

Bulletin

2019.1

	Editorial	1
	Veranstaltungen SoSe 2019	3
Th. Fuchs: Zur Psychopathologie der Hyperreflexivität		8
	A. Holzhey: Verzweiflung	20
	Vorstand GAD	42

www.gad-das.ch

Redaktionsschluss für das Bulletin 2019.2 ist am 15. Juli 2019.

Für die GAD sind Zusendungen erbeten an:

Dr. phil. Barbara Handwerker Küchenhoff, Ausserwies 11, 8618 Oetwil am See
handwerker@bluewin.ch

Für das DaS an:

Dr. phil. Daniela Sichel, Chorgasse 4, 8001 Zürich, d.sichel@bluewin.ch

Editorial

Alice Holzhey

Wenn Sie als Leserin und Leser unseres halbjährlich erscheinenden Bulletins auch ab und zu einen Blick aufs Editorial werfen, dann wissen Sie, dass wir vom Vorstand der Gesellschaft viel Sorgfalt auf die Auswahl des *Leitthemas* legen, das die Forums-Veranstaltungen über eine gewisse Zeit hinweg miteinander verbindet. Statt aufzugreifen, was ohnehin schon Konjunktur hat, wollen wir Themen aufnehmen, die im Zwischenbereich von Philosophie, Psychiatrie und Psychoanalyse immer relevant sind, auch wenn sie meist im Schatten der jeweiligen Modethemen verbleiben. Entsprechend lautet das neue Leitthema *Der Absolutismus der Wirklichkeit*.

Wer diesen Ausdruck nicht schon aus der Lektüre von Hans Blumenberg kennt, mag verwundert oder gar verärgert den Kopf schütteln und sich fragen, ob uns heute nicht gerade das Gegenteil auf den Nägeln brennt, nämlich die Erfahrung eines zunehmenden *Unwirklich-werdens* der Wirklichkeit. Leiden wir nicht an der Verunsicherung, gar nicht mehr zu wissen, welche Informationen uns noch sagen, was «wirklich» der Fall und welche uns nur schamlos irreführen wollen? Stehen wir nicht sogar vor der Frage, ob wir uns vom Begriff der «Wirklichkeit» verabschieden sollten, weil er uns nur noch von etwas spricht, was es nicht (mehr) gibt oder gar nie gegeben hat? Zwar liest man neuerdings von einem «neuen Realismus» in der Philosophie, aber auf welche «Realität» dabei Bezug genommen wird, ist bis jetzt noch schwer auszumachen.

Es gäbe also durchaus auch gute Gründe, unsere kommenden Veranstaltungen unter das Leitthema «Vom Entschwinden der Wirklichkeit» zu stellen. Nur: es ist eine andere Wirklichkeit, die uns zu entschwinden droht, als jene, die zu Recht als «absolut» bezeichnet wird. Was uns heute zunehmend fehlt, ist eine «gemeinsame Wirklichkeit», die nicht ständig in Frage gestellt wird, weil es sich um einen tragenden Konsens handelt, der uns den Boden gibt, auf dem wir uns über vieles, was strittig ist, streiten können, ohne dabei das Gefühl, uns gegenseitig verständigen zu können, zu verlieren. Von dieser Wirklichkeit ist eine radikal andere Wirklichkeit zu unterscheiden, die grundsätzlich nicht in Sprache hereingeholt werden kann – eine Wirklichkeit also, die selber schweigt und die wir selber weder greifen noch fassen können, und die doch enorme Macht hat über uns. Es ist die Wirklichkeit

der nackten Tatsachen, die Heidegger als das «nackte Dass» umschrieben hat: *dass* ich überhaupt bin statt nicht zu sein; *dass* der Krieg ausgebrochen ist; *dass* der Klimawandel menschengemacht ist; *dass* ich unverantwortlich gehandelt habe; *dass* ich verlassen worden bin – aber auch: *dass* ich als Mensch dem Gesetz der Zeit unterstehe; *dass* der Tod jederzeit kommen kann. Die Liste liesse sich beliebig verändern, denn es geht immer nur um das «Dass» jenseits allen Was und Wie und Warum und Wozu. Vor dem «nackten Dass» in seiner Absolutheit stehen wir immer sprachlos und zugleich fassungslos. Diese Wirklichkeit ist durch und durch unheimlich, was heisst, dass wir uns in ihr nie und nimmer heimisch und vertraut fühlen können. Darum ist es jene Wirklichkeit, von der wir uns unwillkürlich abstossen, vor der wir immer schon Schutz suchen, obwohl sie immer *da* ist.

Am Samstag, den 2. März, wird der Philosoph *Helmut Holzhey* in bewährter Tradition mittels eines Lektüreseminars ins neue Leitthema einführen. *Doris Lier*, Jungsche Analytikerin und Mitglied unseres Vorstands, die sich jahrelang mit Blumenberg beschäftigt hat, wird am 4. April die interessante anthropologische These von Hans Blumenberg vorstellen, wonach der Mensch als Kulturwesen im Kampf gegen den «Absolutismus der Wirklichkeit» entstanden ist. Am 9. Mai wird der Philosoph *Emil Angehrn* aus Basel, der vor über 20 Jahren ein viel beachtetes Buch *Die Überwindung des Chaos: zur Philosophie des Mythos* verfasst und inzwischen wichtige Bücher zur Hermeneutik veröffentlicht hat, ausführen, wie die Hermeneutik in ihrem Bemühen, das «nackte Dass» in Verstehen und Verständigung aufzuheben, den Aporien von Mythos und Metaphysik zu entkommen vermag. Am 19. Juni wird dann der Philosoph *Walther Zimmerli* aus Berlin doch noch von dem reden, was heute besonders aktuell ist, und dabei auch gleich gegen die heutige «Schindluderei mit leeren Begriffshülsen» angehen, indem er den Mythos vom digitalen Menschen destruiert und zeigt, dass jeder Schritt ins digital Virtuelle an die «Wiederkehr des analog Realen gebunden ist».

Ich freue mich sehr, Ihnen im Namen des Vorstandes ein so substanzielles Sommerprogramm anbieten zu können!

Tages-Seminar

Konfrontation mit der Wirklichkeit, philosophisch betrachtet

Prof. Dr. phil. Helmut Holzhey

1. Teil, 9.30–11.00 Uhr

Mit der elektronischen Mediatisierung der Wirklichkeit, aber auch mit dem neuen philosophischen Interesse am Realismus besitzt das Thema des Seminars erhöhte Aktualität. Wir gehen es mit Hans Blumenberg an, der den *Absolutismus der Wirklichkeit* als Ausgangszustand der Menschwerdung beschreibt. Die Faktoren, die zum Abbau dieses Absolutismus und damit am Ende zur vermeintlichen Beherrschung der Wirklichkeit führen, werfen ein Licht auf die grundlegende Seinsverfassung des Menschen.

2. Teil, 11.30–13.00 Uhr

Philosophisch wurde lange und intensiv über das Problem der Erkennbarkeit der Wirklichkeit nachgedacht. Dabei entstanden – von Platon bis Max Scheler – Modelle des Verständnisses von *Wirklichkeit*, die als Formen der Bewältigung bzw. *Bezwingung* der Wirklichkeit gelesen werden können.

3. Teil, 14.00–15.30 Uhr

«Wirklich» steht immer im Kontrast; was als «wirklich» bezeichnet wird, ist nicht virtuell, uneigentlich, bloss möglich, unwahr oder wahnhaft. Wir greifen im

Samstag
2. März 2019
9.30–15.30 Uhr

Leitung

Seminar aus diesen Entgegensetzungen das Kontrastpaar *Wirklichkeit und Virtualität* auf, um ansatzweise auf das der heutigen Medienerfahrung entspringende Problem einer neuen Wirklichkeit einzugehen.

Wir lesen und diskutieren Texte u.a. von Hans Blumenberg, Wolfgang Iser, Max Scheler. Die Texte werden den Teilnehmenden nach der Anmeldung per Email zugesandt.

Anmeldung lic. phil. Doris Lier, doris.lier@bluewin.ch

Kosten (inkl. Getränke und Pausenverpflegung): Mitglieder GAD und Entresol Fr 100.– / Nichtmitglieder Fr 140.–

Ort Restaurant Weisser Wind, Weggenstube,
Oberdorfstr. 20, 8001 Zürich

Öffentliche Abendveranstaltungen Leitthema: Der Absolutismus der Wirklichkeit

Die Veranstaltungen werden gemeinsam mit dem entresol durchgeführt.

Restaurant Weisser Wind, Weggenstube,
Oberdorfstrasse 20, 8001 Zürich

Ort

Die Vorträge sind für die Mitglieder der GAD und des entresol sowie für Studierende gratis. Nichtmitglieder zahlen Fr. 20.–.

Eintritt

Vom Absolutismus der Bilder und Wünsche als Kunstgriff gegen den Absolutismus der Wirklichkeit

**Donnerstag
4. April 2019
20.00–21.30 Uhr**

Blumenbergs Mythos vom Ursprung des Mensch-Seins

Lic. phil. Doris Lier, Zürich

Am Anfang und Ursprung der Menschwerdung steht nach Blumenberg der Absolutismus der Wirklichkeit, von dem der Absolutismus der Bilder und Wünsche Distanz schafft. Die «Welt der Bilder und Wünsche», in die sich der Mensch einhaust, ist eine Form der Rationalisierung. Sie ist jene Form, die die Angst vor dem Nichts in Furcht vor etwas Bestimmtem umwandelt. Der Mensch wird so gesehen zu jenem Wesen, das sich primär nicht etwa durch Erkenntnis und Erfahrung, vielmehr durch Kunstgriffe auszeichnet, durch die Kunstgriffe *der Supposition des Vertrauten für das Unvertraute, der Erklärungen für das Unerklärliche, der Benennungen für das Unnennbare*. Es geht bei

Blumenberg um die bewährte Methode, in der Finsternis nicht nur zu zittern, sondern auch zu singen. Es geht um Prävention gegen den grösstmöglichen Schrecken und Orientierungshilfe für das Dasein. Die ersten Präventions-Bemühungen des Wesens Mensch nennt Blumenberg «Arbeit *des* Mythos». Er wird menscheitsgeschichtlich weitergeführt als «Arbeit *am* Mythos», denn die «Geschichten» – Geschichten im weitesten Sinn verstanden, auch als Theorien – sind dazu da, der grenzenlosen Leere des offenen Horizonts stets neu zu entgegenen. «In vorfühlender Erwartungshaltung» erfindet der Mensch sich selbst und seine Umwelt immer wieder neu.

Donnerstag **Hermeneutik jenseits von Mythos und**
9. Mai 2019 **Metaphysik.**
20.00–21.30 Uhr **Konstellationen des Weltverhältnisses**

Prof. Dr. Emil Angehrn, Basel

Gegen den «Absolutismus der Wirklichkeit» behauptet sich der Mensch, so Blumenberg, im Medium des Mythos. Er tut dies ebenso in der Metaphysik und in der klassischen Vernunftkultur, aber auch, in anderer Weise, im verstehenden Weltverhältnis. In diesem bringt Hermeneutik neben den konstruktiven die rezeptiven, erschließenden und responsiven Potentiale des Erkennens zum Tragen. Der Vortrag geht der Frage nach, inwiefern die Kultur des Verstehens über die

Einseitigkeiten und Aporien des Mythos und der Metaphysik hinausgelangt.

Der Mythos des post-analogen Menschseins

Prof. Dr. Walther Ch. Zimmerli, HU Berlin

**Donnerstag
13. Juni 2019
20.00–21.30 Uhr**

Gegenwärtig wird viel Schindluder mit leeren Begriffshülsen getrieben. Der Vortrag greift insbesondere zwei davon auf: «Digitalisierung» und «Posthumanismus». Dabei werden u.a. die folgenden Fragen diskutiert:

Was ist eigentlich mit «Digitalisierung» gemeint? Welche Konsequenzen hat das für unser Menschenbild? Und, wenn wir davon ausgehen, dass dieses stets maßgeblich auch durch die Widerständigkeit der Welt definiert ist: was sind die Implikationen für unser Wirklichkeitsverständnis?

