

# Umgang mit Zeitdruck am Lebensende

## C. G. Jungs „Seele und Tod“ neu gelesen

Eckhard Frick sj

**TUM Klinikum | Rechts der Isar**

Klinik und Poliklinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie  
Professur für Spiritual Care und psychosomatische Gesundheit

# Umgang mit Zeitdruck am Lebensende

1. Zeitdruck am Lebensende – oder schon vorher?
2. Geschossparabel
3. Das vergängliche Ich und das unverfügbare Selbst
4. Lebenslang mit dem Zeitdruck am Lebensende umgehen
5. Diskussion

# Umgang mit Zeitdruck am Lebensende

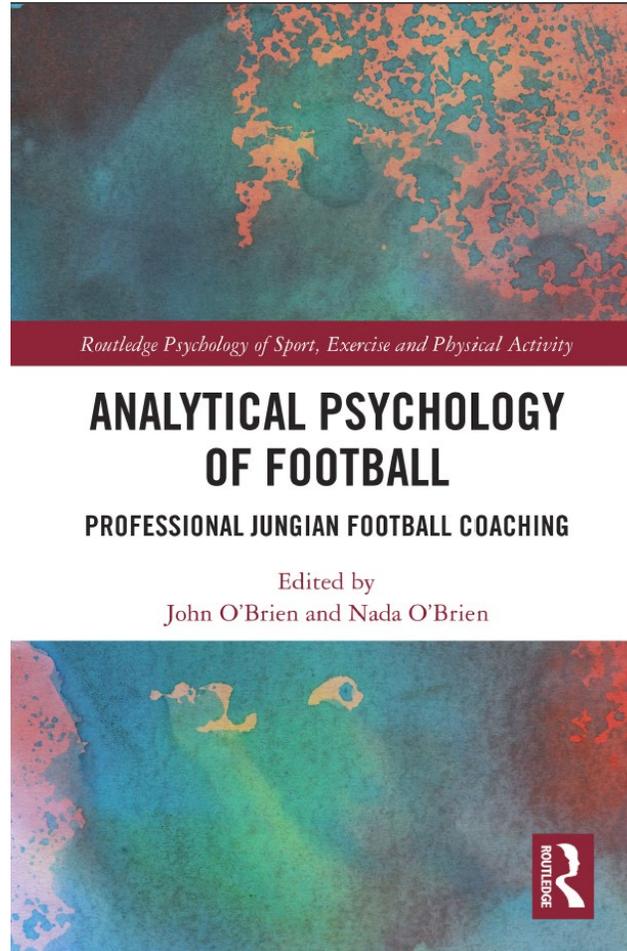
1. Zeitdruck am Lebensende – oder schon vorher?
- 2. Geschossparabel**
3. Das vergängliche Ich und das unverfügbare Selbst
4. Lebenslang mit dem Zeitdruck am Lebensende umgehen
5. Diskussion

## Leben und Tod als Flugbahn (C.G. Jung 1934)



- Das Todesthema konstellierte sich nicht erst in der zweiten Lebenshälfte oder im Sterbeprozess, sondern in der Lebensmitte
- Ich-Selbst-Achse (Erich Neumann): Das todesängstliche Ich kommt aus dem Selbst und kehrt zum Selbst zurück (Mutterschoß, Vollendung, Auflösung)
- Tod ist nicht „einfach das Ende eines Ablaufes“, sondern „Ziel und Erfüllung (GW 8: § 797)
- Zeitdruck: wovon geht der Druck aus?

