum Leben gegebenen ist.“[320]

Marcus Tullius Cicero verweist auch noch auf die Jugend, die er als Frühling bezeichnet, „[…] die übrigen Jahreszeiten sind für das Abschneiden und Ernten der Früchte da. Die Ernte aber, die man im Alter hat, ist, wie ich schon oft sagte, eine reiche Erinnerung an all das Gute, das man früher geschaffen hat. Unter das Gute aber ist all das zu rechnen, was menschlichem Wesen gemäß ist.“[321] Marcus Tullius Cicero vergleicht den Tod des alten gereiften Menschen mit dem ausgereiften Obst, das von den Bäumen fällt. Während, wenn ein junger Mensch stirbt, gleichsam das noch grüne Obst gewaltsam gepflückt wird. Marcus Tullius Cicero selbst freut sich auf die Reife und glaubt, dass je näher er dem Tode kommt, er endlich nach langer Seefahrt in einen Hafen gelangt.[322]

Vergleich zwischen Viktor E. Frankl und Marcus Tullius Cicero

Sowohl Viktor E. Frankl als auch Marcus Tullius Cicero sehen das Leben und insbesondere auch das Alter positiv. Wie Viktor E. Frankl vergleicht Marcus Tullius Cicero das Schöne und Gute, das man in Leben geschaffen hat mit einer Ernte, an die man sich erinnert. Marcus Tullius Cicero sieht für jene, die Angst vor dem Alter haben, eine Charakterschwäche, die Schuld sei am Wehklagen. Er arbeitet in seiner Schrift die notwendigen Verhaltensweisen und Einstellungen auf, die zu einem besseren Leben insbesondere im Alter beitragen. Insbesondere ist ihm an der Verwirklichung sittlicher Werte dieser

[318] Vgl. Marcus Tullius Cicero: Cato der Ältere – Über das Alter. Düsseldorf 1999, S. 95f.
[319] Vgl. Marcus Tullius Cicero: Cato der Ältere – Über das Alter. Düsseldorf 1999, S. 85.
[320] Marcus Tullius Cicero: Cato der Ältere – Über das Alter. Düsseldorf 1999, S. 87.
[321] Marcus Tullius Cicero: Cato der Ältere – Über das Alter. Düsseldorf 1999, S. 89.
[322] Vgl. Marcus Tullius Cicero: Cato der Ältere – Über das Alter. Düsseldorf 1999, S. 89.

Zeit gelegen. Viktor E. Frankl verweist auf das Gewissen, der Mensch muss sich nach bestem Wissen und Gewissen entscheiden.
Viktor E. Frankl verweist auch auf das Protokoll des Lebens, das unseren Trost und unsere Hoffnung ausmacht. Für Marcus Tullius Cicero ist es erforderlich, sich die Ehre während des ganzen Lebens zu verdienen.
Beide sind der Meinung, dass auch ein kurzes gutes (Cicero) und ein sinnerfülltes (Viktor E. Frankl) Leben unter Umständen mehr zählt als ein langes Leben.
Schwächen im Alter auszugleichen ist ebenfalls für beide von Bedeutung. Viktor E. Frankl erkennt, dass die körperlichen Schwächen durch Verbesserung einzelner Fähigkeiten ausgeglichen werden. Marcus Tullius Cicero ist der Meinung, dass der Alte seine Urteilskraft, Klugheit und den Verstand im Alter einsetzen soll, wobei es auf ein ständiges Training ankomme. Für Marcus Tullius Cicero wird der Geist wird dadurch frisch erhalten, indem man ihn betätigt.
Das Wissen zu erweitern ist für Viktor E. Frankl insbesondere im Zusammenhang mit der Erziehung des Gewissens und der Erziehung zur Verantwortung von Bedeutung. Da er bis ins hohe Alter gelehrt hat, kann davon ausgegangen werden, dass die Wissensweitergabe an die Jugend für ihn ein Anliegen war. Auch für Marcus Tullius Cicero ist die Wissensweitergabe mit Freude eine Möglichkeit als Lehrer für die Jugend zu wirken.
Weder Viktor E. Frankl noch Marcus Tullius Cicero fürchten den Tod. Marcus Tullius Cicero meint man soll auf den Tod nicht achten, denn entweder ist er gleichgültig, weil die Seele gänzlich ausgelöscht wird, oder die Seele hat ein ewiges Leben, dann kann er sogar herbeigewünscht werden.
Viktor E. Frankl meint, dass gerade durch den unausweichlichen Tod das Leben sinnvoll ist. Wenn das Leben nicht endlich in der Zeit, sondern unbegrenzt wäre, käme es nicht darauf an die Taten und Handlungen gerade eben jetzt zu tun.

3.4.3 Simone de Beauvoir, „Das Alter“

„Hören wir auf, uns selbst zu belügen; der Sinn unseres Lebens ist in Frage gestellt durch die Zukunft, die uns erwartet; wir wissen nicht, wer wir sind, wenn wir nicht wissen, wer wir sein werden: erkennen wir uns in diesem alten Mann, in jener alten Frau.“[323]

Dieses Zitat von Simone de Beauvoir fasst aus meiner Sicht jene Stimmung zusammen, aus der heraus sie das Buch „Das Alter“ geschrieben hat, welches ich als ein Beispiel für anerkannte Literatur, auch aus philosophischer Sicht, anführe. Darin ist wenig Grundsätzliches über den Sinn des Lebens enthalten, aber dafür sind praktische Anwendungsmöglichkeiten im Sinne einer Sinnfindung herauszulesen.

Simone de Beauvoir (1904 – 1986), somit eine Zeitgenossin von Viktor E. Frankl, französische Schriftstellerin und Philosophin, hat 1970 das umfassende Werk „Das Alter“ verfasst, in dem von ihr das Alter ganzheitlich beschrieben wird. Sie hat das Alter und vor allem die Probleme der alten Menschen nicht nur aus der biologischen Sicht, sondern auch aus der kulturhistorischen, sowie der damaligen kulturellen und gesellschaftlichen Sicht beschrieben. In dem umfangreichen Werk hat sie viele Details, teilweise biographische Erlebnisse verarbeitet und versucht, die gesellschaftliche schlechte Stellung der Alten, insbesondere der mehrheitlichen „Masse“ der Bevölkerung, darzustellen.

Sie hat in ihrem Buch einerseits den äußeren Blick auf das Alter und andererseits den inneren Blick der Alten auf sich selbst beschrieben, und damit eines der ersten Werke in dieser Form geschaffen. Sie sieht ihr Werk als Aufforderung an die moderne Gesellschaft das Alter zu würdigen, und endlich Taten für eine Verbesserung der Situation der alten Menschen zu setzen.

Das Alter aus der äußeren Sicht des Menschen bei Simone de Beauvoir

Simone de Beauvoir zeigt auf, dass für die Gesellschaft „[…] das Alter eine Art Geheimnis, dessen man sich schämt und über das zu sprechen sich nicht

[323] Simone de Beauvoir: Das Alter. Reinbeck bei Hamburg 1995, S. 8.

schickt […]“[324] ist. Für die Menschen hat die Konsumgesellschaft, das unglückliche Bewusstsein durch ein glückliches Bewusstsein ersetzt und darüber hinaus jedes Schuldgefühl verworfen. Daher muss für Simone de Beauvoir die Konsumgesellschaft aus ihrer Ruhe gerissen werden, „Denn gegenüber den alten Menschen ist sie nicht nur schuldig, sondern kriminell.“[325]
Der Einzelne habe keine Möglichkeit sich zu wehren, da „In der kapitalistischen Welt […] das langfristige Interesse keine Rolle mehr [spielt]: Die Privilegierten, die über das Schicksal der Masse entscheiden, fürchten nicht, es einmal teilen zu müssen. […] Die Wirtschaft beruht auf Profit, ihm ist praktisch die ganze Zivilisation untergeordnet: für das Menschenmaterial interessiert man sich nur insofern, als es etwas einbringt.“[326] Allerdings stellen die Alten keinerlei wirtschaftliche Kraft dar, haben daher nicht die Mittel, ihre Rechte durchzusetzen. Darüber hinaus ortet Simone de Beauvoir ein Interesse der Ausbeuter die Solidarität zwischen den Arbeitenden und den Unproduktiven Alten zu brechen.[327]
Schonung der Kräfte im Erwerb fördert die Gesundheit im Alter. Diese Aussage könnte zusammenfassend getroffen werden, wenn Simone de Beauvoir beschreibt, dass 65jährige, die ihre Kräfte geschont haben Aufgaben erfüllen können, die für den überanstrengten Arbeiter zu schwer sind. Insgesamt hat sie gefordert, dass von den Arbeitern weniger Anstrengung, weniger Arbeitsstunden verlangt werden sollten, damit diese nicht schon mit 60, 65 Jahren zum alten Eisen gezählt werden müssen. Eine weitere Kritik Simone de Beauvoirs besteht darin, dass Arbeitnehmer nach deren Ausbeutung vorzeitig entlassen werden, um sie der Obhut des Staates zu übergeben. Die Folge ist Arbeitslosigkeit.[328]

Simone de Beauvoir zeigt auf, dass durch Untersuchungen die Zunahme einzelner Fähigkeiten im Alter bewiesen wurde: dazu gehören Selektion und Methodik, Pünktlichkeit und guter Wille, Vorsicht und Präzision. Die vornehmlich physischen Eigenschaften wie Sehvermögen und Gehör, Widerstandskraft und Wendigkeit, Phantasie, Kreativität, Dynamik und

[324] Simone de Beauvoir: Das Alter. Reinbeck bei Hamburg 1995, S. 5.
[325] Simone de Beauvoir: Das Alter. Reinbeck bei Hamburg 1995, S. 6.
[326] Simone de Beauvoir: Das Alter. Reinbeck bei Hamburg 1995, S. 9.
[327] Vgl. Simone de Beauvoir: Das Alter. Reinbeck bei Hamburg 1995, S. 7.
[328] Vgl. Simone de Beauvoir: Das Alter. Reinbeck bei Hamburg 1995, S. 198.

Umgänglichkeit sind zu den nachlassenden Fähigkeiten und Eigenschaften zu zählen.[329]

Das Alter aus der inneren Sicht des Menschen bei Simone de Beauvoir

Der Begriff „ein Sechziger“ hat für alle dieselbe Bedeutung. Er bezeichnet eine biologische Erscheinung, die eine ärztliche Untersuchung bestätigen würde. Die persönliche Erfahrung zeigt dem alten Menschen die Zahl seiner Jahre nicht an. „Vorzeitig sterben oder altern - eine andere Wahl haben wir nicht. Und dennoch überkommt uns das Alter überraschend, so hat es auch Goethe empfunden“.[330] „Was ist denn geschehen? Das Leben – und ich bin alt geworden“, zitiert Simone de Beauvoir Luis Aragon.[331] Simone de Beauvoir erkennt für sich selbst, dass das Alter besonders schwer zu bewältigen sei. „[…] bin ich denn wirklich eine andere geworden, da ich doch ich selbst blieb?“[332] Simone de Beauvoir hinterfragt dann diesen Zustand und bekommt zu hören, dass das gar kein Problem sei, solange man sich jung fühle sei man es auch. „Das aber bedeutet, die komplexe Wahrheit des Alters zu verkennen: das Alter ist ein dialektischer Bezug zwischen meinem Sein in den Augen anderer, so wie es sich objektiv darstellt, und dem Bewußtsein meiner selbst, das ich durch das Alter gewinne. Es ist der andere in mir, der alt geworden ist, das heißt jener, der ich für die anderen bin: und dieser andere – bin ich.“[333]

Die Krankheit tritt für das Individuum klarer zutage als für die Umgebung. Sie macht sich bemerkbar und der Organismus wehrt sich gegen sie auf eine Weise, die manchmal sogar schädlicher ist als die Ursache. Das Alter hingegen ist offensichtlicher für den anderen als für den Betroffenen selbst. Es ist ein neuer Zustand des biologischen Gleichgewichts. Der alternde Mensch merkt kaum etwas davon, wenn die psychomotorischen Mängel durch die Gewohnheiten unbewusst überspielt werden, oder Unpässlichkeiten, die mit

[329] Vgl. Simone de Beauvoir: Das Alter. Reinbeck bei Hamburg 1995, S. 196.
[330] Simone de Beauvoir: Das Alter. Reinbeck bei Hamburg 1995, S. 240.
[331] Luis Aragon zitiert nach Simone de Beauvoir: Das Alter. Reinbeck bei Hamburg 1995, S. 240.
[332] Simone de Beauvoir: Das Alter. Reinbeck bei Hamburg 1995, S. 240.
[333] Simone de Beauvoir: Das Alter. Reinbeck bei Hamburg 1995, S. 240.

dem Altern zusammenhängen, kaum wahrgenommen werden und schweigend übergangen werden.[334]

Ein langes Leben hinter sich – Eine begrenzte Hoffnung des Weiterlebens vor sich

Das Alter verändert unser Verhältnis zum Zeitbegriff. Im Laufe der Zeit verkürzt sich unsere Zukunft, während unsere Vergangenheit gewichtiger wird. Man kann den alten Menschen als Individuum definieren, das ein langes Leben hinter sich und eine begrenzte Hoffnung des Weiterlebens vor sich hat. Aber was bedeutet: Das Leben hinter sich haben? Jean-Paul Sartre hat es in „Das Sein und das Nichts“ erklärt, und Simone de Beauvoir wurde als lange Lebensgefährtin Jean-Paul Sartres von ihm beeinflusst. Die Vergangenheit ist nicht etwas, was man in der Hand halten kann und von allen Seiten betrachten kann. Die eigene Vergangenheit ist ein überschrittenes ich als An-sich. Um diese Vergangenheit zu besitzen muss sie durch eine Absicht lebendig erhalten werden, um sie kennen zu lernen, muss man sie sich vergegenwärtigen durch Zurückrufen ins Gedächtnis. Der Erinnerung hafte ein Zauber an, für den man in jedem Alter empfänglich ist. In der Seinsweise wurde die Vergangenheit des Für-sich gelebt, und wurde dennoch zum An-sich. Dadurch scheinen wir jene unmögliche Synthese des An-sich und des Für-sich zu erreichen, nach der das Dasein vergeblich strebt. Aus diesem Grund beschwören die alten Menschen die Vergangenheit, da sie mehr von der Erinnerung als von der Hoffnung leben.[335]

Durch den Rückblick eines Menschen in seine Vergangenheit, insbesondere dann, wenn die Gegenwart und die erahnte Zukunft enttäuschen, können die Erinnerungen gelegentlich Stolz erzeugen. Dies bedeutet aber nicht, dass eine ungeschmälerte Freude an der Vergangenheit und an dem was einmal war gefunden werden kann. Simone de Beauvoir beschreibt hier allerdings die eher negative Haltung, die durch die Vergangenheit weitergelebt wird, wenn ein mit seiner Lage unzufriedener Mensch nur Nahrung und zusätzliche Gründe für seine Bitterkeit und Trostlosigkeit findet.[336]

---

[334] Vgl. Simone de Beauvoir: Das Alter. Reinbeck bei Hamburg 1995, S. 241.
[335] Vgl. Simone de Beauvoir: Das Alter. Reinbeck bei Hamburg 1995, S. 309.
[336] Vgl. Simone de Beauvoir: Das Alter. Reinbeck bei Hamburg 1995, S. 314ff.

