

Ralf Zwiebel, Gerald Weischede  
Daseinsanalyse, Psychoanalyse und Buddhismus im Gespräch

Forum Psychosozial

Ralf Zwiebel, Gerald Weischede

# **Daseinsanalyse, Psychoanalyse und Buddhismus im Gespräch**

**Reflexionen über Anfang und Ende**

Mit einem Geleitwort von Alice Holzhey-Kunz

Psychosozial-Verlag

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek  
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation  
in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten  
sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Originalausgabe

© 2023 Psychosozial-Verlag GmbH & Co. KG, Gießen

[info@psychosozial-verlag.de](mailto:info@psychosozial-verlag.de)

[www.psychosozial-verlag.de](http://www.psychosozial-verlag.de)

Alle Rechte vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form

(durch Fotografie, Mikrofilm oder andere Verfahren)

ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert

oder unter Verwendung elektronischer Systeme

verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Umschlagabbildung: Paul Klee, *Drei Türme*, 1914

Umschlaggestaltung und Innenlayout nach Entwürfen von Hanspeter Ludwig, Wetzlar

ISBN 978-3-8379-3274-4 (Print)

ISBN 978-3-8379-6138-6 (E-Book-PDF)

# Inhalt

<b>Geleitwort</b>	7
<i>Alice Holzhey-Kunz</i>	
<b>Vorwort</b>	13
<b><i>A. Vorbereitendes</i></b>	
<b>Einführung</b>	17
<b>Eine kurze Bemerkung zum Buddhismus</b>	21
<b>Eine kurze Bemerkung zur Psychoanalyse</b>	31
<b>Zentrale Begriffe der Daseinsanalyse</b>	39
<b><i>B. Unser Dialog</i></b>	
<b>Eine Bemerkung vorab</b>	53
<b>Anfang und Ende</b>	55
<b>Vor-ontologischer Einschluss</b>	85
<b>Über Leiblichkeit</b>	123
<b>Angst und Wunsch</b>	133

<b>Das Unbewusste und die Träume</b>	153
<b>Überlegungen zum seelischen Leiden</b>	173
<b>Therapeutische Konsequenzen</b>	189
<b>Übers Zuhören</b>	201
<b><i>C. Weitere Vertiefungen</i></b>	
<b>Die Grundzüge der Daseinsanalyse</b>	215
<b>Über Existenzphilosophie</b>	235
<b>Über emotionale Wahrheit</b>	245
<b>Die Ontologie des Unbewussten</b>	261
<b>Vom Zuhören mit einem existenzphilosophischen Ohr</b>	267
<b>Der meditierende Psychoanalytiker: Buddha, Freud und die Frage nach dem Selbst</b>	287
<b>Der Stachel im Fleisch</b>	307
<b>Funktion und Sinn des Träumens aus psychoanalytischer Sicht</b>	319
<b>Angekommen im »Atemkörper«</b>	337
<b>Über das Herz-Sutra</b>	343
<b>Die Wissenschaft des Bewusstseins</b>	347
Das Spektrum des Bewusstseins und Kundalini-Erfahrung	
<b>Literatur</b>	357

## Angst und Wunsch

Es folgt die so wichtige Thematik von Angst und Wunsch. Der Text fängt gleich eindrucksvoll an, nämlich mit der ontisch-ontologischen Differenz: Es geht nicht um die vielen Ängste und Wünsche (ontisch) des Menschen, sondern um die *eine* Angst und den *einen* Wunsch (ontologisch). Dabei kommt die Autorin noch einmal auf die basale Unterscheidung von Angst und Furcht zu sprechen und postuliert, dass Tiere zwar auch auf Bedrohungen reagieren und physiologische Reaktionen wie bei der Angst oder Furcht zeigen, es aber fraglich ist, ob sie Angst in einem menschlichen Sinne erleben. Es wird Bezug auf Kierkegaard genommen, der zwischen Furcht (objektbezogen) und Angst (objektlos) unterschieden hat. Es wird aber auch eine Stimmung formuliert, die als Ängstlichkeit oder Furchtsamkeit beschrieben wird: die Welt im Ganzen erscheint als bedrohlich. In der Analyse von Heidegger wird die Stimmung der Ängstlichkeit (im Vergleich mit anderen Stimmungen wie der Heiterkeit oder des Staunens) in einen Gegensatz zur Angst gesetzt: Diese Angst ist dadurch charakterisiert, dass die ganze Welt unheimlich wird, »den Charakter völliger Unbedeutsamkeit« annimmt, dass das vertraute Sinnganze zusammenfällt und stattdessen das Nichts der Welt erfahren wird. Man könnte auch von einer Erfahrung der Haltlosigkeit sprechen. In der Stimmung der Ängstlichkeit erscheint die Welt zwar bedrohlich, aber das Sinnganze bleibt doch erhalten. Nach Kierkegaard und Heidegger ist die Angst eine ontologische Grunderfahrung, in der sich dem Menschen die Wahrheit über die eigene Seinsverfassung kundtut, also dass er ist und zu sein hat. (Man könnte auch sagen: die Erfahrung der Grund- und Bodenlosigkeit und die Erkenntnis, dass die Sinndeutungen eben Deutungen sind, die den Menschen vor der Konfrontation mit der nackten Wahrheit der Bodenlosigkeit schützen sollen).