Eine erste Analyse zeigt, dass das Digitalisierungskonzept von der Konstruktion eines Gegensatzes zwischen «digital» und «analog» ausgeht, und zwar im Sinne einer Ersetzung des Analogenen durch das Digitale: wir bewegen uns in ein post-analoges Narrativ. Eine genauere, stärker phänomenologisch ausgerichtete Analyse macht jedoch deutlich, dass wir uns heute «immer schon» in einem Mensch-Maschine-Hybrid bewegen, in dem jeder neue Digitalisierungsschritt eine Re-Analogisierung verlangt: Das digital Virtuelle ist an die Wiederkehr des analog Realen gekoppelt.

Denken und Zweifeln

Zur Psychopathologie der Hyperreflexivität

Forumsvortrag vom 6. Dezember 2018

Thomas Fuchs

Einleitung: Bewusstsein als Verhängnis?

Ich schwöre Ihnen, meine Herrschaften, Übermaß an Bewusstsein ist eine Krankheit, eine wirkliche, alles durchdringende Krankheit. Für den alltäglichen Bedarf würde das gewöhnliche menschliche Bewusstsein vollauf genügen, das heißt um die Hälfte, um ein Viertel weniger als jene Portion, die auf einen entwickelten Menschen unseres unglücklichen Jahrhunderts entfällt

– so die Worte der Hauptfigur von Dostojewskis *Aufzeichnungen aus einem Kellerloch* (1864).

Dass das reflexive Bewusstsein des Menschen mit einer grundlegenden Irritation, Störung und Entfremdung einhergehe, ja am Ende selbst eine Art Krankheit darstelle – dieser Gedanke zieht sich als Topos durch die Literatur-, Philosophie- und Kulturgeschichte. Hamlet, von des Gedankens Blässe angekränkt, ist der erste Protagonist des lähmenden Zweifels, mit dem das Bewusstsein die Entschlusskraft infiziert. Er hat seine Nachfolger in Schillers Wallenstein, Büchners Danton, in Iwan Karamasow oder Kafkas Josef K. In der Philosophie finden wir das *unglückliche Bewusstsein* in Hegels *Phänomenologie des Geistes*, nämlich auf der Stufe, wo das Bewusstsein den eigenen Widerspruch zwischen Einzelheit und Allgemeinheit erkennt; es ist «das Bewusstsein seiner als des gedoppelten, sich widersprechenden Wesens». Für Kierkegaard liegt im reflexiven Selbstverhältnis des Menschen die Wurzel der «Krankheit zum Tode», womit er die verschiedenen Spielarten existenzieller Verzweiflung bezeichnet.

Gegen Ende des 19. Jahrhunderts hat vor allem Nietzsche den Widerspruch zwischen Geist und Leben radikalisiert. «Die Bewusstheit», so schreibt er, «ist die letzte und späteste Entwicklung des Organischen und folglich auch das Unfertigste und Unkräftigste daran. Aus der Bewusstheit stammen unzählige Fehlgriffe

[...], und wäre nicht der erhaltende Verband der Instinkte so überaus viel mächtiger, [...] so müsste die Menschheit an ihrer Bewusstheit zu Grunde gehen».¹

Nun, in dieser recht pessimistischen Denktradition liegt, bei allen Gefahren des Antirationalismus, doch auch eine Wahrheit. Die Reflexionsfähigkeit ist zumindest ein zweischneidiges Schwert. Schon biologisch gesehen ist das menschliche Gehirn nicht nur ein Organ der Vermittlung, sondern auch ein Hemmungsorgan: Es unterbricht den unmittelbaren, vital-affektiven Lebensvollzug durch hemmende Bahnen und erzeugt so einen Spalt, in dem sich die Gedanken, Überlegungen und Vorstellungen entfalten, in den sich aber auch Zögern, Zweifel und Ambivalenz einnisten können. Die Hemmung der spontanen Impulse und Triebe birgt die Gefahr der übermäßigen Selbstkontrolle, des Verlusts von Vitalität und Spontaneität, der Hyperreflexion. Mehr noch: Das reflexive Verhältnis, das der Mensch zu sich selbst einnimmt, indem er sich von außen und mit den Augen der anderen zu sehen vermag, enthält immer schon eine Komponente der *Selbstentfremdung*. Wann sind wir wirklich authentisch, wann nehmen wir nur eine Rolle oder Pose vor anderen ein, uns dabei selbst kritisch beobachtend? Über diese Frage selbst kann man bereits ins Grübeln geraten.

Andererseits möchte ich nun der Reflexion doch nicht schlechterdings eine psychiatrische Diagnose ausstellen. Bewusstheit ist sicher keine Störung, eher umgekehrt: Sie *entsteht* zuallererst aus einer Störung, nämlich aus einer Unterbrechung des gewohnten, unbefangenen Lebensvollzugs. Typische Anlässe zur Reflexion sind Widerstände, auf die wir treffen, Überraschungen, Irritationen, Enttäuschungen, Misserfolge oder Beschämungen – Situationen also, in denen wir auf uns selbst zurückgeworfen werden und zu überlegen beginnen. Das reflexive Bewusstsein gewinnt Distanz, Freiheit vom unmittelbar Bedrängenden, und sucht nun nach Wegen, den entstandenen Bruch wieder zu kitten, die Situation von einem übergeordneten Standpunkt aus zu bewältigen. Und doch – einmal in Gang gekommen, neigt die Reflexion auch dazu, sich zu verselbständigen. Dann kann sie, statt den

¹ Friedrich Nietzsche: Die fröhliche Wissenschaft.

ungehinderten Lebensvollzug wieder zu ermöglichen, selbst zu seinem Hemmnis werden.

Auch psychische Krankheiten stellen Störungen des ungehinderten Lebensvollzugs dar, in dem ein Mensch bis dahin auf seine Welt und auf seine Zukunft gerichtet war. Als solche gehen psychische Störungen zumeist einher mit einer vermehrten Selbstbeobachtung, einer Einengung der Aufmerksamkeit auf die eigene Person und einer Rückwendung des Denkens auf das bereits Getane oder Geschehene, auf die Vergangenheit. Diese Phänomene lassen sich im Begriff der *Hyperreflexivität* zusammenfassen. Damit verbunden ist eine mehr oder minder tiefgreifende Selbstentfremdung. Denn wir sind umso mehr wir selbst, je selbstvergessener wir uns der Welt und den anderen zuwenden; und wir sind es umso weniger, je mehr wir uns selbst von außen beobachten, um uns selbst kreisen.

Damit bin ich bei meinem Thema: Zuviel denken. Hyperreflexivität und Selbstentfremdung sind grundlegende Phänomene der Psychopathologie. Bevor ich sie anhand einiger Beispiele näher beschreibe, will ich sie jedoch erst in einen phänomenologischen Zusammenhang stellen: Dieser betrifft die Beziehung von Reflexion und *Leiblichkeit*. Die Analyse dieser Beziehung wird es uns erlauben, die verschiedenen Erscheinungsformen der Hyperreflexivität besser zu verstehen.

Die implizite Struktur des Leibes

Leiblichkeit meint nicht den anatomischen Körper, sondern den Leib als Träger unseres alltäglichen Lebensvollzugs, als Medium für alle unsere Wahrnehmungen und Bewegungen, in denen er selbst in den Hintergrund tritt. Wenn Sie mich sehen, denken sie nicht an Ihre Augen, wenn Sie mich hören, sind Sie sich ihrer Ohren nicht bewusst, und wenn Sie später aufstehen und nach Hause gehen, werden Sie kaum an Ihre Beine denken, die sie dorthin tragen. Der Leib ist nur implizit, stillschweigend gegenwärtig in all diesen Lebensvollzügen. Er ist das Medium, das unsere Beziehungen zur Welt vermittelt, das dabei aber selbst in der Regel unbeachtet, gewissermaßen transparent bleibt. Leiblichkeit ist das Selbstverständliche, das, was sich «von selbst» vollzieht.

Insofern kann man diese Struktur der Leiblichkeit auch als stillschweigendes, «implizites Wissen und Können» beschreiben. Es beruht auf Gewohnheiten und Fähigkeiten, die wir uns meist durch Übung und Wiederholung angeeignet haben, bis sie uns, wie wir sagen, «in Fleisch und Blut übergegangen sind», in unser implizites oder leibliches Gedächtnis. Immer wenn wir eine neue Fähigkeit erlernen, bedürfen wir zunächst des fokalen, auf Einzelnes gerichteten Bewusstseins, einer gezielten Willensanstrengung. Charakteristisch für den Erfolg ist dann aber ein oft plötzlich sich einstellendes Erlebnis des «von-selbst».

Die Leiblichkeit lässt sich insofern, mit einem Begriff Hegels, auch als «vermittelte Unmittelbarkeit» charakterisieren. Der Leib als Medium vermittelt uns mit der Welt, bleibt aber selbst transparent, und so wird unsere Beziehung zur Welt eine unmittelbare. Andererseits ist diese Vermittlung doch nicht ganz selbstverständlich, sondern anfällig für vielfältige Störungen. Schon eine Ungeschicklichkeit oder ein Unvermögen im Umgang mit den Dingen bringt uns unseren Leib als ungeeignetes Instrument zu Bewusstsein. Auch in Krankheiten macht sich der Leib unangenehm bemerkbar, als Last, Beschwerde oder Hindernis. Der Leib, der ich bin, wird zum Körper, den ich habe. Schließlich können psychische Erkrankungen die Vermittlungsfunktion des Leibes insgesamt stören. Das sonst transparente Medium wird gleichsam trüb oder opak. Dann geht die Unmittelbarkeit der Beziehung zur Welt verloren, und es entsteht eine mehr oder minder tiefgreifende Entfremdung.

Aber auch das reflexive Bewusstsein, die Rückwendung der Aufmerksamkeit auf die Lebensvollzüge selbst, kann eine analytische, zersetzende Wirkung auf das implizite Wissen oder Können ausüben. Spricht man ein vertrautes Wort einige Male aus und achtet dabei auf die Mundbewegungen oder Silben, dann erscheint es plötzlich fremd und sinnlos. Prüft man einen Text auf Druckfehler, so kann man schlecht gleichzeitig auf den Sinn des Textes achten. – Allgemein gesprochen führt also die Rückwendung der Aufmerksamkeit vom Sinn zum Sinnträger oder vom Ziel zum Mittel häufig zu einer Desintegration gewohnter Vollzüge. Selbstverständliches wird auf einmal unvertraut oder fremd; sonst unbeachtete Details werden explizit und treten störend in den Vordergrund. Ich bezeichne diese Phänomene

als *Explikation des Impliziten*: Man sieht gewissermaßen vor lauter Bäumen den Wald nicht mehr.

Besonders störend kann sich die bewusste Aufmerksamkeit auf leibliche Vollzüge und Regungen auswirken, die nicht oder jedenfalls nicht vollständig der willkürlichen Kontrolle unterliegen, die also nicht «gemacht» werden können, wie etwa das Einschlafen, die Ausscheidungen, das Lachen oder die Sexualität; das Gleiche gilt für alle Triebregungen und Gefühle. All diese Vorgänge und Regungen geschehen «von selbst», das heißt, sie entspringen einer eigenen Quelle leiblicher und affektiver Spontaneität, deren wir nicht habhaft werden können. Willentlich lässt sich allenfalls die Situation aufsuchen, in der sich die gewünschte Regung für gewöhnlich einstellt. Wird sie selbst aber direkt intendiert, so tritt meist eine Hemmung oder Blockade ein, wie es die Häufigkeit von Schlaf- oder Sexualstörungen zur Genüge belegt. *Werden* und *Tun*, von selbst Geschehendes und bewusst Gewolltes sind zwei Pole des Lebens. Werden sie nicht auseinandergehalten und ausbalanciert, so entstehen Störungen.