Der Zeitbegriff im Alter

Der Mensch wird sich zu einem bestimmten Zeitpunkt seines biologischen Alters bewusst. Er erkennt, dass die Jahre des Daseins endlich sind und sich die unbestimmte Zukunft der jungen Jahre in eine bestimmte bei Erreichen eines höheren Alters wandelt. Die Zeit eilt immer mehr, je älter wir werden. Die Gründe für die Veränderung des Zeitgefühls sind einerseits die Veränderungen der Dimension des bereits gelebten Lebens und die Entfernung zum Lebensende. Wenn wir das Jahr als ein Fünftel unseres bisherigen Lebens betrachten, kommt es uns länger vor, als wenn es ein fünfzigstel ist. In der Jugend erscheint überdies ein Jahr länger zu sein, da die Fülle der Augenblicke die uns beeindrucken noch unerschöpflich ist. Im Alter lassen sich die Jahre auf ein paar Daten, Tatsachen oder Schemata zusammenfassen.[337]

Lebenserfahrung im Alter

Die einstige Vorstellung von dem sich ständig anhäufenden Schatz an Erfahrung sieht Simone de Beauvoir, beeinflusst durch mehrere Philosophen, weniger geradlinig und ständig gebrochen. Man verhärte sich und reift nie, man lernt und vergisst wieder, man bleibe eigentlich gleich. Unser Vorwärtsschreiten ist nicht ein sicherer Fortschritt, sondern eher eine schwankende Bewegung.[338]
Den Vorteil der alten Menschen gegenüber den Jungen sieht Simone de Beauvoir darin, dass es eine Erfahrung gibt, die nur diejenigen besitzen, die alt sind: die des Alters nämlich. In der bewegten Welt hat nur derjenige Alte einen Vorteil, der sich unablässig von der Vergangenheit losreißt und das individuelle Werden als Teil des gesellschaftlichen Lebens bewertet und sich anpasst. In der früheren statischen oder stabilen Gesellschaft war es für den alten Menschen einfacher im Alter eine Qualifizierung zu erfahren. Simone de Beauvoir erkennt, dass das Individuum im Rennen der bewegten Welt von heute und dem gestiegenen Wissenszuwachs nicht immer mithalten kann, in Rückstand gerät und seiner Zeit nachhinkt, seine Wirkungskraft verliert und unproduktiv wird. Dies führt dazu, dass der Mensch sich der Vergangenheit zuwendet.[339]

---

[337] Vgl. Simone de Beauvoir: Das Alter. Reinbeck bei Hamburg 1995, S. 320ff.
[338] Simone de Beauvoir: Das Alter. Reinbeck bei Hamburg 1995, S. 326f.
[339] Vgl. Simone de Beauvoir: Das Alter. Reinbeck bei Hamburg 1995, S. 326ff.

Keine neue Interessen am Ende des Lebens

Wenn der Termin des Todes fixiert wäre und unmittelbar bevorstünde, statt irgendwo in unbestimmter Ferne zu liegen, wäre die Haltung des alten Menschen zweifellos nicht dieselbe. Der Tod ist von anderer Art. Da er zum Unrealisierbaren gehört, ist er eine vage, unbestimmte Aussicht. Seine Schicksalhaftigkeit wird von außen her begriffen.[340]

Simone de Beauvoir zeichnet ein düsteres Bild und ist der Überzeugung, dass sich im Alter die Interessen und Neigungen nur wenig ändern lassen, und der Mensch sich kaum neue Weg bahnen kann. Die unmittelbaren Vergnügen sind den alten Menschen verboten oder nur mit Maßen gewährt: Liebe, üppiges Essen, Alkohol, Sport, Tabak. Sie müssen nun auf ihre anfälligen, schnell ermüdenden und oft gebrechlichen Körper Rücksicht nehmen. Viele Rentner und Pensionisten verurteilen sich selbst durch ihr „Nichts mehr wollen und nichts mehr tun“ zu einer verhängnisvollen Apathie. Es ist schwierig, neue Anlässe zum Handeln zu finden, wenn einem die Fülle der früheren Tätigkeiten versagt ist. Nur selten kommt es vor, dass jemand in der Muße des Ruhestands eine bisher unterdrückte Begabung entfalten kann oder unerwartete Möglichkeiten in sich entdeckt. Dies betrifft sowohl handwerkliche als auch geistige Fähigkeiten. Selten sieht Simone de Beauvoir glückliche Alte, denen durch vielseitige Interessen eine Umstellung leicht fällt. Aktive Menschen, die sich im Alter in ihrer Tätigkeit eingeschränkt sehen, finden eine Möglichkeit, sich für andere zu verwenden. Eher wird die Zeit, in der der alte Mensch lebt, abgelehnt. Und wenn er seiner Umwelt gegenüber aufgeschlossen bleibt, verdunkelt sich wegen des Fehlens eines Zieles sein Leben.[341]

Keinen Zielen verpflichtet zu sein, keinen Anforderungen zu begegnen, das verurteilt den alten Menschen zur Langeweile. Sie brauchen keine Anstrengung mehr zu übernehmen, sie dürfen faul sein. Das Nahen des Alters bringt eine Art absoluter Freizeit mit sich, man braucht sich nicht mehr um irgendeines Erfolges willen anzuspannen. Man kann daher von einem Privileg des Alters sprechen. Der Alte hat nichts zu gewinnen und nichts zu verlieren. Er braucht keine Schuldkomplexe zu haben, das Alter liefert ihm Entschuldigung und Alibi.

---

[340] Vgl. Simone de Beauvoir: Das Alter. Reinbeck bei Hamburg 1995, S. 382f.
[341] Vgl. Simone de Beauvoir: Das Alter. Reinbeck bei Hamburg 1995, S. 394f.

Kein beruflicher Wettkampf, alle Unzulänglichkeiten werden normal, Hässlichkeiten werden aufgesogen.[342]

Gefahren im Alter

Der Altersabbau ist nicht nur an sich schwer zu ertragen, sondern er bringt auch den alten Menschen im Alltag in Gefahr. Nicht nur dass er am Rande der Krankheit und am Rande des Elends dahinvegetiert, empfindet er ein beängstigendes Gefühl der Unsicherheit, das seine Ohnmacht noch steigert. Generell sind zur Passivität verurteilte Menschen von ihren Sorgen verzehrt. Ebenso ergeht es den alten Menschen, die darüber grübeln wie sie Gefahren abwehren können. Wenn auch nicht immer wirklich Gefahren lauern, das Bewusstsein ihrer Wehrlosigkeit genügt, dass sie sich beunruhigen. Die Ruhe die sie genießen erscheint ihnen unsicher, die Zukunft ist voller erschreckender Möglichkeiten. Sie wurden aus der Stellung des verantwortlichen Erwachsenen in die Lage eines abhängigen Objektes versetzt. Diese Abhängigkeit liefert sie der Willkür anderer aus, die sie in jedem Augenblick spüren obwohl sie nicht immer gegenwärtig ist.

Studien haben gezeigt, dass alte Menschen trotz Garantie eines behüteten Lebens in eigens eingerichteten Wohnstätten diese Geborgenheit nicht fassen können. Viele hatten Angst, eines Tages fortgeschickt zu werden und mittellos auf der Straße zu stehen. Der Greis bleibt in Sorge, auch wenn ihm alle Sicherheitsgarantien gegeben sind, da er zu den Erwachsenen kein Vertrauen hat. Er lebt in der ständigen Angst, dass jene Personen um ihn jederzeit die gewährte Hilfe verweigern oder einschränken könnten.

Gegen die objektive Unsicherheit seiner Situation und gegen seine innere Angst versucht sich der alte Mensch zu verteidigen. Diese Verhaltensweise interpretiert Simone de Beauvoir als Schutzmaßnahme. Eine derartige Schutzmaßnahme ist die Flucht in die Gewohnheit. Die Gewohnheit aus der Vergangenheit ist die Gesamtheit der Automatismen, die das Gehen, Sprechen oder Schreiben ermöglichen. Bei einem normalen Altersverlauf unterliegen sie keiner Störung, sondern gewinnen sogar an Bedeutung, da sie in den Dienst der Routine gestellt werden, also wenn eine Tätigkeit, die heute ausgeführt wird eine gestrige zum Vorbild hat. Routine ist zum Beispiel, die tägliche

[342] Vgl. Simone de Beauvoir: Das Alter. Reinbeck bei Hamburg 1995, S. 396.

Wiederaufnahme eines Spazierganges. Allerdings kann auch ein neuer Weg genommen werden. Die Routine erleichtert die Zeitökonomie, da über nicht so wichtige Dinge nicht nachgedacht werden muss. Solange aber man jung ist, sind die Regeln locker und lassen Raum für Improvisationen, für den alten Menschen aber ist es bequemer sich auf erprobten Regeln auszuruhen. Der alte Mensch nimmt alles mit einer gewissen Unruhe auf, wenn er Neuem begegnet, äußert sich sein Minderwertigkeitskomplex in Zögern und Zweifeln. Die Gewohnheiten ersparen Anpassungsschwierigkeiten und liefern Antworten, bevor man sich eine Frage stellen muss. Je älter man wird, desto strikter befolgt man die Gewohnheiten.[343]

Wiedererweckte Vergangenheit und vorweggenommene Zukunft

Eine völlig integrierte Lebensgewohnheit kann den alten Menschen - durch täglich wiederholte Riten - bereichern. Es wird dadurch der gegenwärtige Augenblick wiedererweckte Vergangenheit und vorweggenommene Zukunft. Simone de Beauvoir beschreibt weiter, dass sich durch die Gewohnheit eine Kristallisation vollzieht: ein Besitz, eine Tätigkeit gewinnt die Eigenschaft die ganze Welt anzuzeigen. Der alte Mensch weiß die Gewohnheit zu schätzen, denn sie verschmilzt Vergangenes, Gegenwärtiges und Zukünftiges und entreißt ihn so der Zeit, die sein Feind ist. Wenn er allerdings auf eine Gewohnheit verzichtet geht etwas verloren. Der Greis fürchtet die Veränderung da er Angst hat, sich nicht mehr anpassen zu können.

Der alte Mensch und die Jugend

Die wärmsten und glücklichsten Gefühle haben alte Menschen für ihre Enkelkinder. Einerseits fühlen sich Menschen, wenn sie plötzlich Großeltern werden entsprechend älter, andererseits nehmen sie in den meisten Fällen ihr Alter auf sich und finden in ihrer großelterlichen Stellung große Befriedigung. Da sie gegenüber den Enkelkindern weder Rechte noch Verantwortung haben, können sie ihre Enkelkinder gänzlich unbeschwert und unbefangen lieben.
Abgesehen von der familiären Bindung ist es für die alten Menschen etwas Wertvolles, wenn sie den Umgang mit der Jugend pflegen können, da es sie verjüngt. Dadurch wird den alten Menschen vermittelt, dass die Zeit, in der sie

[343] Vgl. Simone de Beauvoir: Das Alter. Reinbeck bei Hamburg 1995, S. 398f.

leben, ihre Zeit bleibt. Sie können ihre eigene Jugend wieder aufleben und dies reißt sie ins Unendliche der Zukunft. Zwar gibt es keinen besseren Schutz gegen Griesgrämigkeit, die das hohe Alter bedroht, jedoch sind solche Beziehungen laut Simone de Beauvoir selten. Jung und Alt gehören ihren Welten an, in denen es kaum Verbindungen gibt.[344]

Egozentrik im Alter

Auch wenn der alte Mensch sich seine Zuneigung zur Familie und zu seinen Freunden erhalten hat, distanziert er sich in seinem Verhältnis zu ihnen. Nach und nach ergreift eine Gleichgültigkeit von ihm Besitz. Diese Egozentrik fördert er unter Umständen aber absichtlich, um zu dokumentieren, dass er nicht so behandelt wird, wie es ihm zusteht. Es entsteht eine Abwehr und Rache zugleich, da er nur noch auf sich selbst rechnen kann. Dieser Rückzug führt manchmal auch zum inneren Frieden, bis er schließlich in der Resignation endet.[345]

Der eigene Verfall und das Misstrauen lösen also beim alten Menschen Gefühllosigkeit und Feindseligkeit aus. Simone de Beauvoir dazu: „Das Alter fällt unversehens über uns her, und wir empfinden ein dunkles Gefühl der Ungerechtigkeit: dieses Gefühl setzt sich in einer Vielzahl von Auflehnungen und Weigerungen um. Der alte Mensch betrachtet sich als ein Opfer des Schicksals, der Gesellschaft, seiner Nächsten: man hat ihm Unrecht getan, man tut es ständig weiter“.[346] In der Folge kann es so weit kommen, dass der Zorn, der sich in ihm nährt, ihn an den Rand des Wahnsinns treibt. Gewöhnlich tritt der Groll der alten Menschen nicht so offen zutage und schwelt in ihm. Der Greis fühlt sich ausgeschlossen aus seiner Zeit, er überlebt mehr als er lebt. Er sieht, dass alles was er gewollt, geglaubt und geliebt hat, in Frage gestellt oder sogar abgelehnt wird. Gegen diese radikale Enteignung lehnt er sich auf. Der Sturz ist umso härter, je höher der Platz war, den der Einzelne eingenommen hat. Nur einer kleinen Zahl an alten Menschen ist gestattet, noch Prestige zu haben. Es bleibt ihnen ein wenig Autorität, zum Beispiel in der Familie. Es kann

[344] Vgl. Simone de Beauvoir: Das Alter. Reinbeck bei Hamburg 1995, S. 405ff.
[345] Vgl. Simone de Beauvoir: Das Alter. Reinbeck bei Hamburg 1995, S. 408.
[346] Simone de Beauvoir: Das Alter. Reinbeck bei Hamburg 1995, S. 409.

aber leicht geschehen, dass er sie zu missbrauchen beginnt. Das ist für ihn zugleich Kompensation und Rache.[347]

Wegfall der Illusionen

Intellektuell kann das Alter eine Befreiung bedeuten. Die Klarheit, die es bringt, ist oft mit einer bitteren Wahrheit verbunden und befreit von Illusionen. In der Kindheit und Jugend wird die Existenz als Aufstieg erlebt. Seien es Fortschritte im Beruf, die Freude an den Kindern, Steigerung des Lebensstandards oder die Erweiterung der Kenntnisse. Dieser Aufstieg hält bis ins reife Alter an. Man hat einen Gipfel erreicht, und damit den Ausgangspunkt des Abstiegs. Und plötzlich entdeckt man, dass der Weg nirgendwohin führt, außer ins Grab. Es kommt ein Augenblick, da weiß man, dass man sich auf nichts vorbereitet hat, und man begreift, dass man sich etwas vorgemacht hat, als man glaubte auf ein Ziel zuzugehen. Eine solche Entdeckung lässt in uns den Lebensmut sinken.“[348]

Ziele

Es bleiben noch Ziele, denen man sich trotz der Finalität des Lebens widmen kann. „Es gibt Tätigkeiten, die den Menschen dienen, und zwischen den Menschen gibt es Beziehungen, in denen sie sich in ihrer Wahrheit erreichen. Diese Tätigkeiten, diese nicht entfremdeten, nicht mythisierten Beziehungen bleiben auch dann, wenn die Illusion hinweggefegt ist“.[349] Simone de Beauvoir meint damit einerseits den Austausch mit Anderen, und das merkwürdige Paradoxon, das den Menschen, gerade oft im Alter, sein Zweifel an einem Werk, zum Höhepunkt der Vollendung führt.[350]

Somit ist für den alten Menschen das größte Glück, neben einer guten Gesundheit, noch Ziele zu haben. Solange er aktiv ist, entrinnt er der Langeweile und Erniedrigung, und die defensiven oder aggressiven Verhaltensweisen, die gewöhnlich das hohe Alter charakterisieren, bleiben ihm erspart. Das setzt allerdings voraus, dass er im Erwachsenenalter mit Unternehmungen beschäftigt ist, die der Zeit standhalten. In unserer auf

---

[347] Simone de Beauvoir: Das Alter. Reinbeck bei Hamburg 1995, S. 410f.
[348] Vgl. Simone de Beauvoir: Das Alter. Reinbeck bei Hamburg 1995, S. 421f.
[349] Simone de Beauvoir: Das Alter. Reinbeck bei Hamburg 1995, S. 422.
[350] Vgl. Simone de Beauvoir: Das Alter. Reinbeck bei Hamburg 1995, S. 422.