Wichtig ist nun die Überlegung, dass man zwischen der eigentlichen und der uneigentlichen Angst unterscheiden kann: Die eigentliche Angst

sei selten, so sagt Heidegger, die uneigentliche häufig, weil sie in Form der Furcht auftaucht: »Die Furcht kann also die Angst gleichsam ersetzen« (Holzhey-Kunz, 2014, S. 98).

Die These lautet, dass der Mensch grundsätzlich der namenlosen, der eigentlichen Angst flieht, sie also zu verleugnen versucht, wenn sie sich aber dennoch aufdrängt, in Furcht vor innerweltlichen Gefahren umzuwandeln versucht. Dies hat insofern einen Sinn, weil gegen die eigentliche Angst nichts unternommen werden kann, man aber auf die innerweltlichen Gefahren verstehend und handelnd reagieren kann.

Holzhey-Kunz verweist aber zu Recht auch darauf, dass zwischen realen und irrealen Ängsten, bzw. realer und irrealer Furcht zu unterscheiden sei. Bei »philosophischer Hellhörigkeit«, wie dies Holzhey-Kunz nennt, kommt es nach diesem Verständnis zu einer Verschiebung der eigentlichen Grundangst auf viele, unterschiedliche irrationale Ängste, denen dann aber auch eine Wahrheit zugrunde liege: nämlich die grundsätzliche Bedrohung des menschlichen Seins, die man auch als reale Bedrohung beschreiben kann – z. B. auch als Realisierung der Vergänglichkeit des Selbst, die potenziell in jedem Lebensmoment erfahren werden kann. Sartre hat hier eine andere Antwort als Heidegger: Nach ihm ist der Mensch grundsätzlich auf der Flucht vor der Angst, getrieben vom Begehren, sich »von der Unheimlichkeit des Daseins zu erlösen und in seinem Sein ganz und heil zu werden« (Holzhey-Kunz, 2014, S. 99).

Für Heidegger hat der Mensch die Möglichkeit oder die Freiheit, sich grundsätzlich die Angst zuzumuten. Das bedeutet auch, die Angst auszuhalten und die darin enthaltene Wahrheit zu bejahen. Heidegger spricht auch vom »Mut zur Angst«.

Und wie steht es um den Wunsch, der bei Boss und Binswanger keine große Rolle gespielt habe? Bei Heidegger spielt ein zentraler Wunsch eine entscheidende Rolle, nämlich der Wunsch, sich von der Angst zu erlösen. Es ist der Wunsch im Singular, der auf das eigene Sein gerichtet ist und auf der ontologischen Ebene situiert ist. Dieser Wunsch manifestiert sich im »Verfallen«, das als Flucht vor dem Unheimlichen betrachtet wird. Es wird der enge Bezug zum Mangel betont: man wünscht nur, wenn etwas fehlt. Auch hier kann man von den Mängeln im Plural und vom Mangel im Singular sprechen: Letzteres ist der Mangel, den Heidegger als »existentiale Nichtigkeit« bezeichnet – Sartre spricht vom »Seinsmangel«, von dem alle Menschen betroffen sind. Das sei also der zentrale Wunsch im Sinne einer Flucht, sich nämlich von der Nichtigkeit des eigenen Seins zu erlösen. Dies wird aber als ein illusionäres



Wünschen betrachtet, da es auf eine Veränderung des Unveränderbaren und Unverfügbaren zielt. Also wird wieder zwischen dem ontischen und dem ontologischen Wunsch unterschieden. Der ontologische Wunsch wird in die vielen ontischen Wünsche transformiert oder eher verschoben, z. B. bei den religiösen Wünschen, bei denen es besonders offensichtlich ist. Andere Verschiebungen sind: der Wunsch nach Macht, sozialer Anerkennung etc. Die Unersättlichkeit in diesen Wünschen deutet auf diesen angesprochenen Verschiebungscharakter hin. Das dies so ist, zeigt sich auch in der Enttäuschung oder Ernüchterung, wenn die konkreten Wünsche erfüllt werden. (Dafür gibt es in der Tat viele eindruckliche Beispiele, vielleicht auch am Beispiel der Gier, von der heute so viel gesprochen wird).