Noch einen anderen möglichen Ursprung hat die Störung leiblicher Unbefangenheit, nämlich im *Blick des Anderen*. Das Bewusstsein, von anderen gesehen, beobachtet und bewertet zu werden, kann die Natürlichkeit des leiblichen Auftretens stören, ja wie in den sozialen Phobien zu einer generellen Gehemmtheit und ängstlichen Selbstbeobachtung führen. Der Blick des anderen ist also in der Lage, einen Bruch in der Leiblichkeit herbeizuführen und die Unbefangenheit des unreflektierten Lebens aufzuheben.

Das Selbst- oder Ich-Bewusstsein resultiert aus der Fähigkeit, sich von außen, mit dem Blick der anderen zu sehen und so sich selbst gegenüberzutreten. Doch im Englischen bedeutet *self-conscious* nicht zufällig so viel wie «befangen» oder «gehemmt». Befangenheit, Verlegenheit und vor allem Scham sind grundlegende Affekte der Selbstbewusstheit, der Wahrnehmung des eigenen Selbst aus der Perspektive der anderen oder der Öffentlichkeit. Scham entsteht, wenn wir uns vor den anderen entblößt und von ihnen durchschaut fühlen; sie lässt uns auf peinliche Weise unserer selbst bewusst werden, ohne dass wir uns selbst entkommen

könnten. Eine Wurzel von Hyperreflexivität liegt somit in der Macht des Blicks der anderen und in der mangelnden Fähigkeit, sich von ihrer Perspektive zu emanzipieren.

Psychopathologie der Hyperreflexivität

Damit habe ich einige Grundstrukturen des Verhältnisses von Leiblichkeit und reflexivem Bewusstsein dargestellt. Wir haben gesehen, dass die Leiblichkeit durch ein implizites, selbstvergessenes Wissen und Können charakterisiert ist, das unsere Beziehungen zur Welt vermittelt. Diese stillschweigenden Vermittlungen des Leibes unterliegen vielfältigen Störungen, in denen nun der Leib selbst oder sonst unbeachtete Einzelelemente des Lebensvollzugs störend und verfremdet ins Bewusstsein treten, explizit werden; ich habe von der Explikation des Impliziten gesprochen. Hyperreflexion, «zu viel Denken» kann die Folge, aber auch selbst die Ursache dieser Störungen sein. Auf dieser Grundlage will ich nun im Folgenden einige Erscheinungsformen der Hyperreflexivität in der Psychopathologie betrachten.

a) Schlafstörung

Beginnen wir mit einem alltäglichen Beispiel, der Schlafstörung. Der Insomniker hat das Vertrauen in die leibliche Selbsttätigkeit des Schlafes verloren. Wenn es Zeit ist, zu Bett zu gehen, ergreift ihn die Angst vor der nächsten schlaflosen Nacht, er wird unruhig und kann schon deshalb nicht einschlafen. Nun beginnt er sich zu beobachten und verfolgt mit angespannter Aufmerksamkeit, was in ihm vorgeht. Dabei rückt auch die vergehende Zeit in den Vordergrund, der Uhrzeiger, die Minuten oder die Stunden. Denn auch die Zeit ist ein Reflexionsphänomen: Sie wird uns dann aufdringlich bewusst oder explizit, wenn wir aus dem Fluss des Lebensvollzugs herausfallen und nun die einzelnen vergehenden Zeitmomente beobachten.

Mit allen Mitteln versucht nun der Insomniker, den Schlaf doch noch herbeizuführen – um ihn nur umso sicherer zu verhindern. Denn wir *fallen* in den Schlaf, wie die Sprache schön sagt, und wer ihn selbst ergreifen will, der vertreibt ihn.

Einschlafen bedarf, wie viele leibliche Vollzüge, einer Haltung des Sich-Lassens, der Selbstaufgabe.

b) Zwangsneurose

In der Zwangsneurose verselbständigt sich der Pol der Willkür und bewussten Kontrolle gegenüber dem Pol der Leiblichkeit, der Triebe und Affekte. Die Angst vor den unkontrollierbaren, unbewussten Anteilen des Selbst mündet in vielfältige Rituale der Selbstdisziplinierung und Kontrolle, in denen die eigene Lebensbewegung immer mehr erstarrt. Viktor Frankl hat eine Technik der «Dereflexion» und «paradoxen Intention» zur Behandlung solcher Störungen entwickelt.

c) Hypochondrie

Das Paradigma pathologischer Reflexion auf den Leib ist die Hypochondrie. Auch der Hypochonder hat das Vertrauen in die natürlichen leiblichen Prozesse verloren und versucht vergeblich, sich durch Selbstbeobachtung und medizinische Kontrolle der Funktionsfähigkeit seines Körpers zu versichern. Gerade damit hebt er die Unauffälligkeit der leiblichen Vollzüge auf und stört ihre Selbsttätigkeit. So ängstigte sich einer meiner Patienten vor einem Tumor, durch den er das Augenlicht verlieren könnte. Er beobachtete fortwährend seine Sehfähigkeit und registrierte angespannt seine Augenempfindungen, wodurch er freilich nur zusätzliche Verspannungen, Missempfindungen und Tränensekretionen hervorrief. Auch seine Aufmerksamkeit richtete sich also in typischer Weise vom äußeren Ziel zurück zum körperlichen Mittel, vom Gesehenen zum Auge.

Doch hat bereits der Verlust des Vertrauens in den eigenen Körper mit einem reflexiv gewonnenen Wissen zu tun. Im Hintergrund der Hypochondrie nämlich steht das Bewusstsein, als leibliches Wesen grundsätzlich krankheitsanfällig und verletzbar, ja sterblich zu sein, so dass jeder banale Schmerz prinzipiell schon die Möglichkeit tödlicher Krankheit andeuten kann. Der Hypochonder versucht daher, die stets gegenwärtig erlebte Gefahr von Krankheit und Tod durch ängstliches Beobachten aller körperlichen Vorgänge zu bannen. Die hypochondrische Neurose

wird zum oft lebenslangen Kampf gegen eine Grundbedingung des Daseins, die nicht anerkannt und negiert wird. Mehr und mehr wird dem Hypochonder sein Leib selbst zum quasi-erotischen Objekt, das die Welt abschattet, statt für sie transparent zu sein. Die eigene und die ärztliche Zuwendung zum Leib ersetzen nun, was an mitmenschlicher Beziehung verloren geht. Auch hier geht es therapeutisch um die Dereflexion, die Wendung der Aufmerksamkeit vom Körper weg nach außen, vor allem zu den anderen hin.

d) Dismorphophobie

Eine andere Form der Hyperreflexivität findet sich in der sogenannten Dismorphophobie oder Missgestaltsfurcht. Sie besteht in der fixen Idee, ein an sich unauffälliger Körperteil, meist das Gesicht, die Nase, der Mund oder die Haut, sei in massiver Weise entstellt und hässlich. Der betreffende Körperteil steht im Erleben des Patienten unförmig und prominent hervor, als ständiger Gegenstand der eigenen Aufmerksamkeit und Besorgnis. Charakteristisch sind intensive Schamgefühle, die spontanes leibliches Verhalten unmöglich machen und sich bis zur paranoiden Idee steigern können, von anderen ständig beobachtet, angestarrt oder heimlich verlacht zu werden. Kosmetische Operationen, die die Patienten häufig vornehmen lassen, ändern oft nichts an dem schweren Selbstwertmangel, die der Störung meist zugrunde liegt.

Anders als in der Hypochondrie geht es in der Dismorphophobie also um die eigene körperliche Erscheinung, das Gesehenwerden, um das *Körperbild*. Vom Blick des Anderen, der Befangenheit und der Scham war bereits die Rede. Charakteristischerweise tritt die Störung meist in der Adoleszenz auf, wenn der Leib sich verändert und durch die Sexualität einen neuen Außenaspekt erhält. Verunsicherung, Kränkungen und Selbstwertzweifel lösen nun die Störung aus. Das spontane leibliche Auftreten geht verloren oder kann gar nicht entwickelt werden. Stattdessen tritt der vermeintlich missgestaltete Körper in den Vordergrund, verdinglicht zum Objekt, um das der Patient in seinem hyperreflexiven Grübeln kreist. Nicht selten führt dies zu einer manifesten Depersonalisation, in der der Körper fremd, taub

oder gefühllos erscheint. Es entsteht ein Teufelskreis von schamvoller Selbstbeobachtung und Entfremdung, den der Patient nicht mehr zu durchbrechen vermag.

e) Hyperreflexivität in der Schizophrenie

Die wohl tiefgreifendste Auflösung leiblicher Selbstverständlichkeit und Spontaneität begegnet uns in der Schizophrenie. Zumal in den frühen Stadien der Krankheit erleiden schizophrene Patienten einen Verlust der grundlegenden Vertrautheit mit der Welt und mit den anderen Menschen, die an das Medium des Leibes gebunden ist. In der phänomenologischen Psychopathologie sprechen wir auch von einer «Entkörperung» (disembodiment) (Fuchs 2005a, Fuchs u. Schlimme 2009). Sie besteht in einer schleichenden Auflösung leiblicher Gewohnheiten und Handlungsabläufe, die gerade das Selbstverständliche und Alltägliche immer fragwürdiger und problematischer erscheinen lässt. Diese pathologische Explikation erfasst, wie wir sehen werden, zunehmend zentrale Bereiche der Lebensvollzüge, bis diese als gänzlich ich-fremd, ja schließlich als von außen gesteuert erlebt werden. Betrachten wir einige Beispiele von frühen Stadien dieser Störung:

Wenn ich etwas tun will wie etwa Wasser trinken, dann muss ich das im Detail durchgehen – einen Becher finden, hinübergehen, den Hahn aufdrehen, den Becher auffüllen, trinken. (Chapman 1966)

Zeitweise konnte ich keinen Handgriff mehr machen, ohne darüber nachzudenken, wie ich das mache. Manchmal dachte ich auch über Worte nach, warum jetzt ‹Stuhl› ‹Stuhl› heißt zum Beispiel, oder solche Dinge. (de Haan & Fuchs 2010)

Hier zerfallen die vertrauten Gestalten des Wahrnehmens und Handelns; dies führt zum Verlust der Spontaneität, zur zunehmenden Selbstbeobachtung und Hyperreflexion. Jede noch so geringfügige Handlung bedarf einer gezielten Aufmerksam-

keit und Willenstätigkeit, gewissermaßen einer «cartesianischen» Einwirkung des Ich auf seinen Körper:

Ich bin wie ein Roboter, den jemand anderes bedienen kann,
aber nicht ich selbst. Ich weiß, was zu tun ist, kann es aber
nicht tun. (McGhie und Chapman 1961)

Anders als bei den neurotischen Störungen, die wir zuvor betrachtet haben, müssen wir in der Schizophrenie eine tiefer reichende Ursache dieser Entfremdung annehmen. Die phänomenologische Psychopathologie geht von einer Störung des basalen leiblichen Selbsterlebens aus, das allen Lebensvollzügen zugrunde liegt und ihnen Meinhaftigkeit und Zusammenhang verleiht – es ist gewissermaßen das Gefühl des Lebendigseins selbst.

Ich fasse zusammen. In der Schizophrenie ist die Transparenz des Leibes so beeinträchtigt, dass er nicht mehr als selbstverständliches Medium der Beziehung zur Welt fungieren kann. Die Störung des basalen Selbsterlebens entfremdet die Person ihrer leiblichen Vollzüge, und es kommt zu einer «Entkörperung», einer pathologischen Explikation der impliziten Funktionen des Leibes. Vergeblich versuchen die Patienten, dies durch zwanghafte Selbstbeobachtung und Hyperreflexivität zu kompensieren. Was es heißt, ein lebendiges, leibliches Wesen zu sein, können wir vielleicht nirgends so deutlich erkennen wie an der Schizophrenie, in der das Selbst in seinem Leib nicht mehr zuhause ist.