Ausbeutung bedachten Gesellschaft ist diese Möglichkeit der riesigen Mehrheit der Menschen verwehrt.[351]

Wenn der Mensch nicht zu einer Parodie seiner früheren Existenz werden möchte, sieht Simone de Beauvoir nur eine Möglichkeit dies zu verhindern - nämlich die, weiterhin Ziele zu verfolgen, die dem Leben einen Sinn verleihen. Dies kann das Tätigsein für Einzelne oder Gruppen, Hingabe für eine Sache oder politische, geistige oder schöpferische Arbeit sein. Solange man am Leben Anderer durch Liebe, Freundschaft oder Mitgefühl teilnimmt, behält das Leben einen Wert.[352] „Besser ist es, nicht zuviel ans Alter zu denken, sondern ein möglichst engagiertes und möglichst gerechtfertigtes Menschenleben zu leben, an dem man auch dann noch hängt, wenn jede Illusion verloren und die Lebenskraft geschwächt ist.“[353] Die Schwächung der Lebenskraft setzt beim Arbeiter früher ein als beim Privilegierten. Simone de Beauvoir stellt fest, dass ein fünfzig Jahre alter Bergarbeiter ein erledigter Mann ist, während unter den Privilegierten viele muntere und rüstige Achtzigjährige anzutreffen sind. Die Armut der ausgebeuteten Alten führt zu schlechten Unterkünften und Krankheit. Die Folge ist das Versinken in Stumpfheit, denn auch wenn sich der Alte seine Gesundheit erhalten hat, ist er der schrecklichen Plage der Langeweile ausgesetzt, die in Apathie mündet, weil er nicht gewohnt ist geistigen Interessen nachzugehen. Wenn der alte ausgebeutete Mensch an der Sinnlosigkeit seines Lebens verzweifelt, ist der Diebstahl seiner Existenz über die ganze Zeit hinweg der Grund.[354] „Wenn er nun den Zwängen seines Berufes entrinnt, sieht er um sich herum nur Wüste; es war ihm nicht vergönnt, sich Entwürfen zu widmen, die die Welt mit Zielen, Werten, Seinsgründen bereichert hätten.“[355] Hier sieht Simone de Beauvoir ein „[…] Verbrechen unserer Gesellschaft. Ihre ‚Alterspolitik’ ist ein Skandal. Skandalöser aber noch ist die Behandlung, die sie der Mehrzahl der Menschen in ihrer Jugend und im Erwachsenenalter angedeihen läßt.“[356] Simone de Beauvoir sieht das Scheitern der Zivilisation. Die Zivilisation könne nur durch eine Erneuerung des ganzen Menschen, und durch neu zu schaffende menschliche Beziehungen, eine

[351] Vgl. Simone de Beauvoir: Das Alter. Reinbeck bei Hamburg 1995, S. 422.
[352] Vgl. Simone de Beauvoir: Das Alter. Reinbeck bei Hamburg 1995, S. 464.
[353] Simone de Beauvoir: Das Alter. Reinbeck bei Hamburg 1995, S. 465.
[354] Vgl. Simone de Beauvoir: Das Alter. Reinbeck bei Hamburg 1995, S. 465.
[355] Simone de Beauvoir: Das Alter. Reinbeck bei Hamburg 1995, S. 465.
[356] Simone de Beauvoir: Das Alter. Reinbeck bei Hamburg 1995, S. 465.

Verbesserung der Situation alter Menschen ermöglichen. Praktisches und lebendiges Wissen soll in Zukunft einen erneuernden Einfluss auf die Umwelt haben. Dann würde der alte Mensch wieder zu einem aktiven und nützlichen Mitglied der Gesellschaft werden. In einer idealen Gesellschaft würde das Alter gewissermaßen nicht mehr existieren, da der Mensch zwar durch Alterserscheinungen unauffällig geschwächt würde, aber ohne Herabwürdigungen erfahren zu müssen, eines Tages einer Krankheit erliegen würde. Dann wäre das letzte Lebensalter eine Existenzphase, die sich zwar von der Jugend und dem Erwachsenenalter unterscheidet, aber ihr adäquates Gleichgewicht besitzt. Dadurch blieben dem alten Menschen viele Möglichkeiten offen.[357]

Unterscheidung zwischen Simone de Beauvoir und Viktor E. Frankl

Simone de Beauvoir hat in ihrem umfassenden Werk die Lebensumstände der alten Menschen zu ihrer Zeit detailliert beschrieben. Ihr Anliegen war es, die Lage der alten Menschen und Möglichkeiten zur Verbesserung aufzuzeigen.
Wie bereits ausgeführt hat Viktor E. Frankl im Gegensatz dazu das Alter nur kurz explizit in seinem Gesamtwerk herausgestellt.
Eine grundsätzliche Unterscheidung zwischen Simone de Beauvoir und Viktor E. Frankl liegt in der Herangehensweise an die Themen über das Alter. Ausgehend von einer Situationsbeschreibung des Industriezeitalters und der damit zusammenhängenden Probleme der Arbeiter, zeigt Simone de Beauvoir kaum Lösungsvorschläge für den Einzelnen zur Altersbewältigung auf. Die Problemlösung obliegt nach ihrer Meinung der Gesellschaft an sich und der Politik, da der Einzelne auf Grund seiner Lebensumstände kaum Einfluss auf den Fortgang seines Lebens habe. Im Gegensatz dazu hat Viktor E. Frankl das Individuum im Blickfeld und stellt aus philosophischer und ärztlicher Sicht Ansätze zur Bewältigung einzelner Sinnkrisen – auch an Hand von praktischen Beispielen - vor. Der Ausgangspunkt der Überlegungen ist bei Viktor E. Frankl der leidende Mensch, der auf Grund der verloren gegangenen Werte und Traditionen nicht mehr weiß, wie er sich verhalten soll. Deshalb hat Viktor E. Frankl gepaart mit seinen Erlebnissen in den Konzentrationslagern die

[357] Vgl. Simone de Beauvoir: Das Alter. Reinbeck bei Hamburg 1995, S. 466f.

Existenzanalyse und Logotherapie entwickelt und dabei Aspekte des Lebens behandelt, die man auf das Alter anwenden kann.

Simone de Beauvoir hat aus der sozialen Sicht erkannt, dass die Konsumgesellschaft der damaligen Zeit das unglückliche Bewusstsein durch ein glückliches ersetzt, und jedes Schuldgefühl verworfen hat. Die Alten sind unproduktiv, daher werden sie ausgegrenzt. Dadurch sei die Gesellschaft schuldig gegenüber den Alten geworden. Auch Viktor E. Frankl hat als Grund des Sinnlosigkeitsgefühls die industrialisierte Lebenswelt gesehen. Sowohl Viktor E. Frankl als auch Simone de Beauvoir haben die Problematik nicht auf die Alten eingeschränkt, sondern auch die Jugend und die Arbeitslosen mit eingeschlossen. Mehr als Viktor E. Frankl hat Simone de Beauvoir die sozialen Verhältnisse der minder privilegierten Menschen im Detail hervorgehoben, die durch Armut und mehr körperliche Anstrengung im Alter besonders benachteiligt sind.

Wie Viktor E. Frankl erkennt auch Simone de Beauvoir die Unterschiede bei der körperlichen und geistigen Entwicklung im Verlauf des Lebens, dass die physischen Fähigkeiten abnehmen, aber die geistigen Fähigkeiten zunehmen können. Hier ortet Simone de Beauvoir, dass die sozialen Strukturen für die minder Privilegierten es nicht erlauben, im Alter das Leben so zu ändern, um als Ausgleich zur Erwerbstätigkeit eine andere - z.B. geistige - Form der Sinnerfüllung zu finden. Die Anwendung des in früheren Lebensbereichen erworbenen Wissens und Fähigkeiten sind auch für Simone de Beauvoir vorhanden, jedoch haben nach ihrer Ansicht nur eine geringe Anzahl der Alten die Möglichkeit dazu.

Simone de Beauvoir findet die Erinnerung an die Vergangenheit eher als nachteilige Auswirkung auf den alten Menschen, da sie der Meinung ist, dass die negativen Erlebnisse dem Menschen zusätzliche Nahrung und Gründe für seine Bitterkeit liefern. Sie findet, dass der Erinnerung zwar ein Zauber anhaftet, der aber dazu führt, dass die Menschen mehr von der Erinnerung als von der Hoffnung leben. Simone de Beauvoir sieht keine Entwicklungsmöglichkeit des alten Menschen durch Reifung, da der Mensch nicht in der Lage sei, sich zu entwickeln, zu lernen und sich von der Vergangenheit nicht losreißen kann.

Viktor E. Frankl hat mit seiner Lehre eine gegenteilige Ansicht, der Mensch nimmt die bis zum Alter angehäuften Aktiva - wie positive Eigenschaften, Erlebnisse, Liebe - mit ins Alter. „Der Mensch sieht meist nur das Stoppelfeld der Vergänglichkeit, aber er übersieht die vollen Scheunen der Vergangenheit – er übersieht, was er alles ins Vergangensein hineingerettet hat, wo es nicht unwiederbringlich verloren ist, sondern unverlierbar geborgen bleibt.“[358] Auch die Reifung der Persönlichkeit sieht Viktor E. Frankl als nie abgeschlossen an.

Wenn der Termin des Todes fixiert wäre, wäre die Haltung des alten Menschen zweifellos nicht dieselbe. Der Tod ist von anderer Art. Da er zum Unrealisierbaren gehört, ist er eine vage, unbestimmte Aussicht. Seine Schicksalhaftigkeit wird von außen her begriffen. Auch verändert sich im Lauf des Lebens das Verhältnis zum Zeitbegriff. Es verkürzt sich unsere Zukunft, während unsere Vergangenheit gewichtiger wird. Das Zeitgefühl ändert sich durch die Veränderungen der Dimension des bereits gelebten Lebens, und die Entfernung zum Lebensende. Viktor E. Frankl antwortet auf diese Problematik mit der Existenzanalyse, die ein Bewusst-sein des Verantwortung-habens in der Endlichkeit des Menschen innerhalb der Zeitlichkeit seiner Existenz ist. Die Zeitlichkeit der Existenz tritt dem Menschen in erster Linie in seiner Sterblichkeit gegenüber, die die menschliche Verantwortlichkeit als kategorischen Imperativ erst ausmacht. Denn wäre der Mensch unsterblich, hätte er keine Veranlassung zur Werteverwirklichung, er könnte sie aufschieben und irgendwann später tun.[359]

Viktor E. Frankl sieht wie Simone de Beauvoir die Gefahr des Siechtums bei Inaktivität ohne Aufgabe und ohne Ziele. Simone de Beauvoir sieht keine Alternative zur Langeweile des alten Menschen, da er keinen Zielen mehr verpflichtet ist. Daraus ergibt sich, dass der alte Mensch zur Untätigkeit verurteilt ist. Für Viktor E. Frankl ist zwar auch „die Untätigkeit an sich schon gleichbedeutend […] mit Siechtum“[360], aber der eingeborene Wille zum Sinn, das in allen schlummernde Verlangen, dem Dasein Sinnerfüllung zu sichern, geweckt werden muss. Während Viktor E. Frankl die Sinnfindung vehement

[358] Viktor E. Frankl: Psychotherapie für den Alltag. Freiburg 1992, S. 61.
[359] Viktor E. Frankl: Der Wille zum Sinn. Bern 1978, S. 104.
[360] Viktor E. Frankl: Psychotherapie für den Alltag. Freiburg 1992, S. 53.

vertritt, um allen Menschen das Altern als lebenswert erkennen zu lassen, zeichnet Simone de Beauvoir ein düsteres Bild. Sie sieht kaum Chancen etwas zu verbessern, da der Mensch keinen Einfluss auf den Lauf der Dinge habe. Im Allgemeinen haben die alten Menschen nichts, worin sie vor der Leere ihrer Existenz Zuflucht suchen können.
Durch die Realisierung der Vorschläge Viktor E. Frankls, indem der Mensch seine Lebensverantwortung so versteht, dass er sie als Verantwortung in Hinblick auf die Zeitlichkeit und Einmaligkeit sieht, kann er sich die menschliche Verantwortung im Leben vergegenwärtigen und so der Tristesse des Alters entrinnen.
Für Simone de Beauvoir ist das Wichtigste, neben einer guten Gesundheit Ziele zu haben. Ziele die dem Leben Sinn verleihen wie zum Beispiel Tätigsein für Einzelne oder Gruppen, Hingabe für eine Sache oder geistige und schöpferische Arbeit zu leisten. Eine Abwechslung sieht sie bei der Pflege der Enkelkinder, da sie zu den eigenen Kindern ein Konkurrenzverhalten ortet.
In Übereinstimmung mit Simone de Beauvoir ist auch für Viktor E. Frankl ein Zunutze sein für den alten Menschen von größter Bedeutung, da die Beschäftigung dem alten Menschen das Gefühl gibt, trotz seines Alters einen Sinn zu erfüllen. Denn nichts ist für den Menschen so unerträglich wie ein Zustand ohne Aufgabe und ohne Ziele.

Viktor E. Frankl hat neben den Erlebnis- und schöpferischen Werten, die mit Simone de Beauvoirs Zielen übereinstimmen zusätzlich den Einstellungswert, die Auflehnung gegen das Schicksal, vorgebracht. Jeder einzelne Mensch in der Welt steht mit seinem Schicksal sozusagen einzig da. Niemand hat die gleichen Möglichkeiten wie er, er selbst hat sie nie wieder. „Was ihm widerfährt an Gelegenheiten zur schaffenden oder erlebenden Wertverwirklichung, was ihm eigentlich an Schicksalhaftem begegnet – was er also nicht ändern kann, sondern im Sinn von Einstellungswerten tragen muß – all dies ist einzigartig und einmalig.“ [361]
Denn es kommt darauf an, wie sich der Mensch zu einem unabänderlichen Schicksal einstellt, wie er es gleichsam einem Kreuz auf sich nimmt, wie er

[361] Viktor E. Frankl: Ärztliche Seelsorge. München 1975, S. 92.

Haltung in Form von Tapferkeit im Leiden einnimmt und Würde bewahrt auch im Scheitern und im Untergang.

Aus diesen exemplarischen Gegenüberstellungen ist ersichtlich, dass die Darstellungen Simone de Beauvoirs zwar den geschichtlichen Hintergrund der Alternsproblematik in ihrer Zeit spiegeln, aber wenige konkrete Lösungsvorschläge für den Einzelnen hinsichtlich der Sinnfindung im Alter bieten. Sie beruft sich auf einen notwendigen gesellschaftlichen Wandel, der mittlerweile in Teilbereichen vollzogen wurde.

3.4.4 Leopold Rosenmayr

Leopold Rosenmayr (geboren 1925 in Wien), ist Familien-, Jugend- und Altersforscher. Er hat Philosophie studiert und wechselte zur Soziologie, um seinem Wunsch – „Brücken zur Gesellschaft schlagen“ - nachkommen zu können. Er ist emeritierter ordentlicher Universitätsprofessor der Soziologie und Sozialphilosophie an der Universität Wien, leitete das Ludwig-Boltzmann-Institut für Sozialgerontologie und Lebenslaufforschung in Wien und ist seit 1990 wirkliches Mitglied der philosophisch-historischen Klasse der Österreichischen Akademie der Wissenschaften. 1954 gründete er eine Sozialwissenschaftliche Forschungsstelle an der Universität Wien und trug damit entscheidend zur Wiederbelebung der empirischen Sozialforschung in Österreich nach dem Zweiten Weltkrieg bei.[362]

Als engagierter Altersforscher ist es ihm ein Anliegen dem Menschen in Zeiten neuer medizinischer und technischer Möglichkeiten eine Anleitung zur Bewältigung des Alters zu geben. Auch Leopold Rosenmayr sieht - wie schon bei Viktor E. Frankl und Simone de Beauvoir beschrieben - den Verlust von Stützungen und Lebensanleitungen der großen Institutionen. Die heutige Gesellschaft wird von der Welt des Marktes und der Medien beherrscht, daher ist die Gefahr der Unfreiheit bei Entscheidungen gegeben. Es kam den Menschen die Individualisierung abhanden, das Leben ist geistig und kulturell verunsichert. Für das spätere Leben fehlt es an Kapazität der Selbststeuerung,

[362] Vgl. Universität Wien: Archiv der Online-Zeitung. http://www.dieuniversitaet-online.at/personalia/beitrag/news/soziologe-leopold-rosenmayr-wurde-80/301/neste/3.html (15. 1. 2012).

obwohl, je nach Einkommen und Bildung, sich das Leben medizinisch verbessert hat. Leopold Rosenmayr schlägt daher vor innere Blockaden aufzulösen und neue Ordnungen und Einsichten zu gewinnen.
Auch der Liebe misst Leopold Rosenmayr eine wesentliche Bedeutung für die Alternsbewältigung bei, wobei er die Liebe zu einem Partner meint.
Der Mensch muss Sich-Selber-Erkennen und Sich-Selber-Präsentieren um den Kosmos der inneren Welt zu pflegen. Ziel ist es, ein neues Interesse am Sich-Selber-Steuern zu erwecken und für jeden eine eigene Alterskultur aufzubauen. Als Gegenkraft gegen Abbau und Verfall ist Bewegung von Körper und Geist notwendig. Diese Bewegung fördert im späten Leben die Reorganisationskraft und wird so Ausgangspunkt für Bildung, Daseins- und Alltagsgestaltung.[363]

Leopold Rosenmayr weist auf vier Aspekte der Ausgangssituation des Alterns hin, die Einfluss auf die Gestaltungsmöglichkeiten haben:

1. Die sehr unterschiedlichen Lebensverhältnisse, Typen und Chancen des Älterwerdens.
2. Jede Generation altert anders und Älterwerden ist vom Einzelnen in einem vorgegeben sozialen und geschichtlichen Rahmen nur mit Mühe veränderbar und gestaltbar.
3. Das Leben im Alter ist zwar eine „persönliche Größe“, dennoch ist die Art und Weise des Alterns - seine ökonomischen, sozialen und kulturellen Vorbedingungen – öffentliche Angelegenheit.
4. Der wissenschaftliche Einblick in das Alter sollte eine notwendige Bedingung für die politische Grundorientierung und Handlungsfähigkeit sein.[364]

Für Leopold Rosenmayr ist die derzeitige Gesellschaftsstruktur auf die drei Lebensalter „des Lernens, des Arbeitens und des Erholens“ ausgerichtet. Das Lernen fällt der Zeit der Jugend zu, die Arbeit der Zeit des Berufslebens und die Erholung ist für die Rentner reserviert. So wird jede Altersphase dessen beraubt, was für die andere reserviert ist. Das führt dazu, dass jede dieser

[363] Vgl. Leopold Rosenmayr: Schöpferisch Altern. Wien 1995. S. 1ff.
[364] Vgl. Leopold Rosenmayr: Älterwerden als Erlebnis. Wien 1988, S. 3f.

