



---

Daseinsanalyse 5: 175–190 (1988)

## **Daseinsanalytische Anmerkungen zu Erich Fromm: «Psychoanalyse und Zen-Buddhismus»<sup>1</sup>**

*Norbert Vogt*

Daseinsanalytisches Institut für Psychotherapie und Psychosomatik  
(Direktor: Prof. *Gion Condrau*), Zürich, Schweiz

An den Anfang des Referates möchte ich ein Zitat stellen. Es gehört in den Rahmen einer kurzen Rede, die Heidegger [1983, p. 534] anlässlich der Feier des 60. Geburtstages von Eugen Fink hielt:

«Wir bringen das Schülerhafte, falls es besteht, nur hinter uns, wenn es glückt, die selbe Sache des Denkens von neuem zu erfahren und zwar als die alte, die Älteste in sich birgt.»

Das folgende möge somit als ein Anfragen betrachtet werden aus meinem Versuch, diese selbe alte Sache des Denkens zu erfahren.

### **Fromms Gedanken**

#### *Die Psychoanalyse*

Bei Fromms Schrift «Psychoanalyse und Zen-Buddhismus» [1971] handelt es sich um einen überarbeiteten Vortrag, den der Autor auf einer Konferenz vor Psychiatern und Psychoanalytikern im Jahr 1957 in Cuernavaca (Mexiko) gehalten hatte.

Mit Recht kann und soll man sich fragen, was diese beiden Systeme an Gemeinsamem haben, um sie überhaupt miteinander in Beziehung setzen zu können. Während die Psychoanalyse zu einer innerweltlichen Wandlung des Menschen beizutragen versucht, zielt das Zen auf ein religiöses

<sup>1</sup> Referat, gehalten am Daseinsanalytischen Institut Zürich am 2. Dezember 1987.

Erlebnis, ja eine geistige Erlösung hin. Trotz dieser scheinbar völlig verschiedenen Ziele und Methoden bestand nach Fromm unter den Psychoanalytikern schon damals ein unverkennbares und wachsendes Interesse, das inzwischen wohl noch zugenommen haben dürfte. Um dem Grund für dieses Interesse auf die Spur zu kommen, schildert Fromm zuerst kurz, worin nach seinem Verständnis die geistige Krise der Gegenwart und, damit verbunden, die Rolle der Psychoanalyse besteht.

Er sagt, seit Descartes habe der Mensch in immer grösserem Ausmass das Denken vom Affekt getrennt und den Rationalismus unter Vernachlässigung des Affekts so weit getrieben, bis zu jenem schizoiden Zustand der Unfähigkeit, einen Affekt überhaupt noch empfinden zu können [Fromm, 1971, p. 103]. Diese innere Abgestorbenheit ist das Leiden des heutigen Menschen; Fromm nennt es «Krankheit des Jahrhunderts»: der davon Betroffene ist ängstlich, niedergeschlagen und verzweifelt. Im Gegensatz zu den psychiatrischen Patienten zu Beginn des Jahrhunderts, die klar erkennbare Symptome (wie Waschzwang, gelähmten Arm) vorwiesen, wie dies Patienten heute in der Minderheit auch noch tun, besteht das Gros der heutigen beim Analytiker Hilfe suchenden leidenden Menschen aus jenen, die nicht wissen, woran sie wirklich leiden. Selbstverständlich klagen auch sie über bestimmte Beschwerden, von denen loszukommen sie wünschen.

«Diese Patienten sehen jedoch nicht, dass nicht Niedergeschlagenheit, Schlaflosigkeit, Ehe oder Arbeit ihr Problem darstellt. Ihre verschiedenen Beschwerden sind nur die Form, in der ihnen unsere Kultur gestattet, etwas bewusst zum Ausdruck zu bringen, was viel tiefer liegt und an dem alle die verschiedenen Menschen gleichermassen krank sind, die glauben, an diesem oder jenem bestimmten Symptom zu leiden. Das allgemeine Leiden ist die Entfremdung von sich selbst, von den Mitmenschen und von der Natur; das Bewusstsein ... dass wir im Überfluss leben und doch ohne Freude sind» [Fromm, p. 111f.].