Fazit

Wir haben damit einige Erscheinungsformen der Psychopathologie der Hyperreflexivität kennen gelernt. Ihr ließen sich weitere Beispiele an die Seite stellen, etwa das auf die Vergangenheit zurück gerichtete Grübeln und die quälenden Selbstvorwürfe depressiver Patienten, oder die rigide Trennung des Selbst von der eigenen Leiblichkeit in der Magersucht. Doch die dargestellten Formen sollen genügen, um einige allgemeine Schlussfolgerungen zu ziehen:

1. Psychische Krankheiten stellen Störungen des auf die Welt und in die Zukunft gerichteten Lebensvollzugs dar. Als solche gehen sie zumeist einher mit vermehrter Selbstbeobachtung und -bewertung, mit einer Einengung der Aufmerksamkeit auf die eigene Person, und mit einer Rückwendung des Denkens auf das bereits Getane oder Geschehene. Diese Phänomene lassen sich im Begriff der *Hyperreflexivität* zusammenfassen.
2. Die Störung des Lebensvollzugs manifestiert sich andererseits in einer Auflösung der Gewohnheiten und Gestalteinheiten, die die Selbstverständlichkeit unserer Beziehung zur Welt ausmachen. Damit treten Einzelelemente des Wahrnehmens und Handelns, aber auch der eigene Körper insgesamt störend in den Vordergrund. Diese Phänomene habe ich als *pathologische Explikation* bezeichnet.
3. Hyperreflexivität und Explikation bedingen und verstärken einander wechselseitig. Bislang Selbstverständliches wird fragwürdig, Vertrautes entfremdet sich, doch die dadurch ausgelöste grüblerische Selbstreflexion trägt noch zusätzlich zu dieser Störung bei. Es entstehen Teufelskreise von Selbstbeobachtung und Selbstentfremdung. Viktor Frankl hat in diesem Sinne psychische Krankheiten einmal mit «Glaskörpertrübungen» verglichen.² Der Blick gelangt nicht mehr ungehindert zur Welt, sondern richtet sich auf das Medium selbst, das das Wahrzunehmende verlegt und nur noch verzerrt wiedergibt.

Die anthropologische Grundlage dieser Phänomene lässt sich in der Labilisierung verorten, die der Lebensvollzug durch das reflexive Selbstverhältnis erfährt: Die «ex-zentrische Position», die der Mensch zu sich selbst einnimmt, indem er sich von außen und mit den Augen der anderen sehen kann, enthält immer schon eine Komponente der Selbstentfremdung. Sie manifestiert sich auch in der ambivalenten Struktur der Leiblichkeit, insofern wir einerseits unsere leibliche Natur selbst sind,

² Viktor Frankl: Psychotherapie in der Praxis. Eine kasuistische Einführung für Ärzte (1947). Wien 1986, S. 20.

sie andererseits aber auch haben: «Der Mensch ist sein Leib und zugleich steht er in der Reflexion seinem Leibe auch gegenüber», so Jaspers in der *Allgemeinen Psychopathologie* (295).

Es liegt nahe, dass eine Sichtweise, wie ich sie hier skizziert habe, therapeutischen Ansätzen einen besonderen Stellenwert zumessen wird, die die Verankerung des Patienten in seiner Leiblichkeit fördern, und ihm dazu verhelfen, seine Spontaneität und Kreativität wieder zu finden – Leib- und Bewegungstherapien, künstlerische und musikalische Therapien. Es geht darum, den Reflexionskrampf zu lockern und die grundlegende Polarität zwischen unbewusstem Werden und bewusster Willkür wieder auszubalancieren.

Freilich soll darüber nicht vergessen werden, dass zentrale therapeutische Möglichkeiten auch auf dem personalen Selbstverhältnis beruhen. Dazu gehört die Reflexion auf den eigenen Lebensweg, auf die Ziele, Aufgaben und die Beziehungen zu anderen, die dem Leben Sinn verleihen. In der therapeutischen Beziehung kann das Bewusstsein zu einem Werkzeug der Überwindung pathogener Verhaltens- und Beziehungsmuster werden; denn um sie zu verändern, müssen sie in der Therapie erst erfahren und bewusst gemacht werden. Wenn die Reflexion also in die Beziehung eingebettet ist und sich nicht um sich selbst dreht, kann sie klärend, befreiend und heilsam wirken.

Eine besondere Form des nicht-reflektierenden Bewusstseins hat allerdings in den letzten Jahren zu Recht immer mehr therapeutische Bedeutung erlangt, nämlich die *Achtsamkeit*. Gerade das wache, nicht wertende oder eingreifende Achten auf den eigenen Zustand und die gegenwärtige Situation führt zu einer Haltung des Sein-Lassens, die diesen Zustand ertragen lässt und unter der Hand verändert. In der Achtsamkeit geht es um die Wiedervereinigung des Getrennten, nämlich von Bewusstsein und Leiblichkeit, in der lebendigen Gegenwart.

Verzweiflung als objektiver Befund bei Kierkegaard und als persönliche emotionale Erfahrung von Ausweglosigkeit

Forums-Vortrag vom 31. Januar 2019

Alice Holzhey

1. Zwei unterschiedliche Verwendungen des Wortes «Verzweiflung»

Will man Kierkegaards Analyse der «Verzweiflung» verstehen, muss man zwischen zwei möglichen Verwendungen dieses Wortes unterscheiden. Üblicherweise benennt man mit dem Wort «Verzweiflung» einen Gefühlszustand, in dem sich jemand befindet, der von sich selber sagt: ich bin verzweifelt. Man kann das Wort «Verzweiflung» aber auch benutzen, um damit einen objektiven Befund festzuhalten: diese Person ist verzweifelt, auch unabhängig davon, wie sie sich selber fühlt.

Dazu zwei Zitate, in denen das Wort «Verzweiflung» je anders verwendet wird. Das eine ist dem Diagnose-Schlüssel ICD-10¹ entnommen und gibt den ersten Satz im Unterkapitel F43.1 über «posttraumatische Belastungsstörung» wieder, das andere Zitat stammt aus Kierkegaards Schrift *Die Krankheit zum Tode* (im Folgenden zitiert als KT)².

ICD-10: «Diese [Belastungsstörung] entsteht als eine verzögerte [...] Reaktion auf ein belastendes Ereignis oder eine Situation aussergewöhnlicher Bedrohung oder katastrophenartigen Ausmasses (kurz oder langanhaltend), *die bei fast jedem eine tiefe Verzweiflung hervorrufen würden*» (ICD-10 2008, S. 183; Hervorhebung von mir).

Kierkegaard: «Daher hat die vulgäre Betrachtung mit der Annahme, dass Verzweiflung das Seltene sei, ganz und gar nicht Recht, Verzweiflung ist das ganz Allgemeine. Die vulgäre Betrachtung hat ganz und gar nicht Recht, wenn sie annimmt, dass jeder, der sich nicht verzweifelt wähnt oder fühlt, es auch nicht sei [...]» (in: KT, S. 28f.).

¹ ICD: Das von der WHO herausgegebene und weltweit anerkannte Klassifikationssystem für medizinische Diagnosen.

² Sören Kierkegaard: *Die Krankheit zum Tode*. Reclams Universal-Bibliothek Nr. 9634, Stuttgart 1997.

Bleiben wir zuerst beim ICD. Hier wird das Wort «Verzweiflung» als «subjektiver Gefühlszustand» verstanden und soll als das entscheidende *Kriterium* dafür dienen, welchen Ereignissen oder Situationen traumatisierende Wirkung zuzuschreiben ist. Es lautet: Wenn immer ein Erlebnis oder eine Situation «bei fast jedem eine tiefe Verzweiflung» hervorrufen würde, dann handelt es sich um ein traumatisierendes Erlebnis bzw. eine traumatisierende Situation. Als Beispiele nennt das ICD «Naturkatastrophen, menschengemachte Katastrophen, Kampfhandlungen, schwerer Unfall, Zeuge eines gewaltsamen Todes, oder selber Opfer von Folter, Terrorismus, Vergewaltigung oder anderer Verbrechen zu sein» (ICD-10, ebd.).

Wichtig ist, dass mit dieser Verwendung des Wortes «Verzweiflung» zumindest unausgesprochen anerkannt ist, dass eine «tiefe Verzweiflung» im Prinzip alle Menschen treffen kann, also auch jene, die unter einigermaßen normalen Lebensverhältnissen nie in diese Stimmungslage geraten würden. Das aber impliziert, dass eine «tiefe Verzweiflung» unter bestimmten, nämlich traumatisierenden Bedingungen die einzig angemessene Reaktion auf eine Situation darstellt. In diesem Sinne soll gemäss Wikipedia auch Goethe in den *Wahlverwandtschaften* (1809) erklärt haben: «Es gibt Fälle, ja, es gibt deren! wo jeder Trost niederträchtig und Verzweiflung Pflicht ist.» Wo aber Verzweiflung Pflicht ist, da wird die Fähigkeit, zu zweifeln zu können, zu einem Indiz seelischer Gesundheit respektive seelischer Reife.

Das gilt natürlich gemäss psychiatrischer Auffassung nicht für alle Zustände von Verzweiflung. Es gibt auch die Verzweiflung als pathologisches Symptom. Diese Verzweiflung tritt auf, obwohl das Ereignis oder die Situation nach allgemeinem Ermessen diese gefühlsmäßige Reaktion nicht rechtfertigen. Entsprechend reiht das ICD-10 eine «erhebliche Verzweiflung» unter die Symptome einer «schweren depressiven Episode ohne psychotische Symptome» ein (ebd., S. 153). Konkret: Wenn eine Mutter wegen ihres Kindes in einen Zustand tiefer Verzweiflung gerät, hängt es davon ab, was dem Kind konkret zugestossen ist, ob dieser Verzweiflungszustand als angemessen oder aber als unangemessen und also *pathologisch* zu werten ist. Handelt es sich um den plötzlichen Tod ihres Kindes, sei es als Folge

von Krankheit oder Unfall oder gar Gewalt, dann ist die Verzweiflung der Mutter für jedermann nachvollziehbar und erscheint darum als eine angemessene Reaktion auf ein unfassbar schlimmes, «traumatisierendes» Ereignis. Wenn ihr Kind hingegen die Sekundarschulprüfung nicht bestanden hat, dann ist dieselbe Reaktion der Mutter, nach gesundem Menschenverstand geurteilt, gänzlich übertrieben, deshalb nicht nachvollziehbar und also unter die psychopathologischen Phänomene einzureihen, die manifest per definitionem *sinn-los* erscheinen.

Nun zu Kierkegaard. Bei ihm ist die Verzweiflung ein objektiver Zustand, in dem sich jemand befindet, ob er es nun weiss oder nicht, ob er sich verzweifelt *fühlt* oder nicht. Er unterstellt sogar, dass die allermeisten Menschen verzweifelt seien, auch wenn nur wenige sich verzweifelt *fühlen* würden. Diese Differenz zwischen gefühlter (gewusster) Verzweiflung und objektiv vorliegender Verzweiflung betont Kierkegaard in beiden Schriften, in denen er von der Verzweiflung handelt, also sowohl in *Entweder-Oder*³ von 1843 als auch in *Die Krankheit zum Tode* von 1848. *Entweder-Oder* handelt von den beiden Grundformen menschlichen Existierens, der ästhetischen einerseits, der ethischen andererseits. Dort heisst es ganz lapidar: «[...] jede ästhetische Lebensanschauung ist Verzweiflung. [...] Jeder, der ästhetisch lebt, ist verzweifelt, ob er es nun weiss oder nicht» (*Entweder-Oder*, S. 746; im Folgenden zitiert als EO). Hier wird besonders deutlich, dass die Verzweiflung für Kierkegaard ein objektives Urteil ist, das über eine bestimmte Existenzform gefällt wird, denn für Kierkegaard steht die ästhetische Existenzform unter der Devise: «Man soll das Leben geniessen!» (EO, S. 731).