Wichtig ist auch die Frage der Gewalt<sup>15</sup>, für die es natürlich viele verschiedene Gründe geben kann, aber es taucht die Frage auf, ob dem ontologischen Wunsch die Verführung zur Gewalt nicht innewohnt. Holzhey-Kunz stimmt nicht mit Freuds angeborenem Destruktionstrieb überein, nimmt aber eine zur »*Conditio humana*« gehörende Aggressionsbereitschaft an, die selten nur aus den konkreten unglücklichen Umständen herzuleiten ist. Sie verbindet die angesprochene Enttäuschung und Frustration der ausbleibenden Erlösung mit der Aggression. Diese ist umso größer, je mehr man die Erfüllung des Unerfüllbaren anstrebt. Das macht möglicherweise die Faszination der Gewalt aus, weil sie doch die Aufhebung des Seinsmangels zu versprechen scheint.

Und ein paar letzte Worte zur Beziehung von Angst und Wunsch: Der Unterschied zu Freud liegt darin, dass das Wünschen nicht auf biologische, d. h. Triebe, zurückgeführt wird, sondern auf den Wunsch nach Erlösung von der Angst. Für die Daseinsanalyse ist zwar das Wünschen fundamental, aber sie geht noch (wie ausgeführt) darüber hinaus. Und es folgen schließlich noch ein paar Worte zum Getrieben-Sein, das sich bei einer Deutung des Wunsches aus triebpsychologischer Sicht anders darstellt als aus der Sicht der Daseinsanalyse: Dies bezieht sich auf die Freiheit, zu der der Mensch ja nach Sartre verurteilt sei: Er hat danach die Wahl, sich der Angst zu stellen oder vor der Angst in das Wünschen zu fliehen.

---

15 Nach Abschluss unserer Gespräche stießen wir auf das Buch des Zürcher Psychoanalytikers Peter Widmer: *Destruktion des Ichs* (2021). Er entwickelt darin eine Theorie menschlicher Destruktivität, die ihre wesentlichen Quellen auch in der »*Conditio humana*« hat: das anthropologische Theorem der physiologischen Frühgeburt des Menschen und die Folgen der Versprachlichung und Verzeitlichung.



## Übers Zuhören

Ein gesondertes Kapitel widmet die Autorin dem Zuhören mit einem daseinsanalytischen Ohr. Hier wird der Versuch gemacht, die gleichschwebende Aufmerksamkeit gleichsam aus daseinsanalytischer Sicht zu beschreiben. Freud sprach ja auch vom absichtslosen Zuhören, das mit der Vorstellung verbunden ist, dass das Unbewusste gleichsam »zuhört«. Aber die Daseinsanalyse lehnt ja den Begriff des Unbewussten in dieser Freud'schen Fassung ab. T. Reik wird erwähnt, der ja vom »Zuhören mit dem dritten Ohr« gesprochen hat (Reik, 1976). Es ist ein Hören auf zwei Kanälen, eben dem Bewussten und dem Unbewussten. Es geht also um bewusste Erinnerungen und um unbewusste Kindheitserinnerungen, um Gegenwart und Vergangenheit. Für die Daseinsanalyse spricht der Patient noch auf einem dritten Kanal, nämlich über die ontologische Ebene. Das würde bedeuten, auch mit einem »philosophischen Ohr« zu hören. Das wird nun an zwei Beispielen verdeutlicht. Das eine ist ein Fallbeispiel von Bion, das dieser an einem Fall von Freud mit einer Strumpfpfobie ganz anders als sexuell interpretiert: und zwar durch eine makroskopische und mikroskopische Sicht der Symptomatik. Die Autorin übersetzt dies ins ontische und ontologische Sehen: In diesem Fall sieht der Patient sozusagen die »Löchrigkeit« des Daseins, was ihn in panische Angst versetzt. Es geht aber nicht um ein Entweder-oder: es geht ums Zuhören auf beiden Kanälen, dem ontischen und dem ontologischen.