## Leben und Tod als Flugbahn (C.G. Jung 1934)

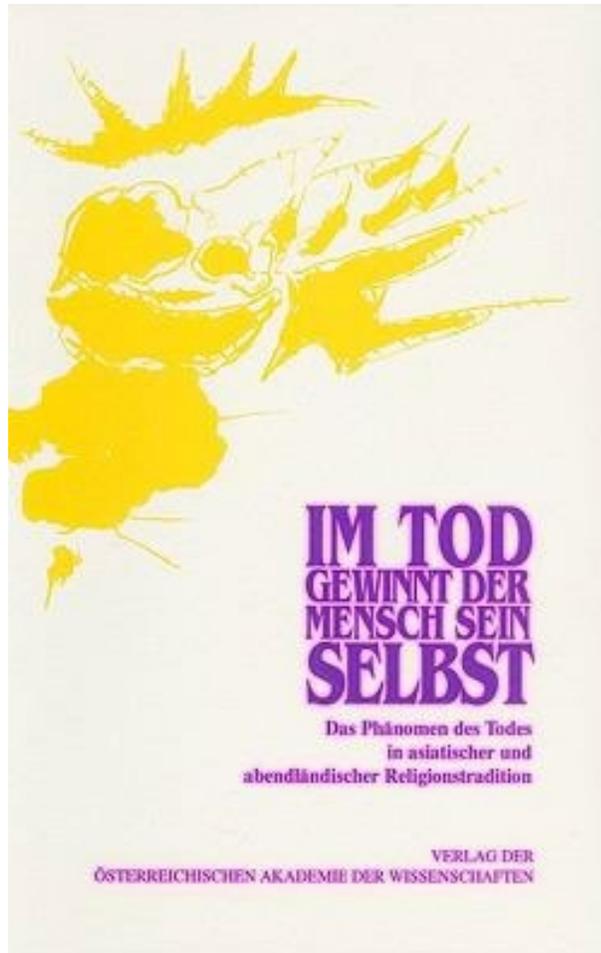


- Prähispanisches indigenes Ball-Spiel als Dramatisierung der Sonnenbahn und des Antagonismus Tod / Leben
- Fußball als wichtigste sportliche Begegnung gegnerischer Mannschaften, nicht nur bei „Freundschaftsspielen“
- Krieg als Austausch von Wurfgeschossen mit einkalkulierter Todesfolge – virtuell und in Präsenz

# Umgang mit Zeitdruck am Lebensende

1. Zeitdruck am Lebensende – oder schon vorher?
2. Geschossparabel
3. **Das vergängliche Ich und das unverfügbare Selbst**
4. Lebenslang mit dem Zeitdruck am Lebensende umgehen
5. Diskussion

## Im Tod gewinnt der Mensch sein Selbst



- „Es ist vollbracht!“ (Joh 19,30)
  - Finale Dimension der gesamten Lebenslinie – trotz
  - „Unverfügbarkeit“ (Hartmut Rosa) der Wurfparabel
  - Das Wurfgeschoss fliegt von der Geburt bis zum Tod
  - Unverfügbarkeit des Selbst von dem wir kommen und zu dem wir unterwegs sind
  - Ich: empirischer Komplex im Bewusstseinsfeld
  - Selbst oder Nicht-Ich: unbewusstes Muster und Ziel meines Lebens: „in die Wiege gelegt“ und lebenslang gesucht
- Ich-Selbst-Achse (Erich Neumann)

# Erich Neumann (1956/1974): Die große Mutter



Die Göttin Nut, die den Toten auf dem Boden des Sarges in ihre Arme nimmt, ist die gleiche Todesmutter, die wir aus dem christlichen Kreis als Pieta kennen, als Madonna, die den toten Christus auf dem Schoß hält, das Todeskind, das wieder zu ihr zurückgekehrt ist, und die als primitives Gefäß und Urne das Kind und den Erwachsenen in sich birgt (212).

# Umgang mit Zeitdruck am Lebensende

1. Zeitdruck am Lebensende – oder schon vorher?
2. Geschossparabel
3. Das vergängliche Ich und das unverfügbare Selbst
4. **Lebenslang mit dem Zeitdruck am Lebensende  
umgehen**
5. Diskussion

## C. G. Jung: Seele und Tod (GW 8: § 803)

Dem Aufstieg des Lebens billigen wir Ziel und Sinn zu, warum nicht dem Abstieg? Die Geburt des Menschen ist bedeutungsschwanger, warum nicht der Tod? Der junge Mensch wird zwanzig und mehr Jahre auf die völlige Entfaltung seiner Einzelexistenz vorbereitet, warum soll er sich nicht zwanzig und mehr Jahre auf sein Ende vorbereiten? Allerdings - mit dem Höhepunkt hat man es sichtlich erreicht, man ist's und man hat's. Was ist aber mit dem Tod erreicht ?

## C.G. Jung: Seele und Tod (GW 8: § 798)

Mit der Erlangung der Reife und des Höhepunktes des biologischen Lebens, welcher ungefähr mit der Lebensmitte zusammenfällt, hört aber die Zielstrebigkeit des Lebens keineswegs auf. Mit derselben Intensität und Unaufhaltsamkeit, mit der es vor der Lebensmitte bergauf ging, geht es jetzt bergab, denn das Ziel liegt nicht auf dem Gipfel, sondern im Tale, wo der Aufstieg begann. Die Kurve des Lebens ist wie eine Geschosßparabel. In seiner anfänglichen Ruhelage gestört, steigt das Geschosß und kehrt wieder zur Ruhelage zurück.

## C.G. Jung: Seele und Tod (GW 8: § 799)

Ist man mit einiger Verspätung schließlich doch auf einen Gipfel gelangt, so setzt man sich psychologisch auch dort wieder zur Ruhe, und obschon man merken könnte, wie man auf der anderen Seite wieder herunterrutscht, so klammert man sich doch wenigstens mit anhaltenden Rückblicken an die einstmals erreichte Höhe. Wie früher die Furcht als Hemmnis vor dem Leben stand, so steht sie jetzt vor dem Tode.