Nun ist es entscheidend, dass Kierkegaard in KT jede Verzweiflung, sei sie nun nur objektiv oder auch subjektiv gefühlt, als eine «Krankheit» beurteilt, und zwar als eine «Krankheit des Geistes». Die Bestimmung der Verzweiflung als einer «Krankheit» zeigt jene Wende an, nämlich weg von einer philosophischen hin zu einer religiös-christlichen Sicht auf den Menschen: «Nur der Christ weiss, was unter der Krankheit zum Tode zu verstehen ist» (KT, S. 11). Dass die Krankheit des

³ Sören Kierkegaard: *Entweder – Oder*. Teil I und II. DTV Klassik, München ²1993.

Geistes als eine Krankheit zum Tode bestimmt wird, ergibt sich also nicht aus dem Phänomen der Verzweiflung selber, also nicht aus möglichen Suizidgedanken eines sich verzweifelt fühlenden Menschen, sondern aus einer christlichen Bestimmung menschlichen Existierens.

Damit wird eine weitere wichtige Differenz deutlich. Kierkegaards Auffassung über die Verzweiflung folgt aus seiner philosophischen bzw. theologischen Bestimmung des Menschen. Aus ihr gewinnt er nicht nur sein Verständnis von Verzweiflung, sondern auch das *objektive* Kriterium für jene Verzweiflung, in der sich Menschen auch dann befinden, wenn sie selber nichts davon spüren. Nimmt man hingegen die Verzweiflung als einen *Gefühlszustand*, dann kann man sich an das gegebene Phänomen halten, kann den Betroffenen daraufhin befragen, wie er sich fühlt, wenn er von sich sagt, er sei verzweifelt. Durch Beschreibung lässt sich nicht nur erfassen, *wie* man sich fühlt, wenn man verzweifelt ist, sondern auch, *was* dieses Gefühl dem Verzweifelten *über sich selbst* und *über die Welt*, in der er lebt, kundgibt. Das ist möglich, weil Gefühle – wie gerade die Existenzphilosophie erkannt hat – keineswegs nur Begleitphänomene des Denkens und Wahrnehmens sind, sondern auch einen eigenen *kognitiven Gehalt* haben. Die phänomenologische Beschreibung der Verzweiflung als Gefühlszustand vermag darum auch darüber Auskunft zu geben, was wir in und durch dieses Gefühl über uns selbst und über die Welt erfahren. Menschen, die sich verzweifelt fühlen, beschreiben die darin vermittelte Erfahrung weitgehend analog – nämlich als Erfahrung von völliger Hoffnungslosigkeit oder Ausweglosigkeit, was dasselbe zum Ausdruck bringt. Wer sich verzweifelt fühlt, sieht nicht mehr, wie es überhaupt noch weitergehen, wie er dem eigenen Leben überhaupt je wieder einen Sinn abgewinnen könnte. Darum fühlt sich der Verzweifelte untröstlich, und darum wirkt gespendeter Trost meist, mag er noch so gut gemeint sein, wie ein Hohn. Verzweiflung ist also jenes Gefühl, in dem man keinen Streifen Hoffnung mehr am Horizont zu sehen vermag, und es darum auch keinen Sinn mehr macht, noch nach einem Ausweg zu suchen.

Eine solche Beschreibung von gefühlter Verzweiflung bedarf keiner Theorie, und schon gar nicht einer «wahren Vorstellung von Verzweiflung», wie sie Kierkegaard

für sich zu haben beansprucht. Sie weiss allerdings auch um ihre Begrenztheit, vermag sie doch immer nur den subjektiven Gehalt des Gefühls «Verzweiflung» zu fassen, der auch für das jeweilige Subjekt nur solange gilt, als es sich verzweifelt fühlt.

Bei Kierkegaard hingegen steht eine Theorie des wahren bzw. wahrhaft gelingenden Lebens im Hintergrund, aus der seine «wahre Vorstellung von Verzweiflung» folgt. In EO ist das gelingende Leben, in der die Verzweiflung überwunden ist, noch identisch mit der ethischen Existenzform, während bereits fünf Jahre später (in KT) nur noch die religiös-christliche Existenzform von der Verzweiflung befreit. Der Titel der ganzen Schrift gibt wieder, was Verzweiflung gemessen an einem wahrhaft christlichen Existenzvollzug ist, nämlich «eine Krankheit zum Tode». Eine körperliche Krankheit mag mit dem Tode enden, aber sie ist dennoch keine «Krankheit zum Tode». An der Krankheit zum Tode aber leidet, wer den christlichen Glauben, wonach der Tod «nicht das Ende», sondern «ein Durchgang zum Leben» (KT, S. 18) ist, verwirft.

Noch ein anderer Unterschied zwischen Verzweiflung als eigenem Gefühlszustand und als objektivem Befund wird hier deutlich und ist erwähnenswert. Die gefühlte, die erfahrene Verzweiflung lässt sich als Phänomen aus sich selbst beschreiben, ohne sich an einer *Norm* von geistiger oder seelischer Gesundheit bzw. Krankheit zu orientieren. Sobald man hingegen wie Kierkegaard beansprucht, Verzweiflung auch dort diagnostizieren zu können, wo jemand subjektiv ein erfülltes Leben zu leben glaubt, ist das nicht ohne Orientierung an der Norm eines wirklich *wahren* und darum auch *geistig gesunden* Existierens möglich. Verfügt man über eine solche Norm wahren Menschseins, wie Kierkegaard beansprucht, dann zählt nicht mehr, wie sich der Mensch selber fühlt oder wie er sich selber versteht, weil jedes Gefühl und jedes Selbstverständnis – gemessen an der Norm – täuschen kann. – Dank der Gleichsetzung von «Gesundheit des Geistes» und «wahrem Christsein» gewinnt K. ein objektives Kriterium für «Verzweiflung» als jenem geistigen Zustand, in welchem jeder verharrt, solange er mit seiner Art zu leben verzweifelt *Nein* sagt zur Aufgabe, sein wahres Wesen zu verwirklichen. Denn sobald man das

Wesen des Mensch-seins normativ fasst, wird dem Menschen sein Leben zur Aufgabe, diese Norm in seinem und durch sein Leben zu verwirklichen. Und als «verzweifelt» ist dann jeder Mensch zu beurteilen, der an dieser Aufgabe scheitert bzw. sich bewusst dieser ihm als Menschen gestellten Aufgabe verweigert.

2. Eine kurze Bemerkung zu meiner Kierkegaard-Lektüre

Die Schrift *Die Krankheit zum Tode* hat den Untertitel: *Eine christlich-psychologische Darlegung zur Erbauung und Erweckung*. Hier will also der Autor der Schrift als ein Christ zu Christen reden.⁴ Zu Recht stellt sich uns die Frage, was wir heute noch aus dieser christlich geprägten Auffassung von Verzweiflung gewinnen können.

Der Philosoph *Michael Theunissen* gibt darauf am Anfang seines kleinen Buches über *Der Begriff Verzweiflung. Korrekturen an Kierkegaard*⁵ die folgende, mich überzeugende Antwort: «Demgegenüber behandle ich seine Verzweiflungsanalyse wie ein Stück Philosophie, das man in gewissem Masse aus dem Ganzen herausbrechen kann. [...] Mir ist es im Folgenden nicht primär um Kierkegaard zu tun, sondern um die Sache» (S. 8). Theunissen darin folgend, hoffe auch ich, aus Kierkegaards christlich geprägter Verzweiflungsanalyse etwas für die «Sache» der Verzweiflung gewinnen zu können.

3. Die Verzweiflung des Ästhetikers in *Entweder-Oder* kontra die «dreifache» Verzweiflung in der Schrift *Die Krankheit zum Tode*

Die folgenden beiden Zitate zeigen eine grosse Differenz im Verständnis von Verzweiflung, was nur daher rühren kann, dass die «Norm», aus der sich ergibt, was es heisst, verzweifelt zu sein, in EO noch eine andere ist als in KT.

⁴ Wenn Kierkegaard in KT immer noch unter dem Pseudonym Anti-Climacus schreibt, dann nur, weil er noch zweifelt, ob er für sich selber schon in Anspruch nehmen darf, als ein wahrer Christ zu sprechen.

⁵ Michael Theunissen: *Der Begriff Verzweiflung. Korrekturen an Kierkegaard*. *Der Begriff Verzweiflung*. Suhrkamp (stw 1062), Frankfurt a.M. 1993.

Jeder, der ästhetisch lebt, ist verzweifelt, ob er es nun weiss oder nicht (EO S. 746).

Die Verzweiflung ist eine Krankheit im Geist, im Selbst, und kann so ein Dreifaches sein: – verzweifelt nicht sich bewusst sein, ein Selbst zu haben (uneigentliche Verzweiflung); – verzweifelt nicht man selbst sein wollen; – verzweifelt man selbst sein wollen (KT S. 13).

Zuerst einmal fällt die Vermehrung der Formen von Verzweiflung auf. Während es in EO nur eine Form der Verzweiflung gibt, sind es in KT deren drei, wobei Kierkegaard nicht explizit auf EO Bezug nimmt.⁶ Dennoch besteht ein Bezug, denn was in EO als «die Verzweiflung der ästhetischen Existenzform» bezeichnet wird, kehrt in KT als die erstgenannte «uneigentliche Form der Verzweiflung» wieder. Uneigentlich ist die ästhetische Verzweiflung deshalb, weil hier der Mensch «sich verzweifelt nicht einmal bewusst ist, ein Selbst zu haben». Das aber heisst, dass dieser Verzweiflung die grösstmögliche Selbsttäuschung zugrunde liegt, weil sogar die basale Tatsache, als Mensch ein «Selbst» zu haben, verzweifelt negiert wird.

Dass in der Schrift *Die Krankheit zum Tode* nun auch jene Existenzform, die in EO als «ethisch» apostrophiert wird, auf die Seite der Verzweiflung gehört, ergibt sich daraus, dass, wer ethisch lebt, selbstherrlich davon überzeugt ist, sich durch eine am Guten ausgerichtete eigene Lebensführung selber von der Verzweiflung erlösen zu können, während der wahre Christ weiss, dass der Mensch sich niemals selber von der Verzweiflung erlösen kann, sondern dafür grundsätzlich auf die Hilfe Gottes angewiesen ist. Darum ist jetzt, in KT, «der Gegensatz zum Verzweifeltsein» nur noch der «Glaube» (vgl. KT, S. 55).

⁶ Ein expliziter Bezug auf EO drängt sich schon deshalb nicht auf, weil Kierkegaard beide Schriften unter einem je anderen Pseudonym veröffentlicht hat: EO unter «Viktor Eremita», KT unter «Anti-Climacus».

4. Die Verzweiflung des Ästhetikers

Die Darstellung der grundlegenden Momente der ästhetischen Existenzform in der Schrift *Entweder – Oder* ist von erstaunlicher Aktualität. Und zwar wird hier nicht nur ein Menschentyp beschrieben, der gleichsam den heutigen postmodernen *Zeitgeist* verkörpert, sondern es wird aus Kierkegaards Charakterisierung auch plausibel, warum diese Existenzform gerade heute besonders attraktiv geworden ist.

Das ästhetische Verhältnis zu Zeit und Zeitlichkeit

Wer ästhetisch lebt, sucht ein Leben in der *Unmittelbarkeit*. «Unmittelbar» vermögen wir aber immer nur im *Jetzt*, somit in der Gegenwart zu existieren. Darum betont Kierkegaard, dass, wer ästhetisch lebt, immer nur *im* «Moment» und *für* den «Moment» lebt (EO, S. 730). Das aber bedeutet, dass das Leben aus einer blossen Abfolge von einzelnen unverbundenen Momenten besteht, sodass sich kein übergreifender Bedeutungszusammenhang herausbilden kann. Ohne einen solchen, die einzelnen Momente überdauernden Bedeutungsbogen aber kann sich auch kein einheitliches «Selbst» herausbilden, das durch die Zeit hindurch mehr oder weniger identisch bleibt. – Nun haben wir bereits erwähnt, dass, wer ästhetisch lebt, nach dem hedonistischen Prinzip lebt, das Leben so zu leben, dass es möglichst viel Genuss bietet. Das ästhetische Verhältnis zur Zeit gehorcht exakt diesem Prinzip. Denn nur wer aus Prinzip immer nur im jeweiligen Moment lebt, kann jeden Moment so leben, dass er ihm möglichst viel Lust und möglichst wenig Unlust bringt.