Die Hilfe nun, welche die Analyse diesen Menschen anbieten können sollte, muss daraus resultierend verschieden sein von jener Aufhebung von Symptomen und dem Abbau der Schwierigkeiten bei sozialer Interaktion verschiedener Art, d. h. dem, was bisher mit «Heilung» verstanden wurde.

Worin besteht nun diese Hilfe der Psychoanalyse, von welcher Fromm behauptet, sie sei «kein charakteristischer Ausdruck der geistigen Krise des westlichen Menschen und ein Versuch, eine Lösung zu finden» [p. 105]? An dieser Stelle ist jedoch sogleich zu fragen, inwiefern überhaupt Platz ist für eine Rede von einer geistigen Krise innerhalb eines Systems, dessen Menschenverständnis Fromm selber so sieht:

«Für Freud ist der Mensch eine Maschine, die von der Libido angetrieben und durch das Prinzip, die Erregung der Libido auf einem Minimum zu halten, gesteuert wird. Für ihn war der Mensch im Grunde egoistisch und mit anderen nur durch die gemeinsame Notwendigkeit, instinktive Begierden zu befriedigen, verbunden» [p. 110].

Was Fromm die Krankheit des Jahrhunderts nennt, d. h. die Entfremdung des Menschen von sich selbst, von den Mitmenschen und von der Natur, wäre somit wohl konsequenterweise durch eine Befriedigung dieser instinktiven Begierden zu überwinden. Es ist eben der heutige Mensch, der trotz Befolgung dieses Rezepts sich nicht als geheilt erlebt und uns so zwingt, den Freudschen Rahmen zu sprengen, um das wirkliche Problem der menschlichen Existenz und der Erlangung der Gesundheit des ganzen Menschen überhaupt angehen zu können. Gemäss einer vorläufigen Definition versteht Fromm Gesundheit als «mit der Natur des Menschen in Einklang stehen» [p. 112]. Ohne zu erklären, wie nun wiederum diese Natur zu verstehen sei, behauptet er, jedem Menschen werde vom Leben *eine* entscheidende Frage gestellt, die laute:

«Wie können wir das Leiden, das Eingekerkertsein, die Schande überwinden, die das Empfinden der Isoliertheit erzeugt; wie können wir zu einer Harmonie mit uns selbst, mit unseren Mitmenschen und mit der Natur gelangen? Der Mensch muss diese Frage irgendwie beantworten; und selbst im Wahnsinn gibt er eine Antwort, indem er die Wirklichkeit ausserhalb seiner selbst auslöscht, völlig innerhalb der Schale seines Selbst lebt und so die Angst vor der Isoliertheit überwindet» [p. 113].

Wenn auch noch so verschiedene Antworten auf diese eine Frage möglich seien, so gäbe es letztlich derer nur zwei: Harmonie mittels Regression oder Progression. Mit der einen wird versucht, die Isoliertheit zu überwinden und zur Harmonie zu gelangen durch Rückgang in den Zustand der Harmonie vor der Entstehung des Bewusstseins, d. h. in den Zustand vor der (psychologischen) Geburt [p. 114]. Dies kann auf verschiedenste Art geschehen (wie z. B. durch den Wunsch, in den Mutterleib oder zur Mutter Erde, in den Tod, zurückzukehren; an der Brust oder Hand der Mutter oder am Befehl des Vaters hängenzubleiben).

Die andere Antwort lautet: Ganz geboren zu werden, indem man das Bewusstsein, die Vernunft, die Fähigkeit zu lieben bis zu einem Grad zu entwickeln vermag, dass man seine eigene egozentrische Einbezogenheit hinter sich lässt und zu einem neuen Einssein mit der Welt gelangt.