## C.G. Jung: Seele und Tod (GW 8: § 800)

Der Nährboden der Seele ist das natürliche Leben. Wer dieses nicht begleitet, bleibt in der Luft hängen und erstarrt. Darum verholzen so viele Menschen im reifen Alter, sie schauen zurück und klammern sich an die Vergangenheit mit geheimer Todesfurcht im Herzen. Sie entziehen sich dem Lebensprozeß wenigstens psychologisch und bleiben darum als Erinnerungssäulen stehen, die sich zwar noch lebhaft an ihre Jugendzeit zurückerinnern, aber kein lebendiges Verhältnis zur Gegenwart finden können.

## C.G. Jung: Seele und Tod (GW 8: § 800)

Von der Lebensmitte an bleibt nur der lebendig, der mit dem Leben sterben will. Denn das, was in der geheimen Stunde des Lebensmittags geschieht, ist die Umkehr der Parabel, *die Geburt des Todes*. Das Leben der zweiten Lebenshälfte heißt nicht Aufstieg, Entfaltung, Vermehrung, Lebensüberschwang, sondern Tod, denn sein Ziel ist das Ende. Seine-Lebenshöhe-nicht-Wollen ist dasselbe wie Sein-Ende-nicht-Wollen. Beides ist: Nicht-leben-Wollen. Nicht-leben-Wollen ist gleichbedeutend mit Nicht-sterben-Wollen. Werden und Vergehen ist dieselbe Kurve.

# Umgang mit Zeitdruck am Lebensende

1. Zeitdruck am Lebensende – oder schon vorher?
2. Geschossparabel
3. Das vergängliche Ich und das unverfügbare Selbst
4. Lebenslang mit dem Zeitdruck am Lebensende umgehen
- 5. Diskussion**

## Mohacsi & Simon (2025): Lebenszeit und Sterbehilfe



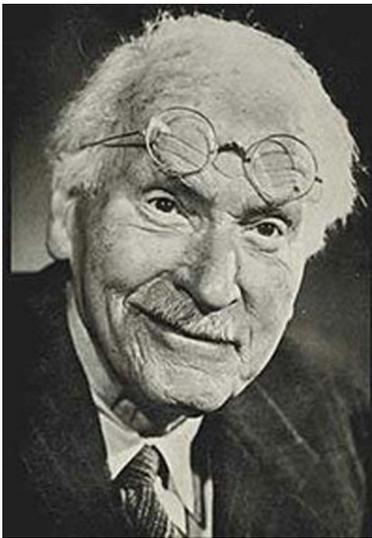
- Verschiedene Formen der Sterbehilfe als proaktiver Umgang mit dem Sterben
- Responsabilisierung der Sterbenden: Notwendigkeit zur eigenen Entscheidung über lebenserhaltende Maßnahmen → selbst verantwortlich für Art und Zeitpunkt des Todes
- „Normalisierungsprozesse“ → Betroffene können sich unter Druck gesetzt fühlen, das eigene Leben zu beenden

# Zeitdruck...

- Als lebenslanges Begleitphänomen der Wurfparabel
- Nicht erst am absteigenden Ast, sondern auch am aufsteigenden, v.a. aber am unbewussten Scheitelpunkt
- Todes- und Sinnfragen in der Lebensmitte können vermieden werden: durch Lebensangst, „ewige Jugend“, Zeitvertreib...
- Warten: „Erst wartete ich langsam... und dann immer schneller und schneller“ (Karl Valentin)
- Meditation: Statt Langeweile und Nervös-auf-die-Uhr-Schauen  
*Gegenwart*

Vielen Dank fürs Zuhören!





# Carl Gustav Jung

\* 26. Juli 1875 in Kesswil, Schweiz; † 6. Juni 1961 in Küsnacht/Kanton Zürich

Wenn man sich jemanden vorstellt, der tapfer genug ist, die Projektionen seiner Illusionen allesamt zurückzuziehen, dann ergibt sich ein Individuum, das sich eines beträchtlichen «Schattens» bewußt ist. Ein solcher Mensch hat sich neue Probleme und Konflikte aufgeladen. Er ist sich selbst eine ernste Aufgabe geworden, da er jetzt nicht mehr sagen kann, daß die andern dies oder jenes tun, daß sie im Fehler sind und daß man gegen sie kämpfen muß. **Er lebt in dem «Hause der Selbstbesinnung», der inneren Sammlung. Solch ein Mensch weiß, daß, was immer in der Welt verkehrt ist, auch in ihm selber ist, und wenn er nur lernt, mit seinem eigenen Schatten fertig zu werden, dann hat er etwas Wirkliches für die Welt getan.** Es ist ihm dann gelungen, wenigstens einen aller kleinsten Teil der ungelösten riesenhaften Fragen unserer Tage zu beantworten. ( GW 11, § 140)