Nun lässt sich *rein beschreibend* feststellen, dass sich, wenn man das Leben dem Genuss unterstellt, keine *Kontinuität* im Leben bilden *kann*, weil man ja von Moment zu Moment lebt und sich vom Lust- oder Unlustpotential des jeweiligen Moments diktieren lässt, wie man handelt. Es liegt aber nahe zu vermuten, dass sich hier auch kein kontinuierliches Selbst bilden *soll und darf*, weil dadurch die Freiheit, je im Moment den grösstmöglichen Genuss zu suchen, massiv eingeschränkt wird (vgl. dazu EO, S. 785).

Wer kein Selbst ausbildet und sich darum von Moment zu Moment – dem Genussprinzip folgend – ganz verschieden präsentiert, ist für die anderen Menschen kaum fassbar, geschweige denn berechenbar. Das bringt dem Individuum, das ästhetisch lebt, den Vorteil, sich zu nichts verpflichtet zu fühlen. Auffallend ist, dass seine Unberechenbarkeit die Menschen, die mit ihm zu tun haben, entweder einschüchtert, oder moralisch entrüstet, oder auch beeindruckt, weil sie seinen *Mut* bewundern, sich so offen egozentrisch zu verhalten. Wer aber nur je im Moment lebt, braucht gar keinen Mut, denn er fühlt ja keine Verpflichtungen anderen gegenüber, die den Moment überdauern würden. Darum fühlt sich, wer ästhetisch lebt, auch immer «unschuldig». Erst wer «ethisch» lebt, hat, wie Kierkegaard poetisch formuliert, «Gedächtnis für sein Leben» (EO, S. 752). Wer kein Gedächtnis hat bzw. keines haben will, dem fehlt der Zeitraum, um überhaupt über sich nachzudenken, aber auch, um eine Wahl zu treffen und sich an diese Wahl zu binden, und ebenso, sich für das Einhalten von gegebenen Versprechungen verantwortlich zu fühlen bzw. bei Nichteinhaltung Schuldgefühle zu empfinden.

Wie selbstverständlich heute diese ästhetische Lebensform akzeptiert ist, zeigt der Slogan auf der Einkaufstasche der Nahrungsmittel-Kette Aldi Suisse: «Ich bin ein Aldi-Kind. Ich will schneller zum Genuss.» Doch noch weit höhere Akzeptanz genießt heute das ästhetische Zeitverhältnis. Unzählige Ratgeber-Bücher propagieren dieses Zeitverhältnis als den Königsweg zu einem freieren und zugleich selbstbestimmteren Leben. Dem Leser wird über x Seiten immer derselbe Rat gegeben, endlich damit anzufangen, ganz im «Hier und Jetzt» zu leben. Dazu wird als Begründung das *logische* Argument vorgebracht, dass die beiden Zeitdimensionen der Vergangenheit und der Zukunft gar nicht wirklich existieren, weil alles Vergangene bereits «*nicht* mehr» sei, während alles Zukünftige «noch *nicht*» sei. Diesem Argument zufolge ist man genau dann und nur dann in der Realität, wenn man sich im «Hier und Jetzt» aufhält. Wer stattdessen der Vergangenheit nachhängt oder sich um die Zukunft Sorgen macht, verliert die Zeit oder noch genauer: er verpasst das Leben. – Die heute gerade in Kreisen der Psychiatrie und Psychotherapie Mode gewordene Propagierung der aus dem Buddhismus importierten

Haltung der «Achtsamkeit» zielt auf etwas sehr Verwandtes: Hier soll sich das eigene Bewusstsein ebenfalls auf das *gegenwärtige Selbst* richten, das heisst auf das *unmittelbare eigene Erleben im Moment*, ohne dieses Erleben zu werten. Den Patienten wird versprochen, durch das Einüben dieser neuen Haltung sich selbst gegenüber mehr Ruhe zu finden und das Leiden zu vermindern.

Gerade die Aufforderung, zwar achtsam zu sein auf das eigene Erleben, es aber nicht mehr zu bewerten, kann manches Individuum auch von jenen anerzogenen Hemmungen befreien, welche im heutigen «verzweifelten» Kampf um Erfolg im Beruf nur hinderlich sein können. Wer kein Gedächtnis hat für sein Leben und auch keine Selbstkritik übt, der ist zweifellos im Vorteil, wenn es darum geht, sich bei einer Bewerbung möglichst schamlos zu inszenieren und sich alle erdenklichen Fähigkeiten zuzuschreiben. Sein eigenes Erleben und Verhalten nicht mehr zu bewerten heisst auch, möglicherweise auftretende Schuldgefühle einfach wegzustecken. Es hilft auch, sich fast beliebig an gestellte Anforderungen anzupassen, solange es der eigenen Karriere dient. Auch diese Flexibilität verbunden mit einem immer guten Gewissen verdankt sich dem Leben in der Unmittelbarkeit des jeweiligen Moments.

Ebenso treffend ist das Versprechen der Leidensminderung. Denn wer ästhetisch lebt, sieht über seine Mängel immer grosszügig hinweg, da ja nur der Moment zählt. Da der Moment ja weitgehend isoliert ist von früher und später, gewährt er das Gefühl, *mit sich eins* und darum auch ganz «sich selbst» zu sein. Dem Leben im «Hier und Jetzt» fehlt der Zeitraum, um überhaupt an sich selbst leiden zu können. Zweifel an sich selbst ergeben sich immer erst aus dem Vergleich mit früher oder später. In der blossen Abfolge von Momenten können sich weder Zweifel an sich selbst einstellen, noch können innere Widersprüche zwischen verschiedenen eigenen Wünschen und Befürchtungen wahrgenommen werden. Darum geht von diesen Menschen ein Gefühl von Stärke und Selbstsicherheit aus, das sich dem Mangel an Selbstreflexion verdankt.

Schauen wir uns nochmals an, wie Kierkegaard die ästhetische Verzweiflung von den zwei folgenden Formen der Verzweiflung abhebt: – «Verzweifelt nicht

sich bewusst sein, ein Selbst zu haben (uneigentliche Verzweiflung)»; – verzweifelt nicht sich selbst sein wollen; – verzweifelt sich selbst sein wollen.» (KT, S. 13). Was bei der ästhetischen Verzweiflung noch fehlt, ist das «Wollen», denn auch ein verzweifertes Wollen ist nur möglich, wenn die Zeit nicht nur eine Abfolge von gegenwärtigen Momenten ist, sondern sich in die Zukunft erstreckt. Erst wenn man psychoanalytisch neben dem bewussten Wollen auch ein «unbewusstes» Wollen annimmt, hat man guten Grund zu vermuten, dass, wer nur im Moment lebt, dieses Zeitverhältnis auch (unbewusst) *will*, weil es ihm erspart, ein «Selbst» zu sein, wozu *volens* auch das *Leiden am eigenen Selbst* gehören würde.

Menschen, die ästhetisch im Moment leben, kennen das Leiden an sich selbst kaum, denn es fehlt ihnen die Voraussetzung dazu. Umso mehr leiden in der Regel andere an ihnen, und zwar vor allem jene Menschen, die aus familiären oder beruflichen Gründen unfreiwillig über längere Zeit mit einem solchen Menschen zu tun haben, und ob seiner Unberechenbarkeit, Unzuverlässigkeit und generell seiner Egozentrik nicht selten beinahe verzweifeln.

5. Ist Verzweiflung immer Selbstverzweiflung?

Wir erinnern uns, dass Kierkegaard die Verzweiflung der ästhetischen Existenzform in KT als «uneigentliche» Verzweiflung bezeichnet, und zwar darum, weil es sich hier noch nicht um eine *Verzweiflung an sich selbst* handeln kann. Schon damit stellt er klar, dass für ihn jede Verzweiflung den Charakter einer *Selbstverzweiflung* hat, auch wenn es zunächst scheint, jemand sei «über etwas» verzweifelt. Kierkegaard bringt zwei Beispiele: zum einen «ein junges Mädchen», das vermeintlich «verzweifelt» zu sein scheint «über den Verlust des Geliebten» (KT, S. 21). Doch in Wahrheit verzweifelt die junge Frau darüber, sich selbst nicht durch Heirat losgeworden zu sein, und lehnt jetzt ihr Selbst, das sie daran erinnert, betrogen worden zu sein, verzweifelt ab; zum andern einen Mann, der nach dem Slogan «Aut Cäsar aut nihil» lebt und also unbedingt Cäsar werden will. Gelingt ihm das nun nicht, dann scheint es zwar, er sei darüber verzweifelt, nicht erreicht zu haben, was er um alles in der Welt erreichen wollte, tatsächlich ist aber auch er über sich selbst verzweifelt,

weil er sich nicht losgeworden, nicht ein anderer geworden ist als der, der er wirklich ist (KT, S. 20f.).

Wenn aber jede Verzweiflung als eine Verzweiflung an sich selbst verstanden werden muss, dann wird es dringlich, sich Kierkegaards Definition des Selbst zuzuwenden.

Das Selbst – nichts als ein Selbstverhältnis?

Was das Selbst ist, definiert K. gleich nach der Definition der dreifachen Verzweiflung. Die berühmte Stelle lautet:

Der Mensch ist Geist. Doch was ist Geist? Geist ist das Selbst. Doch was ist das Selbst. Das Selbst ist ein Verhältnis, das sich zu sich selbst verhält [...]; das Selbst ist nicht das Verhältnis, sondern dass sich das Verhältnis zu sich selbst verhält. (S. 13)

Diese Definition hat schon manchem Leser dieser Schrift Kopfzerbrechen bereitet. Vermutlich darum, weil sie so ganz und gar ernüchternd, ja sogar enttäuschend ausfällt. Man macht sich Kopfzerbrechen, weil man aus dieser Definition mehr herausholen möchte als drinsteckt. Und man insistiert darauf, es müsse sich ein tieferer Sinn finden lassen, weil man nicht akzeptieren kann, dass das Selbst nichts anderes sein soll als ein Verhältnis zu sich selbst. Löst sich mit dieser Definition, so fragt man erschreckt, nicht gerade das Selbst auf? In der Tat löst sich jene tief in uns sitzende Vorstellung von einem Selbst auf, die inneren Halt und Orientierung verspricht. Kierkegaards Definition des Selbst macht Angst, weil sie dem Selbst jede Substantialität abspricht und darum mit der tröstlichen Vorstellung aufräumt, das Selbst sei jene innere Instanz, die das seelische Zentrum eines jeden Menschen bilde.

Kierkegaards Definition des Selbst als Selbstverhältnis ist radikal desillusionierend. Es zerstört die Vorstellung, das Selbst als innerster Kern sei zugleich ein

besonders kostbares seelisches Gut, das dem Menschen auch in Zeiten äusserer Unsicherheit eine innere Geborgenheit und einen inneren Halt zu gewähren vermöge.⁷

6. Der adverbiale Sinn von Verzweiflung als ein «verzweifeltes Nicht-wollen»

Jetzt sind wir vorbereitet, die Besonderheit der beiden «eentlichen» Formen von Verzweiflung zu fassen. Wer eigentlich verzweifelt ist, hat ja im Unterschied zum Ästhetiker bereits ein Selbst. Das heisst, dass die beiden Formen der eentlichen Verzweiflung Formen des Selbstverhältnisses sind. Um nun zu verstehen, worin das Besondere eines verzweifelten Selbstverhältnisses besteht, muss man sich klar darüber werden, dass es zur Eigenart des Sich-verhaltens gehört, dass man sich immer *so* oder *anders* verhalten kann. *Wie* ich mich zu mir selber verhalte, ist nicht determiniert, sondern immer meine *Wahl*, auch wenn diese Wahl konkret durch mancherlei mitbedingt ist. Darum ist für Kierkegaard jedes *Selbstverhältnis* eine *Selbstwahl*. Die grundlegendste Wahl aber besteht nicht mehr in einem inhaltlichen *So* oder *anders*, sondern nur noch darin, sich selbst zu bejahen oder zu verneinen.