Phasen durch die Verwehrung der komplementären und korrigierenden Präsenz der anderen aus dem Gleichgewicht kommt.

Hier setzt Leopold Rosenmayr an und sieht die Aufgabe der Philosophie darin, eine Konzeption und eine neue Praxis des Ablaufes der Altersstufen zu entwickeln, um einer möglichst großen Zahl der Menschen zu helfen. Ziel sollte es sein, Bedingungen zu schaffen, in denen man ohne Naivität, Illusion und Lüge über das Vorwärtsschreiten im Alter sprechen kann. Hier sieht Leopold Rosenmayr eine Aufgabe in der philosophischen Analyse, die eine Dialektik der Integration und Kompensation suchen soll, um die simplifizierenden Alternativen von Gewinn und Verlust, Verlieren und Gebenkönnen, Ausdehnung und Vereinigung, Lernen und Verlernen zu überwinden.[365]

Wertverluste im Alter bei Leopold Rosenmayr

Auch Leopold Rosenmayr nimmt - ähnlich wie Viktor E. Frankl und Simone de Beauvoir - trotz Wohlfahrtsstaat und Sozialhilfe eine vernachlässigte Gruppe von armen alten Menschen in einer auf Unterhaltung und Spaß orientierten Gesellschaft wahr. Auch eine Individualisierung und Singualisierung der Gesellschaft findet statt, die daraus resultierende Vereinzelung wird zum Massenphänomen.

Als Grund nennt Leopold Rosenmayr wachsenden Egoismus und Solidaritätsverlust. Es könnte aber sein, dass diese Entwicklung nur eine kulturelle Zwischenphase ist, in der sich die Alten auf sich selbst zurückziehen. Dieser Rückzug könnte durch Pluralismus und Wertunsicherheit, sowie durch Glaubens- und Überzeugungsverluste hervorgerufen sein, um in der Folge mit einem vorsichtigen Tasten herauszufinden, wie die Verpflichtungen menschlicher und freier wahrgenommen werden können und sollen. Leopold Rosenmayr gibt allerdings zu, dass diese Interpretation auf einer optimistischen Vermutung beruht.[366] Dass diese Vermutung bisher nicht eingetreten ist, bestätigt Leopold Rosenmayr selbst im Oktober 2011: „Ältere Menschen haben oft das Gefühl, nicht erwünscht zu sein. Die so genannte Individualisierung hat

[365] Vgl. Leopold Rosenmayr: Die menschlichen Lebensalter. München 1978, S. 120f.
[366] Vgl. Leopold Rosenmayr: Älterwerden als Erlebnis. Wien 1988, S. 10.

eine große Egozentrik herbeigeführt und diese noch mit dem Stempel der Modernisierung versehen. Wir haben immer mehr Superindividualisten.“[367]

Für Leopold Rosenmayr gibt es in unserer derzeitigen Gesellschaft zwar einen Altenstatus, dieser beruht rein auf der sozialen Sicherheit unseres Wohlfahrtsstaates. Dieser Wohlfahrtsstaat hat aber bisher keine kulturellen Modelle für die Alten mit entsprechenden Lebensdeutungen hervorgebracht. Weder die Gesellschaft noch die Alten selbst haben ein derartiges Modell entwickelt. Leopold Rosenmayr sieht viel mehr eine offenkundige Inhaltslosigkeit, die zum zentralen Problem der Unsicherheit im Altenstatus wurde. Diese Umstände rechtfertigen für ihn Wege zu finden, die eine Vorbereitung auf das Alter ermöglichen. Sein Vorschlag ist, dass das Vorbereitungskonzept von den Alters- und Alternstheorien abgeleitet wird. Alleine vom Altern zu sprechen ist zu wenig. Man muss auch eine Altersentwicklung sehen, um eine schrittweise Verwirklichung des Alternsprozesses in Form von bestimmten Zielen des Alternsprozesses zu kompensieren[368]. Die menschliche Entwicklung ist ein nie abgeschlossener Prozess, der uns hilft die Einstellung auf künftige Lebensprobleme zu finden. Dazu gehört die Zuwendung zum eigenen Körper in Form von Training, sowie die Bereitschaft sich durch Reflexion einer Änderung zu unterziehen. Eine solche Änderung ist vor dem geschichtlichen Hintergrund der jeweiligen Generation zu sehen, wobei nicht zu erwarten ist, dass dieser Hintergrund Lösungen bietet, sondern nur die Bedingungen zu einer mitunter radikalen psychologischen Veränderung, des Sicheinlassens auf eigene Lösungen.[369]

Eine neue Alternsphilosophie von Leopold Rosenmayr

„Historisch gesehen gingen die großen Impulse für die Reflexion über das Alter von Dichtung und Religion aus. Für die Philosophie ist das Altern ein Nebenthema geblieben – bis in die Gegenwart herein. Daher sind neue Entwürfe notwendig.“[370]

---

[367] Leopold Rosenmayr: „Wir leben in einer Gesellschaft von Halbsimulanten“. In: Der Standard, Tageszeitung. Wien 29.10.2011, S. 9.
[368] Vgl. Leopold Rosenmayr: Die späte Freiheit: das Alter - ein Stück bewußt gelebten Lebens. Berlin 1983, S. 231.
[369] Vgl. Leopold Rosenmayr: Die späte Freiheit: das Alter - ein Stück bewußt gelebten Lebens. Berlin 1983, S. S. 232.
[370] Leopold Rosenmayr: Schöpferisch Altern. Wien 2007, S. 32.

Auf Grund einer bislang fehlenden Alternsphilosophie hat Leopold Rosenmayr, neben soziologischen Aspekten des Alterns, eine neue Philosophie des Alterns vorgeschlagen. Diese Philosophie baut auf den von Martin Heidegger gewonnen Erkenntnissen, und den von Leopold Rosenmayr georteten Erfordernissen für das Altern am Beginn das 21. Jahrhunderts, auf.

Leopold Rosenmayr ortet subjektiv sichtbar werdende Daseinsmöglichkeiten, die mehr Steuerungsprozesse erlauben, die aber auch in der neuen Gesellschaftsordnung - mit vielen Angeboten, sowie gesellschaftlichen und kulturellen Zwängen - notwendig sind.[371] „Allerdings kann die Suche nach ‚Lichtung des Seins' aus dem Denk-Erbe Martin Heideggers anerkannt werden. Im eigenen Bewusstsein wird sie zum ‚Angebot' für den individuellen Zugang zu Selbstbesinnung und Elementen meditativer Grundhaltung. Aufmerksamkeit für ‚Lichtung' und Teilhabe an ihr, führt zu einem ‚Weg nach innen'. Aus ihm können selbstbezügliche und soziale Achtsamkeit, aber auch der Kampf gegen starke Kräfte der Außengesteuertheit durch Markt und Medien entstehen."[372]

Für Leopold Rosenmayr muss eine Philosophie des Alterns der Selbstvergegenwärtigung im Sinne des delphischen Orakels: „Erkenne dich selbst" dienen. „Dieser Blick auf sich selbst ist als Hilfe in einem sich wandelnden Leben gedacht, als Klärung für Entscheidungen und Wahlhandlungen in der Lebensführung. Insofern ist Philosophie mehr als Erkenntnis. Sie öffnet sich Beobachtungen, […], um daraus Folerungen für das Leben zu ziehen. […] Philosophie geht über den Alltag hinaus, geht explorierend voraus und wird eine eigene Denkform."[373] Leopold Rosenmayr führt aus, dass für eine Philosophie des Alterns ein Abwägen mit eigenem Lebensbezug notwendig ist, dazu ist die Aufdeckung dessen, was im bisherigen Leben geglückt ist und was missglückt ist, was versäumt wurde und was noch von sich und der Umwelt erwartet werden kann, erforderlich. Eine Philosophie des Alterns darf sich aber nicht mit dem Selbstbezug, dem Blick in den Spiegel begnügen. Ein Heraustreten aus dem Zentrum der Sozialprozesse – aus eigenem Willen oder dazu gedrängt – ermöglicht dem alternden Menschen sich selbst innerhalb seiner Beziehung neu zu verstehen. „Die Selbstvergegenwärtigung kann zur Folge haben, seine sozialen und

[371] Vgl. Leopold Rosenmayr: Schöpferisch Altern. Wien 2007, S. 31.
[372] Leopold Rosenmayr: Schöpferisch Altern. Wien 2007, S. 31.
[373] Leopold Rosenmayr: Schöpferisch Altern. Wien 2007, S. 32.

ökologischen Umweltbedingungen neu zu ertragen oder sie zu ändern. Jedoch bedeutet dies, sich in einem erweiterten Selbstbild zu erfahren, innerhalb seiner Welt, in der sich das Altern abspielt.“[374] Durch die Einsicht in die Prozesse an der Lebensgrenze beharrt die Philosophie des Alterns auf Lebensernst, wobei diese Prozesse aus Biologie, Medizin und anderen Wissenschaften kommen. Dieser Prozess als existentielle Grundhaltung darf sich nicht von der Wissenschaft absondern, sondern muss sich neben den persönlichen Erfahrungen, auf den Ergebnissen der Wissenschaft stützen.[375] Der Philosoph Edmund Husserl hat im Ansatz seiner Philosophie eine eigene Erfahrungs-Analyse eingeführt. Daraus entstand eine erlebnis-explizierende methodische Subjektphilosophie, die sich in der Philosophie Martin Heideggers zu einer Daseinsanalyse mit durchaus mystischen und poetischen Metaphern entwickelte. Martin Heidegger entwickelte in dieser Philosophie den Grundbegriff der Sorge, die sich in der Folge zur Angst radikalisierte. Auch Jean Paul-Sartre und Albert Camus hatten in verschiedener Weise die Angst als Ausgangspunkt des existentiellen Philosophierens. Martin Heidegger hat das Annehmen dieser Angst gefordert um ein radikalisiertes Endlichkeitsbewusstsein und - in weiterer Folge - einen tragfähigen Lebensernst zu entwickeln. Im Ernst bekennt sich die Existenz in ihrem unabdingbaren eigenen Schicksal, die sich, einmal konstituiert, keinen von außen herangetragenen Verfallsformen unterwerfen darf.

Eine neue Alternsphilosophie könnte laut Leopold Rosenmayr hier an den philosophischen Erkenntnissen des neunzehnten und zwanzigsten Jahrhunderts anknüpfen. Es müsste der Aufdeckung der inneren Veränderbarkeit und den Versuchen einer Selbststeuerung allerdings der gleiche Rang, wie dem Anerkennen des Unlenkbaren zuerkannt werden. Weiters verweist Leopold Rosenmayr darauf, dass Prozesse des Selbsterkennens und des daraus erzielten So-sein-wollens Schlüsselbedeutung haben, da sich eine Philosophie des Lebens heute nicht so leicht vom Geflecht, Gewirr und der Unübersichtlichkeit einer sich globalisierenden Wissenschaft befreien lässt, wie dies vor über einem

[374] Leopold Rosenmayr: Schöpferisch Altern. Wien 2007, S. 33.
[375] Vgl. Leopold Rosenmayr: Schöpferisch Altern. Wien 2007, S. 32f.

Jahrhundert die Lebensphilosophie getan hat und in einem Existentialismus endete.[376]

Den Ansatz zu einer neuen Lebens-Philosophie hat laut Leopold Rosenmayr bereits Friedrich Nietzsche gezeigt, indem er den Menschen in die Natur eingegliedert verstand. Leopold Rosenmayr meint, dass die Alten auf die Körpersignale achten sollen, die die Endlichkeit ihrer Natur anzeigen. Durch Zuwendung zum eigenen Körper kann sich ein harmonisiertes Leben entwickeln, das durch Zulassen von Empfindungen und Affekten zu einer Identifizierung mit dem eigenen Körper führt. Dies könnte, meint Leopold Rosenmayr, ein Schritt weg vom Modell des blinden Glaubens an die generelle Machbarkeit und ständig auf Steigerung der Leistung, zu einem auf Lebensintensität, Selbstbescheidung und Schonung der Welt bedachten Menschen sein.[377]

Lebenslaufordnung und individuelle Lebensentwürfe

Im Rahmen der Alterspsychologie beschreibt Leopold Rosenmayr Aktivität und Rückzug im Alter als wissenschaftlich bekannte Ansätze. Die Aktivitätstheorie geht davon aus, dass mit Ausnahme der physischen Leistungsfähigkeit der Alternde versucht, möglichst alle Aktivitäten der mittleren Jahre zu erhalten. Dagegen hat die Forschung die Disengagementtheorie wesentlich umfangreicher beschrieben, da man – eher hypothetisch – davon ausging, dass ein Rückgang der Aktivitäten und Interaktionen - als Folge des gesellschaftlichen Ausgliederungsprozesses - stattfindet. Bei einem erheblichen Teil der alten Menschen, so zeigten Studien, lässt auch das Interesse an manchen Bereichen der Umwelt nach, wobei die Minderung oft nicht bedauert wird. Allerdings gibt es auch Ergebnisse, die eine verstärkte Zuwendung zum Ich orten. Ein Zusammenhang zwischen Disengagement und Lebenszufriedenheit ist allerdings nicht gegeben. Jene Alten, die ihre Aktivitäten und Interaktionen frei wählen konnten sind am zufriedensten. Unglücklich sind jene, die durch äußere Umstände - wie zum Beispiel finanzieller Art – zu mehr Aktivität gezwungen sind, als sie selbst wählen würden. Auch jene sind unzufrieden, die durch Umstände die außerhalb ihrer Macht stehen, gezwungen sind – wie zum Beispiel wegen ihres

[376] Vgl. Leopold Rosenmayr: Schöpferisch Altern. Wien 2007, S. 34.
[377] Vgl. Leopold Rosenmayr: Älterwerden als Erlebnis. Wien 1988, S. 123f.