Die Autorin betont die Wichtigkeit, hörend bei dem Phänomen zu bleiben, was mit der Annahme verbunden ist, dass der verborgene ontologische Sinn im manifesten ontischen Phänomen verborgen ist. Es geht also um die Frage, ob es um die Suche »hinter« den Phänomenen geht oder der Sinn in den Phänomenen selbst enthalten ist. Das wäre also eine relativ typische Haltung eines Analytikers, dass es *eigentlich* immer um etwas anderes geht. Dies wäre eine mögliche Problematisierung der Begriffe wie Ersatzbildung

oder Verschiebung. Ein zweites Beispiel handelt von einer Patientin, die fast immer zu spät kommt. Es verbiete sich, dieses Symptom vorschnell als Widerstand gegen die Therapie zu verstehen. Was kommt heraus, wenn die Analytikerin »philosophisch«<sup>1</sup> zuhört? Die Autorin macht hier den Vorschlag, wie etwa ein freudianisches Zuhören, ein postfreudianisch-inter-subjektives Zuhören und ein daseinsanalytisches Zuhören zu verstehen wäre: In dem ersten Fall könnte man von einer Übertragungsbedeutung (z. B. ein kindliches Auflehnen gegen die elterliche Autorität), im zweiten Fall von einer Überlegung zur realen therapeutischen Beziehung (etwa eine Reaktion auf die Übertragung oder Gegenübertragung der Analytikerin) sprechen. Beide Möglichkeiten sollte man aber nicht gegeneinander ausspielen, beide Sichtweisen können eine Berechtigung haben. Im dritten Fall geht es darum, ob der Stundenanfang für die Patientin auch eine ontologische Bedeutung hat. Was bedeutet es für diese Patientin, selbst den Anfang zu machen? Es hat mit einer Charakterhaltung zu tun, die sich auf das Warten, auf das passive Warten bezieht. Es könnten damit verschiedene ontische und ontologische Ängste verbunden sein: eine alternde Mutter zu verlassen oder aber überhaupt das eigene Leben selbstbestimmt anzufangen, mit der Gefahr des Scheiterns und des Schuldigwerdens – also das Spürbar-Werden einer ontologischen Last. Das Zu-spät-Kommen ist dann ein agierendes Nein gegen die Zumutung, das Leben in die eigene Hand zu nehmen. Es könnte also sein, dass es um das Vermeiden einer doppelten ontologischen Schuld geht: die Schuld der Selbstermächtigung und der Verantwortlichkeit. Schön an diesem Beispiel ist, dass die Autorin offen bleibt für die erwähnte Interkontextualität – freudianisch, postfreudianisch und philosophisch.

Ein ebenfalls wichtiges Kapitel bezieht sich auf die Angst und Furcht beim Zuhören. Auch beim Zuhören auf freudianische Weise kann eine Art Retraumatisierung eintreten; beim Zuhören auf post-freudianische Weise kann der Analytiker mit der eigenen Schwäche, dem eigenen Scheitern konfrontiert werden. Beim Zuhören aus der daseinsanalytischen Perspektive wird der Analytiker mit der eigenen ontologischen Unheimlichkeit oder Nichtigkeit seines Seins konfrontiert. Damit begibt er sich unvermeidlich in die Zone der Angst. An dieser Stelle wird die Bedeutung der Selbstanalyse für den Analytiker betont, dass er sich den Ängsten auf der ontologischen und der Furcht auf der ontischen Ebene stellt und sie zu tolerieren lernt.

Die Autorin postuliert nun, dass die Stimmung des Zuhörens mit einem

philosophischen Ohr eine andere ist, nämlich die Stimmung der Sympathie, die sich dann einstellt, wenn man mit einem philosophischen Ohr zuhört. Hier wird zwischen Empathie und Sympathie unterschieden. Die Autorin erwähnt die Unterscheidung von Max Scheler zwischen Einfühlung (*in* den Anderen) und »Einsfühlung« (*mit* dem Anderen). Auch wird davon noch die Gefühlsansteckung unterschieden. Empathie setzt die Anerkennung des Anderen voraus und auch das Interesse am Anderen. Die Sympathie, von der hier die Rede ist, ist nicht die Alltags-Sympathie, sondern eine Sympathie mit einem Anderen, der zum »unfreiwilligen Philosophen« wird. Es geht vielmehr um die Verbindung auf der ontologischen Ebene, dem Leiden am eigenen Sein, das gleiche Schicksal in gewisser Weise zu tragen. Es geht also um diese ontologisch-existenzielle Verbundenheit, die im Falle der Sympathie auch bejaht wird und nicht angstvoll abgewehrt wird. Holzhey-Kunz meint, dass dies für die therapeutische Beziehung äußerst wichtig sei, es auch ermögliche, therapeutisch schwierige Phasen der Behandlung durchzustehen. »Sympathie ist mehr als bloße Empathie, es ist [...] ein Mit-Leiden und nicht nur ein Nachempfinden des Leidens eines Anderen« (Holzhey-Kunz, 2014, S. 220).