Wenn Fromm schon zuvor eine vorläufige Definition von Gesundheit gab, besteht sie nun für ihn mit Hilfe des Analogons der Geburt in folgendem:



«... affektiv mit den Menschen und der Natur völlig verbunden zu sein, die Isoliert-heit und Entfremdung zu überwinden, sich mit allem Existierenden eins zu fühlen – und doch *mich* als die separate Ganzheit, die *ich* bin, als das In-dividuum, das Ungeteilte, zu erleben» [p. 118].

Obgleich Fromm zuvor die Meinung vertrat, jedem Menschen werde vom Leben die eine entscheidende Frage gestellt, ist er doch Realist genug einzusehen, dass nicht jeder diese Frage hört oder versteht, sondern es auch Menschen gibt, die sich ihr gegenüber taub stellen:

«Das beste Beispiel für Menschen, die taub sind gegen die Frage, die uns das Dasein stellt, sind wir selbst, die Menschen des zwanzigsten Jahrhunderts. Wir versuchen, dieser Frage auszuweichen, indem wir uns mit Besitz, Prestige, Macht, Produktion und Vergnü- gen befassen, und schliesslich, indem wir versuchen zu vergessen, dass wir – ich – existie- ren» [p. 119].

Für den Analytiker ergibt sich hieraus die Notwendigkeit, herauszu- finden, wie die Antwort des einzelnen Patienten auf die Frage, die das Leben ihm stellt, lautet. Fromm vertritt die Auffassung, die meisten der sogenannten psychologischen Probleme seien nur sekundäre Folgen dieser fundamentalen Antwort, und bevor man sie nicht verstanden habe, sei es ziemlich nutzlos, diese sekundären Folgen heilen zu versuchen.

Nachdem Fromm das Wesen der Gesundheit als Überwindung von Entfremdung und Isoliertheit definiert hat, beschreibt er, wie er mit seiner über Freud hinausgehenden «humanistischen Psychoanalyse» versucht, dieses Ziel zu erreichen. Wie Freud sieht auch er ein Hauptanliegen darin, bewusst zu machen, was unbewusst ist. Die Ausdrücke «bewusst» und «unbewusst» versteht er aber im Gegensatz zu Freud weder als Teile der Persönlichkeit («bestimmte Örtlichkeiten», p. 124) noch als spezifische Inhalte [Bewusstsein = Verstand; Unbewusstes = unreflektiertes Empfin- den, p. 125], sondern funktionell in dem Sinn, dass man um bestimmte Affekte, Wünsche, Impulse, Gefühle, Begierden und Ängste weiss bzw. nicht weiss. Fromm lehnt aber die Vorstellung ab, gemäss welcher das Bewusstsein einen grösseren Wert besitze als das Unbewusste, und zwar mit der Begründung, dass «der grösste Teil des bewussten Denkens der Menschen nur in Fiktion und Täuschung» bestehe und die Wirklichkeit nicht repräsentiere. Die Gesellschaft bzw. bestimmte herrschende Kreise einer Gesellschaft haben nach Fromm während des grössten Teils der Geschichte ein Interesse daran gehabt, ihren Mitmenschen ihren Willen aufzuzwingen, und das mittels Macht und verschiedenster Ansprüche, womit sie die Anerkennung ihrer Herrschaft rechtfertigten.