Gesundheitszustandes – ihre Aktivitäten gegen ihren Willen einschränken zu müssen.[378]

Der Raum für individuelle Lebensentwürfe war nach Meinung von Leopold Rosenmayr noch nie so groß wie heute. Einerseits hat sich der Lebenslauf verlängert, andererseits ist er individuell gestaltbar geworden. Das Älterwerden bietet aber auch die Möglichkeit, Unterscheidungen in den vielfältigen Prozessen wahrzunehmen, und eine erfahrungsbezogene Ethik sichtbar zu machen. Leopold Rosenmayr meint allerdings, dass vieles, was der Mensch für Freiheit hält, Scheinfreiheit und Selbsttäuschung ist.[379] „Die eigentliche Gefahr des Alterns liegt im Erliegen gegenüber selbstaufgebauten [und von anderen nahegelegten] Zwängen.“[380]. Erst durch diese beengenden Zwänge sieht Leopold Rosenmayr die Chance, in der Suche nach Freiheit die Zwänge zu überwinden. Das Alter erlaube uns nämlich mit Irrtümern leichter umzugehen - oder um des Lebens willen - mehr Ängste in Kauf zu nehmen.[381]

Die naturhafte Veränderung der Lebensbedingungen ist durch Verluste und Einschränkungen ein biologisches Verlieren, gegenläufig ist aber ein aufbauendes seelisches Gewinnen durch Wachstum und Entwicklung auf Ziele hin möglich. Das heißt, dass der Mensch nicht hilflos dem Altern ausgeliefert ist, sondern im Gegenteil entwicklungsfähig und glücksfähig bis ins hohe Alter ist. Einschränkungen durch Krankheit, Hilflosigkeit oder seelisches Leid können andererseits die Entwicklung stark beeinträchtigen.[382]

Späte Freiheit

Leopold Rosenmayr ortet eine vertiefte Erlebnisfähigkeit des Menschen im Alter, die durch neue Erfahrungen, Krisen und Chancen die Persönlichkeit verändert. Erfahrungen mit sich selber führen den Menschen zu einer besseren Vorschau mit einem vertieften Blick auf das noch verbleibende Leben in der Zukunft des späten Lebensabschnittes.[383] Dazu gehört auch, dass Einflüsse von Geschichte und Gesellschaft nicht einfach hingenommen werden, sondern

---

[378] Vgl. Leopold Rosenmayr: „Elemente einer allgemeinen Alter(n)stheorie". In: Rosenmayr, Leopold; Rosenmayr, Hilde: Der alte Mensch in der Gesellschaft. Reinbek bei Hamburg 1978, S. 46ff.
[379] Vgl. Leopold Rosenmayr: Älterwerden als Erlebnis. Wien 1988, S. 13.
[380] Leopold Rosenmayr: Älterwerden als Erlebnis. Wien 1988, S. 13.
[381] Vgl. Leopold Rosenmayr: Älterwerden als Erlebnis. Wien 1988, S. 12f.
[382] Vgl. Leopold Rosenmayr: Älterwerden als Erlebnis. Wien 1988, S. 15.
[383] Vgl. Leopold Rosenmayr: Älterwerden als Erlebnis. Wien 1988, S. 15.

die Fähigkeit wahrgenommen und angewendet wird, zu einem gewissen Grad gegenzusteuern. Aus der Selbsterkenntnis und aus unbewussten Kräften ergeben sich körperlich-seelische Leistungschancen, die dem Menschen zeigen, dass das Leben beeinflusst werden kann.

Voraussetzung für diese Selbsterkenntnis ist laut Leopold Rosenmayr, eine durch den Einzelnen übernommene Eigenverantwortung, der Einfluss der sozialen Stellung und vor allem der Ernst, der für das eigene Leben erkannt wurde. Erst dann können sich diese Sinnvoraussetzungen und Sinnzusammenhänge lebenssteuernd entwickeln. Trotzdem wird diese Selbstbestimmung, immer nur teilweise und nicht völlig erreicht, werden. Sie bleibt ein Prozess des Suchens durch Integration der geklärten und verwirklichten Elemente in der Persönlichkeit, der Umwelt, der eigenen unbewussten Kräfte und Triebimpulse. Wichtig ist auch der Zusammenhang zwischen Selbstbestimmung und Rücknahme, um sich eine Entwicklungsfähigkeit durch Umgestaltung und Erneuerung zu erhalten. Analog zum Begriff der Suche nach Selbstbestimmung von Leopold Rosenmayr, ist der Begriff von Hans Strotzka von Sinnsuche.[384] „Wäre der Sinn des Lebens erreichbar, so wäre ein Weiterleben danach sinnlos, wäre er unerreichbar, wäre er für uns nicht existent. Der Sinn des Lebens kann daher weder als erreichbares noch als unerreichbares, weder als wiederholbares noch als ersetzbares Phänomen begriffen werden, denn er ist das menschliche Streben und Ringen selbst. [...]. Man kann sehr vereinfachend sagen: ‚Der Sinn des Lebens besteht darin, ihn zu suchen'.“[385]

Die Einstellung, die der alte Mensch zu seinem Körper hat, ob er träge oder überfordert ist, entscheidet über Jahre von Wohlergehen, über körperlich-seelische Leistungschancen und Erfüllungsmöglichkeiten. Das Finden der inneren Balance ist ein Kampf, der auch ein Kampf der Selbsterkenntnis ist. Dazu gehört auch die Nachdenklichkeit über das bisherige Leben und die Änderungsfähigkeit für das vor einem liegende Leben. Diese Nachdenklichkeit muss auch dazu führen, das Leben als begrenztes Leben zu sehen, was wiederum zur Selbstbegrenzung führen sollte. Weiters ist Leopold Rosenmayr

---

[384] Vgl. Leopold Rosenmayr: Die späte Freiheit: das Alter - ein Stück bewußt gelebten Lebens. Berlin 1983, S. 230ff.

[385] Hans Strotzka zit. nach Leopold Rosenmayr: Die späte Freiheit: das Alter - ein Stück bewußt gelebten Lebens. Berlin 1983, S. 236.

der Meinung, dass diese Selbstbegrenzung in der heutigen Zeit zu einer Selbstakzeptanz führt, die mit einer inneren Zustimmung und Genügsamkeit zu sich selber gleichzusetzen ist, und die Zwanghaftigkeit des Menschen überwindet. Leopold Rosenmayr nennt dies die „späte Freiheit“, deren Wesen darin besteht, dass ihr Einschließlichkeit, Weltbejahung und Vielschichtigkeit zugestanden wird. Durch die Bejahung dieser Elemente können die Menschen freier und glücklicher werden. Der Ansatz zu einer Ethik der „späten Freiheit“ ist also sich selbst zu akzeptieren, das Ziel der Glücksuche in einer Selbstübereinstimmung zu sehen, und dieses Ziel durch Selbstgenügsamkeit zu finden. Leopold Rosenmayr sieht, bis zu einem gewissen Grad, in einer inneren Übereinstimmung mit sich selbst die Möglichkeit einer neuen inhaltlichen Glücksbestimmung, die auch Basis für eine psychische und physische Gesundheit ist. Denn Gesundheit ist eine Folge von Lebenshaltung und Lebensgestaltung, und somit wird Ethik zur Gesundheitsfrage, da Ethik nach Regeln für die Lebensgestaltung sucht.[386] „Gesundheit wird zur geistigen und ethischen Aufgabe.“[387]Leopold Rosenmayr ortet in der Fortführung der bereits von Platon anzustrebenden und geforderten Tugenden Klugheit, Mut, Maßhalten und Gerechtigkeit, die auch für die mittelalterlich-christliche Ethik als natürliche innerliche Kräfte galten, eine Möglichkeit die „späte Freiheit“ zu erreichen.[388]

Entwicklung des Alterns

Leopold Rosenmayr arbeitet an seinen Lehren bis heute und hat im Jahr 2011 eine Zusammenfassung, der von ihm vertretenen Altersforschung, folgendermaßen beschrieben: „Der Mensch wird mit vielen Möglichkeiten geboren. Weder die Genetik oder die Umwelt allein, noch beide zusammen, legen ihn fest. Er selber muss sich daran beteiligen, um ihm selber entsprechend seinen Weg durch das Alter zu finden. Es bleibt genug Spielraum für eigenes Unglück und Glück. ‚Noch einmal leben’ heißt daher, noch einmal hinschauen, überprüfen und ausloten […] Liebe zu gewinnen und zu geben […]. Im Alter noch einmal zu leben, heißt nicht, alles neu anzugehen und das Vergangene zurückzustellen oder in Bausch und Bogen zu verurteilen. ‚Noch

[386] Vgl. Leopold Rosenmayr: Älterwerden als Erlebnis. Wien 1988, S. 27ff.
[387] Leopold Rosenmayr: Die Kräfte des Alters. Wien 1990, S 39.
[388] Vgl. Leopold Rosenmayr: Älterwerden als Erlebnis. Wien 1988, S. 28.

einmal leben' ist als ein neuer Anlauf in einem bereits gelebten Leben gedacht. Die Zukunft ist ein Angebot für uns, und auch unsere Aufgabe, individuell und sozial! Wir brauchen Mut, um in den sich wandelnden Verhältnissen Chancen zu finden. Daraus können wir für unser ‚Noch einmal leben', wenn wir die Kräfte dazu finden, das herausholen, herauskämpfen und gewinnen, was sich für die neuen Schritte des nochmaligen Lebensversuches als nötig erweist."[389]

Einen möglichen Weg sieht Leopold Rosenmayr, indem Motivationen in realisierbare Handlungen umgesetzt werden, die durch Ziele und Aufgaben definiert sind. Diese Umsetzung setzt allerdings auch eine Kompetenz voraus, die durch ein Abwägen der Erfahrungen und Prüfung der Fähigkeiten ein Scheitern verhindert. Eine Diskrepanz zwischen Motivation einerseits und Zielen und Aufgaben andererseits, kann zu einer Enttäuschung und Selbstabwertung führen. Kompetenz erfordert eine gesteigerte Selbstwahrnehmung, die aber durch die zunehmende Auflösung von allgemein gültigen Lebenslaufordnungen Orientierungsschwierigkeiten bei älteren Menschen hervorrufen. Durch eine Vorbereitung auf das Alter können Orientierungsschwierigkeiten - durch selbst gewählte und selbst bejahte Beschäftigungen und durch Realisierung lang gehegter Wünsche - vermieden werden. Der Mensch muss daher über Perspektiven in Form von Plänen und Realisierungstechniken im fortgeschrittenen Alter verfügen. [390] „Kompetenz im vollen Sinn oder Eigen-Kompetenz setzt Selbstbestimmung voraus und bereitet, wenn ausgelebt, Lebensfreude."[391]

Entwicklung der Lebensformen der Alten und Daseinsbewältigung

Leopold Rosenmayr sieht in der Zukunft der Alten eine Entwicklung in mehrere Richtungen. Grundsätzlich spricht er von „Jüngeren Alten" mit einem Alter bis 70 Jahren und „Älteren Alten". Durch die Verbesserung der medizinischen Möglichkeiten wird das Kranksein zum Lebensende hin verschoben. Weiters folgert Leopold Rosenmayr, dass symptomschwache Alterserscheinungen zum Hauptcharakteristikum der Menschen höheren Alters - bis wenige Jahre vor dem Tod – sein werden. Die gesundheitlichen Verbesserungen im Alter und die

[389] Leopold Rosenmayr: Im Alter - noch einmal – leben. Wien 2011, S. 10.
[390] Vgl. Leopold Rosenmayr: Älterwerden als Erlebnis. Wien 1988, S. 53ff.
[391] Leopold Rosenmayr: Älterwerden als Erlebnis. Wien 1988, S. 55.

gesteigerte Vitalität durch einen besseren physischen Zustand werden zu einer höheren Daseinsbewältigung beitragen.[392]

Leopold Rosenmayr nimmt Stellung zu den noch nicht absehbaren Entwicklungen, die die besser gestellten Alten erwarten und beschreibt eine Initiation ins Alter als Reise ins Alter. Allerdings ergeben sich derzeit mehr Fragen als Antworten. Werden es die Alten durch psychisches Zusammenschweißen schaffen, eine Integrationsmacht zu werden? Kann sich ihre Erfahrung eigenständig, also ohne Hilfe von außen, zu einer Lebensanschauung formen? Und vor allem ist das auch für schwierige Lebensphasen wie Krankheit, Krisen und Ängste möglich? Wie wirkt sich der Wegfall ideologischer und kirchlicher Lehrgebäude aus? Wie können die oft wechselnden und widersprüchlichen wissenschaftlichen Ergebnisse interpretiert werden, vor allem wenn „eigenerfahrungsloses Allgemeinwissen“ immer mehr vorherrscht? Ist eine selbst bestimmte Lebenserfahrung angesichts der wechselnden äußeren Einflüsse überhaupt noch möglich, oder führt die Entinstitutionalisierung und Individualisierung zur unkontrollierbaren Abhängigkeit? [393] Einzelne Antworten versucht Leopold Rosenmayr in seinem Werk „Älterwerden als Erlebnis“ aus Sicht des Jahres 1988 bereits zu geben, auf die ich jedoch nicht weiter eingehen werde, da sie zu weit weg von meinem Thema führen.

Die Daseinsbewältigung wird sich, so hofft Leopold Rosenmayr, auch in einer kulturellen Kraft gegen das kommerzielle und ökonomische Diktat des Innovationszwanges zeigen. Die so wahrgenommene Freiheit könnte eine Beeinflussung der Kultur durch die Älteren bewirken, die sich in einer geistigen und gesellschaftlichen Aufwertung der höheren Altersgruppen manifestiert, und so eine Spur in der Gesellschaft hinterlässt. Auch wird die Langlebigkeit einen Pluralismus der Generationen hervorbringen, die weit voneinander entfernte Generationen gleichzeitig heranwachsen lassen, und so die Chance für ein verstärktes soziales Gewissen ermöglichen wird. Das kann dann geschehen, wenn die Jungen von den Alten Anerkennung finden und umgekehrt. Derzeit ist

[392] Vgl. Leopold Rosenmayr: Älterwerden als Erlebnis. Wien 1988, S. 116f.
[393] Vgl. Leopold Rosenmayr: Älterwerden als Erlebnis. Wien 1988, S. 121f.

es eher so, dass die Alten Anerkennung von den Jungen auf Grund ihrer vollbrachten Leistungen erwarten.[394]

Alter, Sinn und Tod

Die Urangst des Menschen vor dem Tod sollte für Leopold Rosenmayr nicht darauf hinauslaufen diese zu vertuschen, sondern einer Bearbeitung zugänglich zu machen. Für Leopold Rosenmayr ist in diesem Zusammenhang die Liebesfähigkeit des Menschen eine Möglichkeit Ängste zu verarbeiten, und eine neue Einstellung zum Tod zu finden. Insgesamt überwiegt allerdings im Alter die Auseinandersetzung mit der eigenen Endlichkeit und dem Tod, die bewirkt, dass der Daseinssinn und die Infragestellung der Lebensordnungen starke Verunsicherung bringt. Um die dadurch entstehenden psychischen Leiden zu mindern, so beschreibt Leopold Rosenmayr, ist in Deutschland ein Überkonsum an Beruhigungsmitteln bei über sechzigjährigen Menschen festgestellt worden, was an sich ein Alarmsignal darstellen sollte. Die psychische Verstimmtheit ist heute zum großen Problem im fortgeschrittenen Alter geworden.

„Der Weg zur Befreiung im Alter geht vermutlich über die Akzeptanz der eigenen Besonderheit und Einsamkeit vor sich selbst.“[395] Das bedeutet aber nicht, sich dadurch der inneren Bearbeitung von Ungelöstem zu verschließen. Psychotherapeutische Behandlungen sind ermutigend, da die Einsicht wächst, dass man sich durch Abstriche und Verzichte einen Weg zum Glück bahnen kann. Leopold Rosenmayr vermutet, dass sich in Zukunft mehr Bemühung um Glück in diesem Sinne durch Hilfe, Beratung und Therapie entwickeln wird, da auch die seelischen Strukturen älterer Menschen noch zu beeinflussen sind.[396]

Für Leopold Rosenmayr hat das Vertrauen in verbindliche Sinndeutungen des Lebens und des Todes abgenommen. Es wird in einer pluralistischen Gesellschaft mit vielen Angeboten und Verlockungen immer schwerer Einschränkungen bewusst auf sich zu nehmen. Auch den alten Menschen wird zu sehr eingeredet, was sie kaufen, wohin sie reisen sollten. Die so steigenden Ansprüche werden von den Alten ins späte Leben mitgenommen. Entweder

---

[394] Vgl. Leopold Rosenmayr: Älterwerden als Erlebnis. Wien 1988, S. 120f.
[395] Leopold Rosenmayr: Älterwerden als Erlebnis. Wien 1988, S. 125.
[396] Vgl. Leopold Rosenmayr: Älterwerden als Erlebnis. Wien 1988, S. 124f.

werden die Ansprüche weiter steigen, oder es wird eine neue Bescheidenheit geben, die unter Zwang oder freiwillig entsteht.[397]

Wiederbereicherung des Ich

Der wohlverdiente Ruhestand ist für Leopold Rosenmayr kein Weg, der den Lebensabschnitt des Alters durch Zerstreuung ausfüllen soll. Dadurch besteht die Gefahr, dass das späte Leben ein Leben ohne Aufgaben und somit nichtig wird.