Die Autorin betont noch einmal, dass die Abwesenheit eines Sympathie-Gefühls ein Warnsignal sei, ein Zeichen, dass der Analytiker sich vom philosophischen Hören entfernt habe (Weiteres über Sympathie in den Vertiefungen, S. 245).

In einem weiteren zentralen Kapitel geht es um die analytische Beziehungsform, die sich dann einstellt, wenn die drei beschriebenen Anti-Regeln zur Anwendung kommen. Es wird ausgeführt, dass die Abstinenzhaltung eine Art Beziehungsangebot ist und keine Beziehungsverweigerung. Aus psychoanalytischer Sicht besteht das Angebot in der Übertragungsbeziehung. Die daseinsanalytische Sicht bietet das Angebot, in dem abstinenten Analytiker nicht nur das spezifische Individuum, sondern den prinzipiell Anderen zu sehen.

»Der Analytiker übernimmt hier die Aufgabe, für den Patienten den Anderen als Anderen zu repräsentieren, damit der Patient im geschützten Rahmen der Analyse zwischen der ontologischen Erfahrung der unaufhebaren Andersheit des Anderen und den mannigfaltigen ontischen Erfahrungen (von persönlicher Nähe oder Ferne, Vertrautheit oder Fremdheit, Anziehung oder Abstoßung usw.) zu unterscheiden lernt« (Holzhey-Kunz, 2014, S. 223).

Und weiter:

»Dies zu lernen ist wichtig, weil nach daseinsanalytischer Auffassung Beziehungen in der Regel dann misslingen, wenn ontologische Erfahrungen der Andersheit des Anderen einbrechen und nun am konkreten Partner bekämpft werden« (Holzhey-Kunz, 2014, S. 223).

Die Abstinenzhaltung sei eben wichtig, weil jede Beziehung sowohl eine historische (d. h. die Übertragung) als auch eine ontologische Dimension hat. Für den Patienten besteht dann die Chance, sich auf beide Ebenen einzulassen und zu beiden ein freieres Verhältnis zu gewinnen.

Es folgt ein Absatz, in dem sich die Autorin mit der Kritik der intersubjektiven Psychoanalytiker auseinandersetzt. In der Daseinsanalyse sei von früh an die Fokussierung auf die Innenwelt kritisiert worden und die analytische Situation als Begegnung oder ein Miteinander-Sein verstanden worden. Wir fassen dies hier nur kurz zusammen, weil es die Zielrichtung unserer Überlegungen nur am Rande betrifft: Es geht um die Beziehung zwischen Asymmetrie und Gegenseitigkeit, um Dialog oder Diskurs, um die Frage der Selbstoffenbarung etc. Die zentrale Frage: Ist die analytische Situation also eine Dialogsituation oder nicht? Und damit die Frage, ob die Abstinenzhaltung aufzugeben sei oder nicht. Aus Sicht von Holzhey-Kunz gibt es zwei Vorbehalte gegen das Aufgeben der Abstinenzhaltung: Zum einen ist die Abstinenzhaltung ein spezifisch-analytisches Beziehungsangebot und widerspricht nicht der Auffassung, dass der Mensch von Anfang an ein Beziehungswesen und ein Triebwesen ist. Hier spielt eben das Konzept der Übertragung eine wesentliche Rolle, wonach die Kindheitserfahrungen in gegenwärtigen Beziehungen immer eine wichtige Rolle spielen. Daher spielen Ängste und Wünsche auch immer in aktuellen Beziehungen eine zentrale Rolle. Die Abstinenzhaltung hilft dem Patienten, diese Konfusion zwischen dem Damals und dem Heute aufzulösen und eventuell zu überwinden. Aus daseinsanalytischer Sicht kommt hier noch die ontologische Komponente dazu: In allen Beziehungen geht es ja auch um den Anderen in seiner Andersheit. Daher gibt es in allen Beziehungen auch eine ontisch-ontologische Beziehungskonfusion, die nur deutlich werden kann, wenn sich der Analytiker abstinente verhält. Der Patient soll mit seiner Angst in Kontakt kommen, dass der Andere immer auch ein Anderer ist, an den sich die Wünsche und Ängste richten. Das wird im Folgenden noch etwas detaillierter aufgeschlüsselt.