Eine weitere Verkenning der Realität bestehe darin, dass eine Gesell- schaft ihre Mitglieder daran hindere, sich «der Wirklichkeit bewusst zu sein» [p. 127], denn «eine Empfindung kann nur unter der Bedingung bewusst werden, dass sie wahrgenommen, mit einem Begriffssystem und seinen Kategorien in Beziehung gesetzt und darin eingeordnet werden kann» [p. 128]. Es gibt somit gesellschaftlich bedingte Filter, die erlauben oder verhindern, dass gewisse Empfindungen ins Bewusstsein eindringen können oder nicht. Derer sind nach Fromm hauptsächlich drei: die Spra- che [p. 129ff.], die Logik, der Gehalt von Empfindungen, die erlaubt oder unerlaubt sind, d.h. die gesellschaftlichen und privaten Tabus. Der Durch- schnittsmensch befindet sich aus diesem Grund in einem Halbschlaf und glaubt doch, wach zu sein. «Halbschlaf» bedeutet an dieser Stelle für Fromm, dass er mit der Wirklichkeit nur teilweise in Verbindung steht, und zwar nur insoweit, als die sozialen und persönlichen Filter bzw. Nor- men erlauben oder auch verunmöglichen, sich dessen bewusst zu werden. Der andere Teil der Wirklichkeit, der ganze Mensch mit all seinen Mög- lichkeiten verbleibt jedoch unbewusst, d.h. verborgen. Das bedeutet, dass der Mensch auch mit sich selber nur teilweise in Verbindung steht und so gewissermassen ein menschliches Fragment, ein Krüppel ist, der von sei- ner Ganzheit, seinen vielen Möglichkeiten abgeschnitten ist.

In diesem Zusammenhang wird die Bedeutung der Aufgabe, welche sich Fromm mit seiner sogenannten humanistischen Psychoanalyse ge- stellt hat, deutlich erkennbar, nämlich dem Menschen beizustehen, sich dessen bewusst zu werden, was ihm bisher nicht bewusst war, was verborgen geblieben ist. Dieser Vorgang ist aber nach Fromm «gerade keine intellektuelle Tätigkeit, sondern ein affektives Erlebnis» [p. 142]. Der Mensch ist zum Grossteil eben deswegen von sich selbst und seiner Umwelt entfremdet, weil er die gedankliche Verarbeitung als die Hauptsache ansieht und so die Bedeutung, welche er seinem Erleben beimisst, weit hinter jener des intellektuellen Wissens zurückbleibt:

«Gerade wegen der zunehmenden Betonung des intellektuellen Wissens als Vorbe- dingung für wissenschaftliche und technische Leistungen und damit zusammenhängend mit Bildung und Erziehung, nehmen die Worte immer mehr die Stellung des Empfindens ein. Und doch ist sich der betroffene Mensch dessen nicht bewusst. Er glaubt, etwas zu sehen; er glaubt, etwas zu fühlen; und doch hat er kein Empfinden ausser Erinnerung und Denken. Wenn er glaubt, *er* erfasse die Wirklichkeit, ist es nur sein Gehirn-Ich, das sie erfasst, während er, der ganze Mensch, seine Augen, seine Hände, sein Herz, sein Bauch, nichts erfassen – ja *er* nimmt an der Empfindung nicht teil, von der er glaubt, dass sie *seine* Empfindung sei» [p. 140].



Das intellektuelle Wissen allein bewirkt keine Wandlung. Dies musste nach Fromm auch Freud einsehen, der ursprünglich meinte, es genüge, wenn der Analytiker dem Patienten eine Einsicht in Form einer Deutung vermittelt:

«Aber bald mussten Freud und andere Analytiker die Wahrheit von Spinozas Feststellung entdecken, dass das *intellektuelle* Wissen die Wandlung nur soweit befördert, als es gleichzeitig affektiv ist» [p. 141].

Wenigstens in der Analyse, wenn nicht sogar heute allgemein, muss somit die rationalistische Auffassung des Wissens ergänzt werden durch die affektive Dimension des Wahrnehmungsprozesses. Fromm spricht von einem «erlebten Wissen» [p. 142], das ein Gesamterlebnis des Menschen ist in dem Sinne, dass die ganze Person daran beteiligt ist, der Mensch neben seinem theoretischen intellektuellen Wissen auch seine Empfindungen als solche annimmt und sie nicht mittels der Gedanken verdrängt und ausschliesst. Sich des Unbewussten bewusst zu werden und sein Bewusstsein so zu erweitern, bedeutet dann für die betreffenden Menschen,

«... mit der Wirklichkeit und – in diesem Sinne – (intellektuell und affektiv) mit der Wahrheit in Berührung zu kommen. Das Bewusstsein erweitern heisst aufwachen, einen Schleier lüften, die Höhle verlassen, Licht in die Finsternis bringen» [p. 141].