Vielmehr sollen die schöpferischen Kräfte auch im Alter wirken. Dem Grunde nach ist der Mensch ein schöpferisches Wesen, das durch die Verwirklichung von Werten und Werken glücklich wird. Der Verlust dieser Schöpferkraft durch Passivität macht den Menschen unglücklich. Allerdings sind oft „verzerrte Selbstpräsentationen" dem Menschen aus dem früheren und mittleren Leben im Wege. Dieses „falsche Selbst" gilt es zu überwinden, um die individuelle und soziale Kreativität des Menschen in den späten Lebensphasen zu aktivieren.[398] „Freud stellte fest, dass der Mensch ein Ideal in sich aufbaut, an dem er sein aktuelles Ich misst. Im Verlauf seiner Geschichte und Entwicklung entsteht beim Individuum ein intensives Bestreben, den verloren gegangenen Idealzustand der Kindheit wiederherzustellen. In dem Maße, in dem der Mensch diesen Idealen nachkommt, verspürt er erneut einen Teil von dem anfänglichen Gefühlszustand der Vollkommenheit, der von Freud als ‚primärer Narzissmus' definiert wird."[399] Allerdings ist dieser primäre Narzissmus nicht kreativ und wird erst durch die Hinwendung zu einem Menschen oder Sache kreativ. Die Hereinnahme von Vorbildern und Werten von außen und einer temporären Zurückziehung der Libido von den Objekten auf sich bringt eine „Wiederbereicherung des Ich" mit sich, und kann so zum Programm für den alten Menschen werden. Leopold Rosenmayr verweist darauf, dass das Ich-Ideal der Kindheit und Jugend auch durch Vorbilder, Idole, eines sozialen Anteils und symbolgeladener Modelle des Verhaltens von außen geprägt wird.[400] Leopold Rosenmayr ist davon überzeugt, dass durch innere Kraft dies gelingen kann. „Man muss daher ein Ich-Ideal von sich aus ‚konstruieren'. Wie

[397] Vgl. Leopold Rosenmayr: Die Kräfte des Alters. Wien 1990, S. 77f.
[398] Vgl. Leopold Rosenmayr: Schöpferisch Altern. Wien 2007, S. 221f.
[399] Jens Tiedemann: Die intersubjektive Natur der Scham. Berlin 2007, S. 252f.
[400] Vgl. Leopold Rosenmayr: Schöpferisch Altern. Wien 2007, S. 225ff.

ist das möglich? Es bedarf in einem von Enttäuschungen gezeichneten und oft auch erschütterten späteren Leben große inner Kraft, ein ‚neues' Ich-Ideal aufzurichten und festzuhalten'."[401]

Es ist aber die Gefahr groß, dass ein Absturz in die Gleichgültigkeit oder eine rigorose Reaktion zur übergroßen Strenge, Versteifung und Unbeweglichkeit die eigene Kreativität blockiert. Daher ist ein angemessener Umgang mit den Ängsten erforderlich, um die eigene Kreativität realisieren zu können. Das Motto soll lauten: „Wann, wenn nicht jetzt?" oder „Jetzt sollst du es tun". [402] Mit dem Erfahrungsbonus älterer Menschen soll die, durch die Kreativität entstehende innere Bewegung, nicht im Chaos enden, aber doch mit Ordnung der Ab- und Aufbau von Zielen gelingen. Die Originalität der Kreativität, als Kennzeichen des schöpferischen Alterns, erfordert unter Umständen für ihre Entfaltung im Vorfeld Einschränkungen hinsichtlich Konsum- und Informationsverhalten. Existentielle und liebevolle Beziehungen können die Kreativität und die Selbst-Akzeptanz fördern. Allerdings aber bedarf es zur Förderung der Kreativität auch des Alleinseins.[403]

Allerdings ist das Leben keine durchgehende Erfolgsgeschichte, manche Illusion bleibt zurück. „Altern ist nicht an sich gestaltbar, das Handeln, die Aktivitäten sind gestaltgebend und wirken so auf den Alternsprozess ein. Sie vermögen ihn zu modifizieren."[404]

Der soziologische Interessenskampf der Alten

Leopold Rosenmayr ist bereits 1992 auf Argumente eingegangen, die zu einer Polarisierung von Interessen der Bevölkerungsgruppen hinweisen:

1. Die Alten beanspruchen einen großen Teil des Geldes, das sie nicht mehr mitfinanzieren.
2. Die Zahl der Alten wächst, sodass ihr Einfluss auf die Gesetzgebung zu ihren Gunsten immer mehr ansteige.
3. Das Familiengefüge hat sich verändert, sodass die sozialen Rollen von Großeltern verschwänden.

---

[401] Leopold Rosenmayr: Schöpferisch Altern. Wien 2007, S. 226.
[402] Leopold Rosenmayr: Schöpferisch Altern. Wien 2007, S. 226.
[403] Vgl. Leopold Rosenmayr: Schöpferisch Altern. Wien 2007, S. 224ff.
[404] Leopold Rosenmayr: Schöpferisch Altern. Wien 2007, S. 229.

4. Die Auswirkungen der Umweltverschmutzung betreffen verstärkt die nächsten Generationen.
5. Aufgrund des Mangels von Pflegepersonal komme es zu einer Automatisierung des Pflegebereiches.

Leopold Rosenmayr gibt auch den Kommentar zu den Behauptungen:
Ad 1) Die Schere zwischen geleisteten Beiträgen und Auszahlungen der Pensionskassen hat sich erweitert. Die aufgegangene Schere kann durch Eigenprophylaxe wieder verringert werden.
Ad 2) Der Einfluss liegt trotz des Wählerpotentials noch unter dem proportionalen Einfluss.
Ad 3) Das Gerüst für Hilfe und Pflege der innerfamiliären Generationenkooperation ist auf Grund der individualisierenden Entwicklung von Partnerschaft und Familie historisch neu. Die bisherige Form der Familie wird durch neue Formen des Zusammenlebens abgelöst.
Ad 4) Der in früherer Zeit verstellte Blick der heute älteren Menschen auf Umweltprobleme kann nicht nur dieser Generation angelastet werden. Eine Einsicht aller Generationen zum Schutz der Natur ist erforderlich.
Ad 5) Die Mängel in der Altenpflege wurden zwar durch die Bereitstellung von Mitteln entschärft, werden aber verstärkt von der Verantwortlichkeit der Familien in Richtung Öffentlichkeit verschoben.[405]
Wie sich in den letzten Jahren gezeigt hat, ist die Thematik nach wie vor auf der Tagesordnung und wird durch die zunehmende Knappheit an Ressourcen weiter verschärft. Auch die Einstellungswerte haben sich aus meiner Sicht kaum geändert.

Unterscheidung zwischen Leopold Rosenmayr und Viktor E. Frankl

Leopold Rosenmayr nimmt in den von mir aufgearbeiteten Werken keinen Bezug auf Viktor E. Frankl, obwohl er mit ihm befreundet war und sogar mit ihm Wanderungen unternahm.

Leopold Rosenmayr hat in einem Interview in der Furche gesagt:

[405] Leopold Rosenmayr: Streit der Generationen? Wien 1993, S. 14f.

„Es gibt zwei Grundhaltungen: Die einen sagen, ältere Menschen sind nicht mehr fähig, sich zu ändern. Die anderen überschätzen oft die Änderungsfähigkeit. Ich weiß, dass ich gewisse Dinge, wie etwa Bergsteigen, nicht mehr tun kann, und anderes wie den Computer nicht mehr lernen werde können. Wenn man sich durch diese Erkenntnisse nicht in Müdigkeit oder Verzweiflung treiben lassen will, muss man akzeptieren, dass manches einfach nicht mehr geht. Man muss für sich selbst den Weg suchen, wohin man seine Aufmerksamkeit lenken soll. Viktor Frankl, der große Psychologe, mit dem ich manchmal Klettertouren auf der Rax unternahm, stellte immer die Frage nach dem Sinn, denn sie führt auch zur Verantwortung. Das ist eine unerhört gute und konstruktive Frage. Macht es etwa Sinn, in meinem Alter noch diese oder jene Einladung zu einem attraktiven Vortragsthema anzunehmen? Wenn ich weise bin, bringe ich eine vernünftige Entscheidung zustande.“[406]
Aus diesem Artikel ist ablesbar, dass Leopold Rosenmayr den ca. 20 Jahre älteren Viktor E. Frankl schätzt und mit seinen Lehren vertraut ist.

Beide stellen fest, dass die Menschen mit existentiellen Fragen konfrontiert werden, insbesondere auf Grund der im 19. Jahrhundert begonnen gesellschaftlichen Veränderungen. Die Frage nach dem Sinn im Leben hat für den Menschen an Bedeutung zugenommen, und der Mensch steht dieser neuen Situation seit damals mehr oder weniger hilflos gegenüber. Auch die Gründe der Orientierungslosigkeit sehen beide im Abhandenkommen von Traditionen, wachsendem Egoismus, Wertunsicherheiten, sowie Glaubens- und Überzeugungsverlusten.
Während Viktor E. Frankl die menschliche Existenz als etwas sieht, das schon immer auf etwas ausgerichtet und hingeordnet ist - auf etwas oder jemanden - und durch seine Selbsttranszendenz ihn als Wesen darstellt, das über sich selbst hinaus nach Werten und Sinn strebt, muss bei Leopold Rosenmayr der Mensch durch seine eigene Befreiung im Alter, durch seine eigene Besonderheit den Sinn im Leben finden. Erst durch eine Selbsterkenntnis seiner Stellung im Leben, und insbesondere im Altern kann der Mensch zu einer inneren Übereinstimmung kommen, und in der Folge die Erkenntnisse zu

[406] Leopold Rosenmayr: „Zum Neuanfang befähigt“. In: Die Furche, Wochenzeitung. Wien 4.2.2010, S. 24.

neuen Perspektiven im Leben transformieren. Dazu gehört für Leopold Rosenmayr auch, die Gesundheit als Folge der Lebenshaltung und Lebensgestaltung zu sehen, und so wird die Ethik zur Gesundheitsfrage. Leopold Rosenmayr nennt diese Selbstbegrenzung, die zu einer Selbstakzeptanz führen soll, späte Freiheit. Im Alter soll die späte Freiheit zu einer Selbstgenügsamkeit führen, und den Menschen freier und glücklicher machen. Im Werk von Viktor E. Frankl sind die Sinnuniversalien, die sich aus der Geschichte der Gesellschaft herausgebildet haben, die traditionellen Werte, in besonderen Lebenssituationen anzuwenden. Viktor E. Frankl macht allerdings keine genauen Angaben über den Inhalt der Sinnuniversalien.

Die Lehre von Leopold Rosenmayr ist geeignet, in der konkreten Situation, der jeweiligen kulturellen Stellung des Menschen durch eine umfassende Analyse dem alten Menschen zu helfen sich im Alter zurechtzufinden. Leopold Rosenmayr verweist darauf, dass der Aufdeckung der inneren Veränderbarkeit der gleiche Rang zukommt, wie der Anerkennung des Unlenkbaren. Wichtig ist der Ansatz, nicht auf das Alter zu warten, sondern „rechtzeitig“ sich auf die neuen Lebensumstände im Alter vorzubereiten. Viktor E. Frankls Logotherapie ist als Therapie in praktischer Anwendung, sie hilft insbesondere psychisch Kranken Zeit das Leben zu bewältigen. Die Lehre Viktor E. Frankls kann aber auch dem nicht kranken Menschen helfen, den Sinn im Leben zu finden. Beide Lehren haben gemeinsam, dass eine lebensbejahende Einstellung erreicht werden soll, und dass die Entwicklung der Lehren im Gleichklang der Wissenschaften erfolgen soll.

Die Wertkategorie „schöpferischer Wert“ bei Viktor E. Frankl entspricht bei Leopold Rosenmayr den schöpferischen Kräften, die auch im Alter wirken. Dem Grunde nach ist der Mensch ein schöpferisches Wesen, das durch die Verwirklichung von Werten und Werken glücklich wird. Der Verlust dieser Schöpferkraft durch Passivität macht den Menschen unglücklich. Allerdings sind oft „verzerrte Selbstpräsentationen“ dem Menschen aus dem früheren und mittleren Leben im Wege. Der „Erlebniswert“ Viktor E. Frankls entspricht bei Leopold Rosenmayr vor allem die Liebe zu einem Partner, der er eine wesentliche Bedeutung für die Alternsbewältigung zuschreibt.

Allerdings zeigen sich im Spätwerk Leopold Rosenmayrs doch starke Parallelen zu Viktor E. Frankls Sinnfindungskriterien, wobei im Alter neben der Besinnung auf die Liebe und das Erlebte, auch eine komplexe Betrachtung der erlebten, gut gemeisterten und für die Zukunft brauchbaren Erfahrungen zu einer Änderung der inneren Einstellung beitragen. Das alles soll zu einem neuen „Lebensversuch“ verhelfen.

Wie bereits beschrieben, ist bei Viktor E. Frankl der Tod in Hinblick auf die Verantwortung zu verstehen, es soll bis zum letzten Atemzug das Sinnvolle im Leben, auch gerade durch die Konfrontation mit dem Tod, gesehen werden. Leopold Rosenmayr versteht die Ängste des Menschen vor dem Tod, deshalb soll der Tod einer Bearbeitung zugänglich gemacht werden. Der Mensch soll zum Tod durch die Auseinandersetzung mit dem Tod, und der eigenen Endlichkeit eine neue Einstellung finden. Helfen kann ihm dabei die Liebesfähigkeit. Dass dies nicht immer gelingt, beschreibt Leopold Rosenmayr mit dem Überkonsum an Beruhigungsmitteln.

Beide sind in ihren Werken insofern auf die Religion eingegangen, als sie erkannt haben, dass das Abhandenkommen von Werten die beschriebenen Probleme der Konsumgesellschaft weiter verstärkt haben. Viktor E. Frankl hat explizit darauf hingewiesen, dass seine Lehre sowohl für religiöse als auch nicht religiöse Menschen gilt. Eine metaphysische Instanz in Form eines Übersinns fordert den Menschen auf, sich dem Schicksal zu stellen und bei seinen Entscheidungen das Gewissen als Sinnorgan und das sinnorientierte Handeln anzuwenden. Allerdings räumt Viktor E. Frankl ein, dass die Richtigkeit der Entscheidung und damit die Sinnfindung unter Umständen nicht erkannt werden kann, da der Sinn des Ganzen über das Fassungsvermögen hinaus geht und so auch eine Sinn-Täuschung möglich ist.

Leopold Rosenmayrs Absicht besteht darin, eine Anleitung für das Altern zu geben, da der einzelne Mensch unter Umständen nicht in der Lage ist, die Zusammenhänge beim Eintritt in das Alter zu erkennen. Hilfe von außen ist derzeit nicht gegeben, sodass der einzelne Mensch für sich einen Weg finden muss, eine Lebensanschauung zu formen. Leopold Rosenmayr versucht

ebenfalls wie Viktor E. Frankl seine Erkenntnisse in Philosophie zu wandeln. Viktor E. Frankl hat dies als Weiterentwicklung der Psychoanalyse und der Individualpsychologie zur Existenzanalyse und Logotherapie praktisch abgeschlossen, während Leopold Rosenmayr seine vorgeschlagen Philosophie des Alterns zur Selbstvergegenwärtigung bis jetzt weniger zu positionieren imstande war.