Verzweiflung ist bei Kierkegaard also identisch mit der Verneinung seiner selbst. Die beiden eentlichen Formen von Verzweiflung sind somit zwei verschiedene Arten der Selbstverneinung. Die eine Form («verzweifelt nicht man selbst sein wollen») beinhaltet das *Nein* zu sich selbst als *diesem individuellen Einzelnen*, beinhaltet die *Auflehnung* dagegen, sich nicht loswerden und ein anderer werden zu können; die andere Form beinhaltet das *Nein* zu sich selbst als *Menschen*, beinhaltet die *Auflehnung* dagegen, nur ein «endliches», von Gott «gesetztes» und also in Gott gegründetes Selbst zu sein, statt sich in absoluter Freiheit und Selbstmacht den Grund selber legen zu können.

⁷ Als Beispiel für ein substanzialistisches Selbstkonzept, dem ein quasireligiöses Versprechen von möglicher Verankerung in sich selbst innewohnt, lässt sich die tiefenpsychologische Auffassung C.G. Jungs vom «Selbst» als einer «übergeordneten Grösse» und seine Vorstellung vom Prozess der «Individuation» als dem Weg «vom Ich zum Selbst» anführen.

Formuliert man die zur Wahl stehenden Grundeinstellungen zu sich selbst als Aussage-Sätze, dann lauten sie: Ja, ich will der sein, der ich in Wahrheit bin, kontra: Nein, ich will nicht der sein, der ich in Wahrheit bin, sondern ein anderer. Darum tritt nun bei Kierkegaard das Verb «*Wollen*» bzw. «*Nicht-wollen*» ins Zentrum. Entsprechend wandelt sich das Substantiv «*Verzweiflung*» zum *Adverb* «*verzweifelt*», welches nun das Wollen bzw. Nicht-wollen charakterisiert.

Wir benutzen die adverbiale Verwendung von Verzweiflung auch in der Umgangssprache, wenn wir beispielsweise erzählen, dass wir unseren Schlüsselbund verloren hätten und diesen nun «*verzweifelt*» suchen würden bzw. ihn «*verzweifelt*» wiederfinden wollten. Mit dem *Adverb* «*verzweifelt*» drücken wir aus, dass wir den Schlüsselbund «*unbedingt*», «*um jeden Preis*» wieder haben wollen und darum «*alles daran setzen*», dieses Ziel zu erreichen. Genauso verwendet auch Kierkegaard das Wort *Verzweiflung*, nur geht es hier um den unbedingten Willen, sich vom eigenen Selbst «*loszureissen*», anders zu werden, als man selbst ist: «*verzweifelt nicht man selbst sein wollen*», und: «*verzweifelt man selbst sein wollen*», dabei aber nicht jenes Selbst sein zu wollen, das man in Wahrheit ist (vgl. KT, S. 22).

In welchem Verhältnis steht nun dieses verzweifelte Wollen oder Nicht-wollen zur Verzweiflung als Gefühlszustand? Solange ich den vermissten Schlüsselbund noch verzweifelt suche, fühle ich mich noch nicht verzweifelt, habe ich doch noch die Hoffnung, ihn wieder finden zu können. Entdecke ich nun aber, dass er zuunterst in einem tiefen Schacht liegt, wohin niemand gelangen kann, dann muss ich diese Hoffnung aufgeben, und damit entfällt auch jeder Sinn, noch weiter zu suchen. Es könnte sein, dass ich dann – zumindest für kurze Zeit – von der Stimmung der Verzweiflung erfasst werde. – Wenden wir das auf das eigene Selbstsein an, dann wird klar, dass zum verzweifelten Nicht-sich-selbst-sein-wollen zwei entscheidende Momente gehören: Das verzweifelte Aufbegehren gegen das eigene Selbst und das verzweifelte Festhalten an der Hoffnung, das eigene Selbst willentlich verändern zu können. Die gefühlte Verzweiflung tritt also erst dann ein, wenn sich die Hoffnung, ein anderer werden zu können, als Illusion herausstellt. Die gefühlte Verzweiflung kennt darum auch kein Wollen mehr. Sie ist nicht mehr

auf die Zukunft ausgerichtet, sondern verharrt wie gelähmt vor der unfassbaren Tatsache, dass man der ist der man ist, und dass man daran nichts zu ändern vermag.

7. Komplexität und Reichtum von Kierkegaards Konzept der Verzweiflung

Es ist immer deutlicher geworden, dass Kierkegaards Konzept der Verzweiflung ein komplexes Phänomen ist, weshalb es sich lohnt, die wichtigsten Momente eigens herauszustellen:

- Verzweiflung als verzweifeltetes Sich an eine Illusion klammern, um jener Wahrheit über sich selbst, die so schwer zu ertragen ist, zu entkommen;
- Verzweiflung als ein verzweifeltetes Wollen von etwas, was jenseits der Einfluss-sphäre unseres menschlichen Wollens liegt;
- Verzweiflung als eine negativistische Lebensform, die Nein sagt zu sich selbst als diesem individuellen Einzelnen bzw. Nein sagt zu sich selbst als Menschen, welcher der *conditio humana* unterworfen ist.

Daraus lässt sich als Vermutung folgern, dass die Verzweiflung als eine aktive, vom verneinenden Wollen gekennzeichnete Lebensform die Funktion hat, uns vor dem Fall in die *reine* Verzweiflung zu schützen, und dass sie diese Funktion oft auch über lange Zeit hin zu erfüllen vermag – eine Folgerung allerdings, die sich bei Kierkegaard so nicht findet.

Die Aufzählung der drei wichtigsten Momente zeigt, wieviel wir von Kierkegaard über jene Selbstverzweiflung lernen können, die sprachlich als Adverb angezeigt wird und das Wollen respektive Nicht-wollen charakterisiert. Dass Kierkegaard die Form der aktiven Verzweiflung entdeckt und gewürdigt hat, ist seine grosse Leistung. Das Problem entsteht dort, wo er selber nicht klar zwischen der Verzweiflung als adverbialer Bestimmung des Nicht-wollens und der Verzweiflung als Substantiv, die den reinen Gefühlszustand des Verzweifelt-seins bezeichnet, unterscheidet. Das hat vermutlich damit zu tun, dass er die Verzweiflung aus christlicher Perspektive beschreibt, und dass er als Christ (verzweifelt?) daran festhalten will, dass in jeder Verzweiflung noch Hoffnung bleibt, weil ja jedem Menschen die Türe zum

Glauben offen steht und damit jeder die Chance hat, im und durch den Glauben an Gott von der Verzweiflung erlöst zu werden (vgl. KT. S. 15).

8. Von Kierkegaard zu Heidegger (in *Sein und Zeit*)

Wenn es mir nach dem Vorbild *Theunissens* um die *Sache* geht und nicht um Kierkegaard, dann stellt sich die Aufgabe, seine christliche Bestimmung, als Mensch von Gott «gesetzt» zu sein, säkular zu fassen. Wie aber ist das möglich? Kierkegaard würde argumentieren, dass das ein «verzweifelter» Versuch sei, der nur schiefgehen könne, wie er selber ja am Beispiel der ethischen Lebensform gezeigt habe, weil er zwangsläufig auf eine hybride Selbstüberschätzung des Menschen hinauslaufe.

Martin Heidegger hat meines Erachtens in seinem frühen Hauptwerk *Sein und Zeit*⁸ gezeigt, wie man dieser Gefahr entgeht, indem er dort die unaufhebbare Endlichkeit und Bedingtheit des menschlichen Existierens rein anthropologisch fasst. Heideggers Daseinsanalytik von *Sein und Zeit* ist stark von Kierkegaard geprägt. Die Differenz liegt aber darin, dass die Daseinsanalytik ohne jeden Bezug auf eine *höhere* Instanz auskommt. Das gelingt Heidegger, indem er Kierkegaards Wendung «von einem Anderen gesetzt sein» durch den rein anthropologischen Begriff des «Geworfenseins» ersetzt: «[...] dieses ‚Dass es ist‘ nennen wir die Geworfenheit dieses Seienden in sein Da» (SZ, S. 135). Das «Dasein» ist jetzt in seine Existenz «geworfen», ohne dass da noch irgendein Werfer ausgemacht werden könnte, der diesen Wurf beabsichtigt hätte. Darum gehört es nach Heidegger zum Menschen als Menschen, weder in einer höheren (göttlichen) Macht zu gründen, noch sich selbst den Grund legen zu können, sondern als grund-los ins Leben geworfener auch radikal ab-gründig zu existieren.

Schon Kierkegaard hat die Endlichkeit des Menschen betont, indem er nicht abstrakt über «den Menschen» philosophierte wie Hegel, weil – so seine Begründung – es *den* Menschen nur als je diesen einzelnen Menschen gebe, der sich als

⁸ Martin Heidegger: *Sein und Zeit*. Max Niemeyer Tübingen 182001; im Folgenden zitiert SZ.

dieser Einzelner zu sich selbst verhalte und auch als dieser Einzelne «vor Gott» stehe (vgl. KT, S. 137). Heidegger nimmt auch diese Erkenntnis von der irreduziblen menschlichen Singularität aus dem christlichen Zusammenhang heraus und fasst sie anthropologisch als die «Jemeinigkeit» des Daseins: «das Sein dieses Seienden ist je meines» (SZ, S. 41). Dabei bezeichnen weder der Begriff des Einzelnen noch der Begriff der Jemeinigkeit die individuelle Besonderheit eines Menschen, sondern die pure Tatsache, dass jeder als dieser Einzelne das eigene Leben selber zu übernehmen und zu führen hat. Bei Heidegger radikalisiert sich diese Tatsache, weil nun kein Gott mehr ist, in dessen Hände man sein Leben legen kann, um von ihm geleitet und geführt zu werden, und weil sich auch die moderne Hoffnung, in der liebenden Vereinigung mit einem anderen Menschen von der Vereinzelung erlöst zu werden, als Illusion erweist. Das ist der Grund, warum bei Heidegger die Wahrheit, dass das Dasein je meines ist, vom Menschen als eine ständige Bedrohung erfahren wird, die «Angst» weckt: «Die Angst vereinzelt und erschliesst so das Dasein als solus ipse» (SZ S. 188).

9. Verzweiflung als existenzielle Erfahrung und als hermeneutische Kategorie

Heidegger hat zwar Kierkegaards Begriff der Angst, nicht aber seinen Begriff der Verzweiflung aufgenommen. In einer ausgearbeiteten existenzialen Anthropologie, die von Heidegger allerdings gar nicht beabsichtigt war, dürfte aber auch die Verzweiflung nicht fehlen, handelt es sich doch auch bei ihr um eine grundlegende existenzielle Erfahrung. Was unterscheidet Angst und Verzweiflung voneinander? Um es so kurz wie möglich zu fassen: Die Angst lässt den Einzelnen nur das eine erfahren, nämlich was es heisst, als dieser vereinzelter Mensch zu existieren. Als diese Selbsterfahrung ist die «Angst» (ganz im Unterschied zur «Furcht») eine ausgezeichnete philosophische Grundstimmung, die allerdings nur selten und immer nur für kurze Zeit auszuhalten ist. Auch in der Verzweiflung erfährt der Einzelne, was es heisst, ein Mensch zu sein, nimmt aber dazu zugleich auch schon verneinend Stellung, verweigert sich also dem, was ihn die Angst erfahren lässt, und sucht

«verzweifelt» nach Wegen, um der Angst und ihrer Wahrheit zu entkommen, indem er ein anderer werden will, als er in Wahrheit ist.