Bei diesem Prozess steht dem Patienten der Analytiker als Führer bei, der ihm den Weg zeigt. Ein solcher kann er aber erst wirklich sein, wenn «er das volle Bewusstsein seiner selbst und die volle Freiheit erreicht und seine eigene Entfremdung und Isoliertheit überwunden hat» [p. 145]. Fromm ist jedoch realistisch genug, diesen Zustand nicht als Voraussetzung, sondern als fernes Ziel für die Ausübung des Analytikerberufes zu betrachten.

### Zen

Nach der Skizzierung der Freudschen Psychoanalyse und der von ihm angestrebten Weiterentwicklung befasst sich Fromm mit denjenigen Prinzipien des Zen, die eine direkte Beziehung zu ihr haben. Er stützt sich dabei auf den vorhergehenden Beitrag und andere Publikationen des Japanners Suzuki, dem das Verdienst zukommt, Zen im Westen überhaupt richtig bekanntgemacht zu haben. Die Beziehung zwischen Zen und der Psychoanalyse wird sogleich offensichtlich, wenn Fromm das Hauptziel des Zen so charakterisiert:

«Zen ist seinem Wesen nach die Kunst, in die Natur seines Seins zu blicken, und es zeigt den Weg von der Knechtschaft zur Freiheit ... Wir können sagen, dass das Zen alle Energien freisetzt, die in jedem von uns richtig und natürlich aufgespeichert, aber unter normalen Bedingungen verkrampft und verzerrt sind, so dass sie keinen angemessenen Kanal zu Betätigung finden ... Es ist deshalb das Ziel des Zen, uns davor zu bewahren, geisteskrank oder verkrüppelt zu werden. Das verstehe ich unter Freiheit, dass man allen schöpferischen und wohlwollenden Impulsen, die in unseren Herzen schlummern, freien Spielraum lässt» [p. 147].

Es wird also nicht ein religiöses, übernatürliches Ziel mittels Trance oder Selbsthypnose angestrebt, sondern ein «volles Erwachen des ganzen Menschen für die Wirklichkeit» [p. 148]. Von höchster Wichtigkeit ist hierbei die Unterscheidung zwischen intellektuellem und erlebtem Wissen. Bei uns im Westen, «wo fast jeder mit seinen Gedanken sieht, hört, fühlt und schmeckt, anstatt mit jenen Kräften in ihm, die sehen, hören, fühlen und schmecken können» [p. 151], herrscht die beinahe dogmatisch festgefahrene Überzeugung vor, «dass sich eine endgültige Antwort auf das Problem der Existenz gedanklich geben lässt» [p. 152]. Das Zen hingegen setzt voraus, dass sich die letzte Antwort auf das Leben nicht durch Denken finden lässt. Bedeutet das, dass dem Zen ebenso wie auch im Westen scheinbar als einzige Möglichkeit die Zuflucht bei einer übernatürlich offenbarten Religion bleibt? In diesem Fall wäre es sinnlos, bei ihm nach Gemeinsamkeiten mit und Anstößen für die Psychoanalyse zu suchen, die ja eben ohne einen solchen Rekurs auszukommen bemüht ist. Dem Zen geht es aber nicht darum, das Denken abzuschaffen, sondern seine Grenzen aufzuweisen und zu übersteigen. Wir begnügen uns mit den Gedanken, dem was «objektiv» erkennbar ist, und können somit «niemals das Ding selbst begreifen, sondern höchstens etwas *darüber* wissen» [p. 38].