Im Vergleich zu Leopold Rosenmayr schreibt Viktor E. Frankl weniger detailliert von den Problemen im Alter. Er beschränkt sich auf die Beschreibung von Sinnkrisen durch Pensionierung, Sinnlosigkeitsgefühl durch Konsumangebote und Fehlen der Traditionen, wobei das teilweise in gleicher Weise für die Jungen und die Alten gilt. Für Viktor E. Frankl steht fest: „So hört denn das Leben buchstäblich bis zu seinem letzten Augenblick, bis zu unserem letzten Atemzug, nicht auf, Sinn zu haben.“[407] Die Logotherapie bemüht sich um die Bewusstmachung von Geistigem und um eine Sinndeutung für jeden Einzelnen.

Leopold Rosenmayr hat in seiner Ethik des Älterwerdens eine umfassende Anleitung erstellt, die versucht, eine Philosophie des Alters, die bisher kaum in der Philosophie behandelt wurde, zu geben. In gewissem Sinne ist eine Parallele zu Viktor E. Frankl zu sehen, da nach meiner Ansicht der Zweck von Viktor E. Frankls Sinnfindungskriterien der gleiche ist - wie dies auch das Ziel der Ethik für das Alter bei Leopold Rosenmayr ist - nämlich Sinn im Leben zu finden. Zwar hat Viktor E. Frankl seine Lehren hauptsächlich aus psychologischer Sicht entwickelt, sie sollen aber wie Leopold Rosenmayrs Theorien den älter werdenden Menschen helfen, ihr in der Öffentlichkeit noch immer zu wenig beachtetes Dasein, insbesondere durch die in den letzten Jahrzehnten gestiegene Lebenserwartung, in einer menschenwürdigen Form zu gestalten. Das hängt mit der Frage nach dem Sinn im Leben grundsätzlich zusammen.

[407] Viktor E. Frankl: Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn. München 1985, S. 47.

4 Schlussbetrachtung

Ergebnissicherung

Ausgehend von der Aufgabe dieser Arbeit, inwiefern die Existenzanalyse und Sinnfindung nach Viktor E. Frankl auf das Alter anwendbar ist, werden die Ergebnisse der Arbeit zusammengefasst.

Existenzanalyse und Sinnfindung

Viktor E. Frankl hat, nachdem sich ein allgemeines Sinnlosigkeitsgefühl breit gemacht hat, die „dritte Wiener Schule der Psychotherapie“ als eigenständigen Ansatz entwickelt. Beeinflusst wurde er dabei von der Existenzphilosophie und der existentiellen Fragestellung, die mit Beginn des Industriezeitalters die Menschen beschäftigt hat, sowie von den Lehren Sigmund Freuds und Alfred Adlers. Gegenüber diesen Lehren hat er betont, dass der Mensch nicht nur in der reduktionistischen Betrachtungsweise der Psychoanalyse und Individualpsychologie betrachtet werden darf, sondern dass der Mensch um die Dimension des Geistigen zu erweitern ist. Viktor E. Frankl hat diese Betrachtungsweise mit der Dimensionalontologie erläutert, in der geometrische Körper in verschiedene Ebenen projiziert werden. Die Betrachtung eines Körpers (Mensch) aus nur einer Richtung ergibt ein unvollständiges Bild von ihm. Für Viktor E. Frankl sind die Psychoanalyse und die Individualpsychologie solche einseitige Betrachtungen. Es steht für ihn fest, dass der Mensch nicht ein durch seine Anlagen bedingtes Wesen, sondern ein grundsätzlich entscheidungs- und willensfreies, also ein mit Geist ausgestattetes Wesen ist.

In der Existenzanalyse hat Viktor E. Frankl an die Stelle der Autonomie des seelischen Apparates die Autonomie der geistigen Existenz gestellt. Existenzanalyse bedeutet die Analyse des Menschen auf Sinn hin, und stellt die Sinnorientiertheit und Wertstrebigkeit des Menschen in den Vordergrund. Die Sinnorientiertheit umfasst das Ringen des Menschen um einen Sinn, für Viktor E. Frankl nicht nur um den Sinn des Lebens, sondern auch um den Sinn des Leidens.

Die Existenzanalyse verweist auch auf das „Verantwortung haben“, wobei die menschliche Verantwortlichkeit als kategorischer Imperativ gilt. Die

Verantwortlichkeit gegenüber der Vergänglichkeit sollte eigentlich eine Verantwortungsfreude hervorrufen, da erst durch sie die Wertverwirklichung möglich ist. Dadurch rettet der Mensch sie in die Wirklichkeit des Vergangenseins.

Grundsätzlich ist der Mensch frei in seinen Bedingungen zum Leben, wobei zu beachten ist, dass der Mensch nur frei ist Stellung zu nehmen, zu seinen biologischen, psychologischen und soziologischen Bedingungen. Er schwingt sich in die menschliche Dimension dadurch auf, indem er den Bedingungen trotzt oder sie annimmt, ob er sich überhaupt und in welchem Maße von ihnen bestimmen lässt. Auch gegenüber dem Schicksal kann er sich so oder so einstellen. Eine Auflehnung gegen das Schicksal ist für Viktor E. Frankl sinnlos, da Mensch und Schicksal unzertrennbar zusammengehören. Die Trotzmacht des Geistes ist die Fähigkeit des Menschen, trotz schwieriger äußerer Bedingungen sein Schicksal zu meistern und über sich hinauszuwachsen. In allen Fällen hat der Mensch gegenüber der Verwirklichung von Werten eine wissentliche und eine willentliche Entscheidungsfreiheit.

Die Entstehung der Sinnfrage und damit der Sinnzweifel sind Ursache einer Orientierungskrise. Für Viktor E. Frankl ist die Frage nach dem Sinn ein Kennzeichen für das Menschliche im Menschen. Ausgehend von einer Orientierungskrise in der Konsumgesellschaft und im Wohlfahrtsstaat bewegt den Menschen ein Sinnbedürfnis.
Die Umstände, warum nicht jeder Mensch automatisch Sinn in seinem Leben sieht, wird hervorgerufen durch ein Überangebot an Konsummöglichkeiten, des Verlustes von Werten – wozu Viktor E. Frankl auch die Religion zählt – und durch die allgemeinen Lebensumstände, wie Verlust der Gesundheit im Alter, Konfrontation mit Leid.
Die Frage nach dem Sinn im Leben ist für Viktor E. Frankl dem Grunde nach nicht beantwortbar, da sie für jede Person anders gestellt werden muss, und die jeweiligen Lebensumstände zu reflektieren sind. Die Frage nach dem Sinn des Lebens ist daher für jeden einzelnen verschieden, wenn sie nicht auf das hier und jetzt bezogen, gestellt wird. Wenn die Sinnfrage nicht auf die ganze Person gestellt wird, ist sie sinnlos.

In Viktor E. Frankls Lehre wird festgestellt, dass der Sinn des Ganzen über unser Fassungsvermögen hinaus geht und nicht weiter aussagbar und angebbar ist, es sei denn, im Sinne eines Grenzbegriffes: Indem man sagt, das Ganze hat einen Sinn, einen Übersinn. An diesen Übersinn kann der Mensch nur glauben, bzw. muss an ihn glauben. Dieser Glaube ist bewusst oder unbewusst und in jedem von uns vorhanden.

Viktor E. Frankl geht davon aus, dass das Gewissen als Fähigkeit definiert werden kann, den einmaligen und einzigartigen Sinn, der in der jeweiligen Situation verborgen ist, aufzuspüren. In Situationen, in denen der Mensch vor eine Wertwahl gestellt ist, darf er die Wahl nicht willkürlich treffen, sondern er ist auf das Gewissen zurückgeworfen. Er muss die Entscheidung frei und verantwortlich treffen. Als Entscheidungsgrundlage führt Viktor E. Frankl die Sinnuniversalien an, die sich als ethische und moralische Prinzipien aus der menschlichen Gesellschaft herauskristallisiert haben. Man kann sie daher auch traditionelle Werte nennen. Im Gegensatz zu den einzigartigen Lebensfragen sind sie in wiederholbaren Situationen verwendbar.

Viktor E. Frankl erachtet es im täglichen Leben als sinnvoll, das Reich der Werte in seiner ganzen Fülle sichtbar zu machen, und verweist auf die drei Wertkategorien schöpferische Werte, Erlebniswerte und Einstellungswerte. Schöpferische Werte zielen darauf ab, durch Taten das Leben sinnvoll zu machen. Durch die Erlebniswerte als Wertverwirklichung kann das Leben dadurch sinnvoll werden, wenn etwas oder jemand erlebt wird. Jemand in seiner ganzen Einmaligkeit und Einzigartigkeit zu erleben, heißt ihn lieben. Die Einstellungswerte zählt Viktor E. Frankl zu den höchsten Werten, da es hier darauf ankommt, dass sich der Mensch zu einem unabänderlichen Schicksal einstellt. Gerade die Wertkategorien sollte der alte Mensch beachten, um im täglichen Leben durch seine Taten und Einstellungen Sinn zu finden. Für Viktor E. Frankl steht fest, dass durch die Einbeziehung der Wertkategorien der Mensch zeigt, dass seine Existenz niemals sinnlos werden kann.

Der Sinn des menschlichen Daseins und damit das richtige Handeln kann nicht allgemein angegeben werden, da der Sinn von Mensch zu Mensch und von Augenblick zu Augenblick wechselt. Die Frage nach dem Sinn ist etwas Konkretes, sodass auch die Forderungen des Lebens konkret sind. Weiters führt Viktor E. Frankl aus, dass diese Konkretheit das einmalige und einzigartige Schicksal mit sich bringt, das sich mit jeder Person und in jeder Situation ändert. Der Mensch muss sich damit abfinden, dass er mit dem leidvollen Schicksal alleine ist, und niemand an seiner Stelle das Leid durchleben kann.

Viktor E. Frankls Tragische Trias sind jene Herausforderungen, bei denen aus negativen Aspekten noch etwas Sinnvolles gemacht werden soll. Die Schuld wird in Wandlung, das Leid in Leistung transformiert. Der Sinn im Leiden ergibt sich, wenn das durch das Schicksal auferlegte Leiden angenommen und versucht wird, das Leben bis zur letzten Minute sinnvoll zu gestalten. Der unausweichliche Tod soll Ansporn für verantwortliches Tun sein. Dazu ist laut Viktor E. Frankl ein tragischer Optimismus erforderlich, der nicht einfach gelehrt werden und auf Befehl befolgt werden kann.

Am Anfang ist das Leben noch Substanz, ganz unverbraucht. Es verliert im Verlauf Substanz und wird immer mehr in Funktion umgewandelt. Am Ende wird es darin bestehen, dem jeweiligen Menschen zu zeigen, was ihm an Taten, Erlebnissen und Erleidnissen gezeitigt wurde.
Der lebende Mensch hat Vergangenheit und hat Zukunft, der sterbende hat keine Zukunft mehr, sondern nur mehr Vergangenheit, der Tote aber ist seine Vergangenheit. Viktor E. Frankl meint, dass die Welt kein Manuskript ist, das wir zu entziffern haben, sondern ein Protokoll, das wir zu diktieren haben. Dieses Protokoll der Welt ist auch ein Protokoll des Lebens, das unverlierbar und unkorrigierbar ist. Es macht den Trost und die Hoffnung vor allem beim kranken und alten Menschen aus.

Die Totalität des Lebens ist für Viktor E. Frankl etwas, das der Mensch gelebt hat und das im Sterben fertig gelebt wurde. Es ist für Viktor E. Frankl etwas außerhalb der Gräber. Der Abgang des Geistes ist etwas Geheimnisvolles und

Rätselhaftes, „[…] also im Sinne eines Über-Lebens, das heißt eines Modus des Lebens, von dem wir uns keinen Begriff mehr machen, den wir nicht fassen können.“[408]

Man braucht nur den Horizont der scheinbar am sinnlosen Leben leidenden Menschen zu erweitern, dann können sie laut Viktor E. Frankl erkennen, dass das Leben nicht sinnlos ist. Der Mensch kann in Situationen, die er nicht ändern kann, reifen, wachsen und über sich selbst hinauswachsen. Der Mensch ist aber auch dazu fähig, dort wo er sich in einer hoffnungslosen Situation befindet das Menschliche im Menschen zu verwirklichen und seine Tragödie in einen Triumph wandeln. Die geistige Einstellung eines vom Unglück betroffenen kann ihm helfen, mit seinem Schicksal fertig zu werden. Es muss dem Menschen bewusst sein, dass es ebenso entscheidende Faktoren wie Glück, Schicksalswendung oder Vorsehung und zufällige Elemente gibt, auf die der Mensch keinen Einfluss hat.

Das Alter(n)

Der Alterungsprozess und seine Ursachen sind noch nicht gänzlich erforscht. Einig ist sich die Wissenschaft darüber, dass die Veränderungen im Körper zu Einflüssen der Anpassungsfähigkeit im Alter führen. Der Übergang zum Alter und das Alter selbst sind mitunter von erheblichen Verlusten der Lebensqualität durch körperliche Einschränkungen, und damit unter Umständen von Sinnkrisen begleitet. Der demographische Wandel hat in den letzten Jahrzehnten die Anzahl der alten Menschen stark ansteigen lassen.

Die zusammenfassende Geschichte des Alterns zeigt die verschiedenen Haltungen zum Alter und Altern in den einzelnen Epochen auf. Diese reichen von Anerkennung der Alten bis zur Selbstaufgabe des Menschen.

Die in Zusammenhang mit dem Altern stehende Literatur wurde an Hand der Beispiele von Marcus Tullius Cicero, Simone de Beauvoir und Leopold Rosenmayr aufgearbeitet, um sowohl Ähnlichkeiten im Denkansatz als auch

[408] Viktor E. Frankl: Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. München 1990, S. 211.

Unterscheidungen herauszuarbeiten. Die Vergleiche wurden im jeweiligen Kapitel ausgeführt. Grundsätzlich kann gesagt werden, dass bei Viktor E. Frankl, Marcus Tullius Cicero und Leopold Rosenmayr die Ansicht überwiegt, dass im Alter Sinn gefunden werden kann. Simone de Beauvoir hat, auf Grund der damals schwierigen Lage und wegen ihrer existentialistischen Positionierung die Lage der Menschen im Alter eher negativ beschrieben. Während Viktor E. Frankl und Marcus Tullius Cicero zeigen, dass durch eine positive Einstellung dem Leben im Alter Sinn gegeben werden kann, ist bei Leopold Rosenmayr zusätzlich der Hinweis zu finden, wie das Leben rechtzeitig so organisiert werden kann, um im Alter – vor allem auch in Hinblick auf die steigende Hochaltrigkeit – Sinn zu finden.

Für die Beantwortung der Forschungsfrage wird in der Arbeit die Haltung Viktor E. Frankls zum Alter beleuchtet. Er bezieht in seinem umfangreichen Werk nur selten zum Alter konkret Stellung. Eine konkrete Stellungnahme ist jene, dass er gar nichts Arges am Altern findet, dass ihm das Altern nichts ausmache, solange ihm bewusst sei, dass er im gleichen Maße, in dem er altere, auch noch reife. Daraus kann geschlossen werden, dass Viktor E. Frankl das Alter als etwas selbstverständliches sieht. Da seine Lehren für alle Lebensalter gültig sind, ist auch das Alter mit eingeschlossen.
Konkret auf das Alter bezogene Inhalte seines Werkes beziehen sich auf die Sinnperspektiven, die Bewältigung der Pensionierungskrise, die psychische Hygiene und die Aufgaben im Alter. Viktor E. Frankl weist aus eigener Erfahrung darauf hin, dass im Alter der Mensch fähig ist, körperliche Schwächen durch erlernte Praxis auszugleichen.

Die im Alter oft auftretende Sinnfrage bezieht sich auch häufig auf den Übergang von der Erwerbstätigkeit in die Pension. Das bloße am Leben-sein ist für den Menschen unbefriedigend. Gegen den psychophysischen Verfall gibt Viktor E. Frankl den praktischen Ratschlag, sich der Bildung und dem Ehrenamt zu widmen. Wichtig ist ihm – auch im Sinne seiner Wertkategorien – dass der Mensch für etwas bzw. für jemanden da sein soll. Für den alten Menschen hat Viktor E. Frankl also neben seiner umfangreichen Lehre, die die Sinnfindung ermöglichen soll, auch einige praktische Vorschläge.