Durchschaut nun jemand das Illusionäre seines verzweifelten Aufbegehrens gegen das eigene Selbst, dann steht er erneut vor der Wahl, die sich ihm aufdrängende Wahrheit anzunehmen oder zurückzuweisen. Trifft er die erste Wahl, stellt sich in der Regel die «Trauer» darüber ein, seine Endlichkeit nicht überwinden zu können und sein individuelles Schicksal, in das er geworfen wurde, nicht loswerden zu können.⁹ Trifft er die zweite Wahl, dann fällt er in jene reine Verzweiflung als Gefühlszustand, weil er nun erstarrt angesichts der unbarmherzigen Wahrheit, über die er sich keine Illusionen mehr machen kann, die er aber auch nicht ertragen kann. Von aussen wird man dann eine «depressive» Verzweiflung diagnostizieren. Von innen – das heisst in einer *hermeneutischen* statt nur diagnostisch-urteilenden Perspektive – wird man aber auch demjenigen, der verzweifelt ist, nicht absprechen können, wie der Trauernde für die philosophische Wahrheit illusionslos *offen* zu sein, statt vor ihr in ein verzweifelt Verändern-wollen dessen, was nicht zu ändern ist, zu fliehen. Auch wer sich verzweifelt fühlt, weiss, dass er sich selbst nicht entrinnen kann, weshalb man auch ihm, nicht nur dem Trauernden, zugestehen kann, eine «existenzielle Erfahrung» zu machen. Das Nein, das dieser Verzweiflung zugehört, zielt nicht mehr auf Veränderung des Unveränderlichen, sondern führt nur noch zur Kapitulation vor der unerträglichen Zumutung, das Leben als radikal endliches Selbst führen zu müssen, und damit zum resignativen Rückzug aus dem aktiven Leben.

Auch wenn es viele Menschen geben mag, die von sich sagen, sie hätten die depressive Verzweiflung (bis jetzt noch) nicht kennen gelernt, so mögen sie doch an sich selber Verhaltensweisen wahrnehmen, die darauf hinweisen, dass sie – nun ganz im Sinne Kierkegaards – an einem gewissen *neuralgischen* Punkt verzweifelt

⁹ Dafür hat Sigmund Freud in seiner Schrift *Trauer und Melancholie* den Begriff «Trauerarbeit» geprägt, in: Ges. Werke Bd. X, S. 428–446.

nicht sich selbst sein wollen, also verzweifelt an sich selbst zu verändern suchen, was letztlich nicht zu ändern ist.

Ich nenne fast wahllos einige heute besonders verbreitete Beispiele: Die Heerscharen von älteren Frauen und Männern, die verzweifelt gegen die Zeichen der Zeit an ihrem Körper ankämpfen, sei es durch suchthartige sportliche Betätigung, sei es durch ständig neue Schönheitsoperationen, die sie an Gesicht und Hals oder auch am ganzen Körper vornehmen lassen; Männer und Frauen, die sich «verzweifelt» in die Arbeit stürzen, um endlich dank der erhofften Anerkennung jenes schreckliche Gefühl, als nur zufällig in diese Welt «geworfene» Individuen eigentlich überflüssig zu sein, loszuwerden; Frauen und Männer, die «verzweifelt» alles für ihren Partner tun bzw. sich seinem Willen «verzweifelt» unterordnen, um ihn nur ja nicht zu verlieren; Frauen, die sich verzweifelt für ihre Kinder aufopfern und sie mit allen Mitteln an sich binden, um wenigstens von ihnen nicht verlassen zu werden; Frauen (seltener auch Männer), die sich verzweifelt fast oder gar ganz zu Tode hungern, um ihrem Körper verzweifelt jene Idealmasse aufzuzwingen, um endlich von der unerträglichen Scham wegen dieses (vermeintlichen) Makels frei zu werden; Frauen und Männer, die verzweifelt versuchen, sich immer möglichst unauffällig zu verhalten, um so dem gefürchteten kritischen Blick anderer Menschen zu entgehen, usw.

Diese Beispiele gehören zwar noch in jenen breiten Graubereich, in dem man nicht recht weiss, ob jemandem sein verzweifeltes Anders-sein-wollen selber auffällt und wie stark er sein sonstiges Leben dadurch beeinträchtigt fühlt. Dennoch drängt es sich hier auf, den Begriff des *Leidens* einzuführen, weil auch in jedem Leiden ein Nein zu dem, woran man leidet, steckt, anders man ja gar nicht an etwas «leiden» würde. In diesem Sinne hat *Sigmund Freud* seelisches Leiden als ein «Leiden an Reminiszenzen»¹⁰ gedeutet, wobei Reminiszenzen für verdrängte Erinnerungen an die eigene Kindheit stehen. Kierkegaard wollte zwar mit seinen

¹⁰ Freud benutzt diesen Ausdruck mehrmals, zum ersten Mal in den Studien über Hysterie. Ges. Werke I, S. 86.

beiden Texten zur Verzweiflung keinen Beitrag zur Psychopathologie liefern, dennoch sind manche seiner vielen Beispiele diesem Bereich entlehnt. Seine adverbiale Deutung von Verzweiflung als verzweifelter Anders-sein-wollen als man selber ist, erweist sich denn auch als überaus hilfreich, will man psychopathologische Phänomene nicht einfach medizinisch-psychiatrisch klassifizieren, sondern sie nach dem Vorbild Freuds «deuten», das heisst deren verborgenen «Sinn» aufdecken und verstehen.

Setzen wir also abschliessend Kierkegaards Deutung von Verzweiflung in Beziehung zu Freuds Deutung seelischen Leidens als einem «Leiden an Reminiszenzen». Wer an Reminiszenzen *leidet*, kommt nicht über Erfahrungen seiner Kindheit hinweg. Er kann diese weder wirklich loslassen noch als Erinnerungen in sein Leben integrieren, weil er darüber, *dass* er diese schmerzlichen Erfahrungen erdulden musste, in dem Sinne *verzweifelt* ist, *dass* er *verzweifelt Nein sagt* zu dem, was ihm damals widerfahren ist, und *verzweifelt darauf insistiert*, dass das, was damals geschah, nachträglich noch *verändert* werden kann, wofür Freud den Begriff des «Agierens» geprägt hat.¹¹ Wenn Freud sagt, der Patient «agiere» statt zu «erinnern», dann meint er dieses verzweifelte, unbewusste Bemühen, sich nachträglich einen anderen, besseren Anfang für sein Leben verschaffen zu können.

Es ist wichtig, Freuds Deutung seelischen Leidens nicht zu eng zu fassen, es also nicht auf das Leiden an einzelnen *Ereignissen* in der frühen Kindheit zu begrenzen. Man muss immer auch das verzweifelte Nein dagegen, überhaupt in diese Familie und in diese sozialen Umstände geworfen zu sein, mithören. Ebenfalls wichtig scheint mir, das verzweifelte Nein gegen den eigenen Anfang nicht nur historisch zu hören, sondern auch biologisch: dass man in diesen und keinen anderen Körper geworfen wurde, der beispielsweise von Natur aus schwach und krankheitsanfällig ist, oder gar missgestaltet usw. Der Vergleich mit anderen kann schon in frühen Jahren zur verzweifelter Frage: Warum habe gerade *ich* dieses

¹¹ Zum Begriff des Agierens siehe Sigmund Freud: *Erinnern, Wiederholen, Durcharbeiten*, Ges. Werke X, S. 126–136; 129.

Schicksal? führen – eine Frage, auf die es ohne ein Zurück in religiöse oder quasi-religiöse Vorstellungen keine Antwort mehr gibt, was dazu führt, dass manche Menschen ein Leben lang von einem Gefühl tiefer Ungerechtigkeit und oft auch tiefen Ressentiments erfüllt bleiben.

Ist man, wie ich, stark vom existenzphilosophischen Denken geprägt, dann muss man auch die Tatsache, in die Grundbedingungen der *Conditio Humana* geworfen zu sein, mitdenken und wird darum seelisches Leiden nicht mehr auf das Leiden am individuellen Schicksal begrenzen wollen, sondern auch auf das Leiden am Schicksal, ein Mensch zu sein, hören: dass wir grundsätzlich in einen Leib geworfen sind, der von Natur aus zur Verwesung bestimmt ist; dass wir überhaupt dem Gesetz der Zeit unterstehen und als leiblich-hinfällige Wesen nie wissen können, wann für uns die Todesstunde kommt; dass wir als «wollende» Wesen in die «Freiheit» geworfen sind, unser Leben so oder anders zu führen und dabei ständig der Gefahr der Verirrung und des Scheiterns ausgesetzt sind. Auch diese Geworfenheit in die Grundbedingungen der *Conditio Humana* stellt für uns Menschen eine enorme Zumutung dar, weshalb wir meist nur die Wahl haben, sie die meiste Zeit über im Sinne Freuds zu «verdrängen» oder aber daran zu «leiden» – das heißt «verzweifelt» nach Wegen zu suchen, um von der Todesangst und/oder von der Angst vor dem eigenen Scheitern und der damit verbundenen Schuld und Scham frei zu werden.

Diese allerdings allzu knappen Andeutungen sollten deutlich machen, dass Kierkegaards Begriff der «Verzweiflung» als verzweifelter Wille, zu ändern, was nicht zu ändern ist, den *hermeneutischen Schlüssel* darstellt, um den verborgenen Sinn vermeintlich sinn-loser psychopathologischer Symptome zu entschlüsseln. Man tut gut daran, sich als Therapeut immer wieder zu fragen, a) worüber dieser Patient eigentlich so verzweifelt ist, dass er nicht anders kann, als das von aussen unsinnig erscheinende Symptom stets neu zu wiederholen, und b) was er denn mit seinem Symptom so verzweifelt zu erreichen strebt. Und man tut auch gut daran, sich bei depressiv-verzweifelten Patienten, denen unversehens klar geworden ist, dass ihr verzweifelt Agieren niemals zum Ziel führen wird und darum nur noch

verzweifelt darniederliegen, zu fragen, *vor welcher Wahrheit* sie denn kapituliert haben, und warum sie glauben, ein Leben *mit* dieser Wahrheit sei «zum Verzweifeln», weil nicht erträglich.

Damit hat sich bereits die Tür zu einer analytisch-hermeneutischen statt nur psychiatrisch-diagnostizierenden Psychopathologie und Psychotherapie einen Spalt geöffnet. Diese Türe öffnet sich grundsätzlich dann, wenn man Freuds Rat folgt, immer nach dem verborgenen Sinn neurotischer Symptome zu suchen. Tut man das, dann erweist sich der Bereich psychopathologischer Phänomene als das weite Feld *existenzieller Themen*, die auch die Kindheitsthemen einschliessen und die – so meine Hypothese – «bei fast jedem eine tiefe Verzweiflung hervorrufen würden» (ICD-10, S. 183), wären nicht viele Menschen fähig, sich die meiste Zeit über gegen diese Themen abzuschotten.

Gesellschaft für hermeneutische Anthropologie und Daseinsanalyse GAD

Vorstand

Dr. phil. Barbara Handwerker Küchenhoff

Ausserwies 11, 8618 Oetwil am See 044 929 0334, handwerker@bluewin.ch

Dr. phil. Alice Holzhey

Sonneggstr. 82, 8006 Zürich, 044 422 1117, alice.holzhey@bluewin.ch

Prof. Dr. phil. Helmut Holzhey

Zollikerstr. 162, 8008 Zürich, 044 422 1053, holzhey@philos.uzh.ch

Lic. phil. Doris Lier

Sonneggstr. 82, 8006 Zürich, 044 261 0345., doris.lier@bluewin.ch

Med. pract. Ralf Pelkowski

Gachnangerstr. 11, 8546 Islikon, 052 203 3206, pelkowski@hotmail.com

Dr. phil. René Scheu

Alte Dorfstr. 21, 8135 Langnau, 078 817 5201, rene_scheu@yahoo.de

Dr. med. Christina Schlatter Gentinetta

Sonneggstr. 55, 8006 Zürich, 044 362 555, christina.schlatter@hin.ch

Dr. sc. nat. Georg Schönbächler

Riedhofstr. 88, 8049 Zürich, 044 362 6481, georg@vandecaab.ch

Präsidentin

Dr. phil. Alice Holzhey

alice.holzhey@bluewin.ch

Aktuarin und Quästorin

lic. phil. Doris Lier

doris.lier@bluewin.ch