Für Viktor E. Frankl ist das Altwerden ein Aspekt der Vergänglichkeit menschlichen Daseins, aber diese Vergänglichkeit ist im Grund ein einziger großer Ansporn zur Verantwortlichkeit, zur Anerkennung des Verantwortlichseins als Grund- und Wesenszug menschlichen Daseins, ganz im Sinne der Existenzanalyse. Viktor E. Frankl meint damit, dass es in jeder konkreten Situation darauf ankommt, nach bestem Wissen und Gewissen zu handeln. Da der Mensch ein geistiges Wesen ist und sein Wesen zum Sein bringt, ist der Sinn des Daseins ein konkreter. In jedem Augenblick des Daseins ist damit die Realisierung der Wertmöglichkeit gegeben, die für jeden einzelnen Menschen mögliche, dass er wird was er einzig und allein sein kann und soll. Die Verantwortlichkeit gegenüber der Vergänglichkeit soll eine Verantwortungsfreude hervorrufen, da erst durch sie eine Wertverwirklichung möglich ist. Jede Wertverwirklichung ist für immer in der Vergangenheit aufbewahrt und damit ist das Leben sinnvoll bis zum letzten Augenblick.
Aus therapeutischer Sicht weist Viktor E. Frankl immer wieder auf die reiche Ernte des Menschen hin, die er in Form von Leistungen und Erlebnissen in die Scheune eingebracht hat, was er alles ins Vergangensein hineingerettet hat. Der Blick auf das leere, abgeerntete Stoppelfeld der Vergänglichkeit ist für den alten Menschen nicht sinnvoll, da er vom Gedanken des Abschiednehmens geprägt ist. Er soll sich seiner erbrachten Leistungen bewusst werden, was er Sinnvolles gewirkt, erlebt und erlitten hat, ist für immer in der vollen Scheune geborgen.
Bei den Wertkategorien verweist Viktor E. Frankl darauf, dass es auf die Haltung und Einstellung gegenüber dem unvermeidlichen Schicksal - als solches auch das Alter gesehen werden kann - ankommt.

Das Alter als widriger äußerer Umstand ist eine Möglichkeit, die Trotzmacht des Geistes anzuwenden.
Der Einstellungswert als höchster Wert, auf den es im Leben laut Viktor E. Frankl ankommt, ist jener, bei dem sich - auch der alte Mensch – also zu einem unabänderlichen Schicksal einstellt. Durch die Einbeziehung der Wertkategorien zeigt der Mensch, dass seine Existenz niemals sinnlos werden kann.

Inwieweit das Alter selbst als Grenzsituation gesehen werden kann, wäre gesondert zu klären. Mit den Grenzsituationen Leid und Tod wird der alte Mensch vermehrt konfrontiert. Wie beschrieben wurde, kann der Mensch Sinn im Leiden finden und sogar das Leid in Leistung durch seine Einstellung wandeln. Die Frage ist, ob der Tod der Sinnhaftigkeit des Lebens Abbruch tut. Viktor E. Frankl sieht die Antwort darin, dass der Mensch durch den unausweichlichen Tod in Zugzwang kommt und die endliche Lebenszeit nutzen soll um Taten und Handlungen auszuführen.

Wenn unser Leben nicht endlich in der Zeit sondern unbegrenzt wäre, käme es nicht darauf an, die Taten und Handlungen eben jetzt zu tun.

Zusammenfassend wird festgestellt, dass die Existenzanalyse und die Sinnfindung von Viktor E. Frankl geeignet sind, Sinn im Leben eines alten Menschen zu finden.
In jedem Augenblick des Daseins ist die Realisierung der Wertmöglichkeit gegeben, die für jeden einzelnen Menschen mögliche, dass er wird was er einzig und allein sein kann und soll, und durch die Einbeziehung der Einstellungswerte zeigt der Mensch, dass seine Existenz niemals sinnlos werden kann.

Literaturverzeichnis

Adler, Alfred: Der Sinn des Lebens. Frankfurt/Main: Fischer 1973.

Auer, Alfons: Geglücktes Altern. Eine theologisch-ethische Ermutigung. Freiburg-Basel-Wien: Herder1995.

Bader, Erwin: „Geistige Macht und praktische Vernunft“. In: Bader, Erwin (Hg.): Die Macht des Geistes. Festgabe für Norbert Leser zum 70. Geburtstag. Frankfurt/Main (u.a.): Peter Lang 2003, S. 59-70.

Batthyany, Alexander u.a. (Hg.): Viktor E. Frankl. Gesammelte Werke Band I, …trotzdem Ja zum Leben sagen. Und ausgewählte Briefe 1945-1949. Wien: Böhlau Verlag 2005.

Beauvoir, Simone de: Das Alter. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt 1995.

Bundesanstalt Statistik Österreich: Demographisches Jahrbuch 2010, Wien 2011.

Cicero, Marcus Tullius: Cato maior de senectute. Cato der Ältere über das Alter. Lat.-dt. Faltner, Max (Hg.) 3. Auflage. Düsseldorf: Artemis-Verlag 1999.

Fabry, Joseph; Lukas, Elisabeth: Auf den Spuren des Logos. Briefwechsel mit Viktor E. Frankl. Berlin: Quintessenz 1995.

Fintz, Anette: „Die Existenzanalyse: Eine angewandte Existenzphilosophie?“. In: Batthyany, Alexander; Zsok, Otto (Hg.): Viktor Frankl und die Philosophie. Wien: Springer 2005, S. 183-212.

Fintz-Müller, Anette: Frankl mit Jaspers verstehen. Logotherapie und Existenzphilosophie. Konstanz: Dissertation 2002.

Frankl, Viktor E.: Aerztliche Seelsorge. München: Kindler 1975.

Frankl, Viktor E.: Die Existenzanalyse und die Probleme der Zeit. Wien: Amandus Edition 1947.

Frankl, Viktor E.: Das Leiden am sinnlosen Leben. Wien: Herder 1991.

Frankl, Viktor E.: Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. München: R. Piper 1990.

Frankl, Viktor E.: Logotherapie und Existenzanalyse. Texte aus sechs Jahrzehnten. München: Quintessenz 1994.

Frankl, Viktor E.: Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn. München: R. Piper 1985.

Frankl, Viktor E.: Psychotherapie für den Alltag. Rundfunkvorträge über Seelenheilkunde. 3. Auflage. Freiburg: Herder 1992.

Frankl, Viktor E.: Psychotherapie in der Praxis. München: R. Piper 1991.

Frankl Viktor E.: Die Sinnfrage in der Psychotherapie. 4. Auflage. München: R. Piper 1992.

Frankl Viktor E.: Theorie und Therapie der Neurosen. Einführung in Logotherapie und Existenzanalyse. München (u.a.): Ernst Reinhardt Verlag 1993.

Frankl, Viktor E.: …trotzdem Ja zum Leben sagen. Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager. München: Kösel-Verlag 1995.

Frankl, Viktor E.: Der unbewusste Gott: Psychotherapie und Religion. München: Kösel 1991.

Frankl, Viktor E.: Was nicht in meinen Büchern steht. München: Quintessenz 1995.

Frankl, Viktor E.: Der Wille zum Sinn. Ausgewählte Vorträge über Logotherapie. 2. überarbeitete und ergänzte Auflage. Bern: Verlag Hans Huber 1978.

Frankl, Viktor E.: Zeiten der Entscheidung. Freiburg: Herder 1996.

Freud, Sigmund: „Das Ich und das Es (1923)“: In: Mitscherlich, Alexander; Richards, Angela; Strachey, James (Hg.): Sigmund Freud. Studienausgabe Band III. Psychologie des Unbewußten. Frankfurt am Main: Fischer Taschenbuchverlag 1982, S. 273-330.

Klingberg Jr., Haddon: Das Leben wartet auf Dich. Elly und Viktor Frankl. Wien: Deuticke 2002.

Kreuzer, Franz: Im Anfang war der Sinn. Franz Kreuzer im Gespräch mit Viktor E. Frankl. Wien: Deuticke 1982.

Kriz, Jürgen; Deecke, Lüder: Sinnorientiertes Wollen und Handeln zwischen Hirnphysiologie und kultureller Gestaltungsleistung. Wien: Picus 2007.

Längle, Alfried: Viktor Frankl. Ein Portrait. München: Piper 1998.

Längle, Alfried: Wenn der Sinn zur Frage wird… . Wien: Picus Verlag 2002.

Leser, Norbert: „Viktor E. Frankls Kampf gegen den Reduktionismus“. In: Batthyany, Alexander; Zsok, Otto (Hg.): Viktor Frankl und die Philosophie. Wien: Springer 2005, S. 1-13.

Lukas, Elisabeth: Alles fügt sich und erfüllt sich. Die Sinnfragen im Alter. Stuttgart: Quell Verlag 1994.

Lukas, Elisabeth: Logotherapie. München: MMV Medizin Verlag 1995.

Lukas, Elisabeth: „Zum 26. März 1995“. In: Wiesmeyr Otmar (Hg.): Festschrift für Prof. DDr. Viktor E. Frankl zum 90. Geburtstag. Wien: Eigenverlag des Ausbildungsinstitutes für Logotherapie und Existenzanalyse 1997, S. 3-7.

Müller, Max; Halder, Alois (Hg.): Kleines Philosophisches Wörterbuch. 11. Auflage. Freiburg im Breisgau: Herder 1984.

Nühlen-Graab, Maria: Philosophische Grundlagen der Gerontologie. Heidelberg: Quelle & Meyer 1990.

Pack, Jochen u.a. (Hg.): Zukunftsreport demographischer Wandel. Innovationsfähigkeit in einer alternden Gesellschaft. Köln: ON! Kommunikation & Neue Medien 2000.

Pytell, Timothy: Viktor E. Frankl - Das Ende eines Mythos? Innsbruck: Studienverlag 2005.

Raskob, Hedwig: Die Logotherapie und Existenzanalyse Viktor Frankls. Systematisch und kritisch. Wien: Springer Verlag 2005.

Rosenmayr, Leopold: Älterwerden als Erlebnis. Herausforderung und Erfüllung. Wien: Wiener Journalzeitschriftenverlag 1988.

Rosenmayr, Leopold: Im Alter - noch einmal - leben. Wien: LIT Verlag 2011.

Rosenmayr, Leopold: Die Kräfte des Alters. Wien: Wiener Journal Zeitschriftenverlag 1995.

Rosenmayr, Leopold: Die menschlichen Lebensalter. München: Piper 1978.

Rosenmayr, Leopold: Schöpferisch Altern. Eine Philosophie des Lebens. Wien: LIT 2007.

Rosenmayr, Leopold: Die späte Freiheit: das Alter - ein Stück bewußt gelebten Lebens. Berlin: Severin und Siedler 1983.

Rosenmayr, Leopold: Streit der Generationen? Lebensphasen und Altersbilder im Umbruch. Wien: Picus Verlag 1993.

Rosenmayr, Leopold: „Vorwärts geht das Leben“. In: Die Presse, Tageszeitung. Wien 26.11.2011, S. 2.

Rosenmayr, Leopold: „Wir leben in einer Gesellschaft von Halbsimulanten“. In: Der Standard, Tageszeitung. Wien 29.10.2011, S. 9.

Rosenmayr, Leopold: „Zum Neuanfang befähigt“. In: Die Furche, Wochenzeitung. Wien 4.2.2010, S. 24.

Rosenmayr, Leopold; Rosenmayr, Hilde: Der alte Mensch in der Gesellschaft. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt 1978.

Tiedemann, Jens: Die intersubjektive Natur der Scham. Berlin: Dissertation 2007.

Wiesmeyr, Otmar: „Zur Frage der Wirksamkeit in der Psychotherapie aus logotherapeutischer und existenzanalytischer Sichtweise“. In: Wiesmeyr Otmar (Hg.): Festschrift für Prof. DDr. Viktor E. Frankl zum 90. Geburtstag. Wien: Eigenverlag des Ausbildungsinstitutes für Logotherapie und Existenzanalyse 1997, S. 11-21.

Internetquellen

Homepage des Viktor Frankl Institutes. http://www.viktorfrankl.org/d/person.html (2. 2. 2012).

Hoppe, Christian: Homepage der Bundeszentrale für politische Bildung. http://www.bpb.de/veranstaltungen/LQC5VK,0,0,Thesenpapier.html (10.1.2012).

Höpflinger, François: Alter/n heute und Aspekte einer modernen Alterspolitik Thesen. http://www.hoepflinger.com/fhtop/fhalter1G.html (15.12.2011).

Höpflinger, François: Hochaltrigkeit - demographische, gesundheitliche und soziale Entwicklungen. http://www.pro-senectute.ch/data/551/04-12_debatte_01.pdf (8.2.2012).

Libet, Benjamin: University of California in San Francisco in GEO Nr. 11/00. http://www.geo.de/GEO/mensch/medizin/683.html (2.2. 2012).

MedizInfo® Gesundheitsportal für Verbraucher und Fachkräfte: Was ist Altern? http://www.medizinfo.de/geriatrie/alter/start.shtml (30.11.2011).

SGIPT - Gesellschaft für Allgemeine und Integrative Psychotherapie-Deutschland: Über die Kunst des Alterns und des Sterbens. http://www.sgipt.org/gipt/entw/altst0.html (6.2.2012).

Stern 14.4.2008: Hirnforschung. Freier Wille - eine Illusion? http://www.stern.de/wissen/mensch/hirnforschung-freier-wille-eine-illusion-617174.html (15.2.2012).

Universität Wien: Archiv der Online-Zeitung. http://www.dieuniversitaet-online.at/personalia/beitrag/news/soziologe-leopold-rosenmayr-wurde-80/301/neste/3.html (15. 1. 2012).

Abstract

Je älter der Mensch wird, umso intensiver wird er mit der Frage nach dem Sinn seiner Existenz konfrontiert. Die in den letzten Jahrzehnten gestiegene Lebenserwartung – und die damit länger zur Verfügung stehende Zeit im Alter - stellt den Menschen vor Orientierungsschwierigkeiten.

Die Bewältigungsstrategien der Sinnkrisen werden in dieser Arbeit ausgehend von der Existenzanalyse Viktor E. Frankls beleuchtet. Es wird untersucht, wie Viktor E. Frankl seine Lehre entwickelt hat, und welche wesentlichen Bestandteile der Existenzanalyse und der damit zusammenhängenden Sinnfindungsmöglichkeiten, für die Menschen allgemein und insbesondere im Alter, angewendet werden können.

Ergänzend werden Alterstheorien und Alter(n)sbegriffe erläutert, und die Perspektive der demographischen Entwicklung im Überblick beschrieben. Um die Entwicklung des Themas Alter und Alternsbewältigung in der bisherigen Philosophiegeschichte darzustellen, sind in dieser Arbeit ein historischer Bericht zu den Alternsproblemen von Marcus Tullius Cicero, und ein kurzer geschichtlicher Abriss der Stellung der Alten aus kulturphilosophischer Sicht, enthalten. Ebenso wird Simone de Beauvoirs sozialkritisches Werk „Das Alter“ - eines der wenigen philosophischen Werke zum Thema Alter des 20. Jahrhunderts - und das Werk des zeitgenössischen Sozialphilosophen Leopold Rosenmayr im Überblick beschrieben. Alle Werke werden mit den Lehren Frankls einem Vergleich unterzogen.

Lebenslauf

Persönliche Daten

Name:	Maria Käfer, geb. Ströbitzer
Geburtsdatum:	5.10.1957
Geburtsort:	St. Pölten
Staatsbürgerschaft:	Österreich
Familienstand:	Verheiratet seit 1980
	Vier Söhne

Ausbildung

1964-1968	Volksschule Daniel Gran St. Pölten
1968-1976	Neusprachliches Gymnasium BG St. Pölten
Juni 1976	Matura BG St. Pölten
1976-1979	Jusstudium (1. Abschnitt)
seit 2002	Diplomstudium Philosophie an der Universität Wien (mit Unterbrechungen)

Berufstätigkeit

1979-1991	Länderbank St. Pölten
ab 1996	Amt der NÖ Landesregierung St. Pölten