Wissenschaftler und unter ihrem Einfluss wohl alle von uns sind gern objektiv und vermeiden es, subjektiv zu sein, aus der festen Überzeugung heraus, dass eine Feststellung nur dann wahr ist, wenn sie objektiv ausgewertet oder für gültig erklärt werden konnte und nicht nur subjektiv erlebt wurde. Nach Suzuki kann man aber auf diese Art «niemals erfahren, was unser wahres Ich ist», denn «was die Wissenschaft vom Ich weiss, ist kein wirkliches Wissen, solange sie das Ich objektiviert» [p. 38]. Selbsterkenntnis ist für ihn nur möglich, wenn Subjekt und Objekt identifiziert werden, und das erfordert «einen übernatürlichen Sprung in ein Reich absoluter Subjektivität» [p. 39]. Dieses Ziel kann nicht durch eine immer grössere Verfeinerung des logischen Denkens erreicht werden, sondern durch einen Sprung vom Denken zum Empfinden [p. 161]. Der Zen-Meister drängt den



Schüler dadurch in die Ecke, dass er es ihm mittels paradoxer Fragen verunmöglicht, im intellektuellen Denken Zuflucht zu suchen und ihn so in jene Zwangslage versetzt, aus welcher er nicht mittels einer logischen Antwort entkommen kann, sondern nur auf einer Bewusstseinsstufe jenseits des Denkens. In unserer Gewohnheit der Rationalisierung an die Grenzen der Vernunft gedrängt, wird der Mensch gezwungen, sich der Fruchtlosigkeit seines Unterfangens bewusst zu werden. Inwiefern ein Mensch in einer solchen Situation fähig ist, auf das begriffliche Denken zu verzichten und so die Verobjektivierung seiner selbst und somit auch seine Isolierung und Entfremdung wirklich zu überwinden, ist eine andere Frage.

### *Psychoanalyse und Zen*

Im Hinblick auf die Beziehung zwischen Zen und Psychoanalyse besteht für Fromm ein Hauptziel beider darin, den Menschen von jeglicher Abhängigkeit zu befreien [p. 158]. Die meisten Menschen (und nicht nur jene, die den Psychotherapeuten aufsuchen) versuchen, mit ihrer Isoliert-heit, Einsamkeit, Machtlosigkeit durch Kompensationen verschiedenster Art fertigzuwerden, wie «übertönende Alltagsroutine, Übereinstimmung mit der Masse, Streben nach Macht, Prestige und Geld, Abhängigkeit von Idolen, die man mit andern in religiösen Kulturen teilt, ein aufopferndes, masochistisches Leben, narzisstische Aufgeblasenheit – kurz, indem sie zum Krüppel werden» [p. 156]. Der Psychoanalytiker hat es dann mit jenen Menschen zu tun, deren Kompensationen nicht mehr funktionieren. Fromm sieht seine Aufgabe diesbezüglich darin,

«... eine Rationalisierung nach der andern, eine Krücke nach der andern wegzunehmen, bis der Patient nicht mehr länger ausweichen kann und statt dessen die Fiktionen durchbricht, die seinen Geist erfüllen, und bis er die Wirklichkeit erlebt – d.h., sich dessen bewusst wird, wessen er sich zuvor nicht bewusst war. Dieser Vorgang ruft oft grosse Angst hervor, die manchmal den Durchbruch verhindern würde, wenn nicht die beruhigende Gegenwart des Analytikers wäre» [p. 161].

Die Welt unmittelbar und voll zu erfassen, ist das Ziel der Psychoanalyse und des Zen [p. 166]. Im Zen wird behauptet, dass dieses Ziel nicht mittels des begrifflichen Denkens und Verstehens zu erreichen sei. Ist die Auffassung in der Psychoanalyse dem nicht diametral entgegengesetzt dadurch, dass Bewusstsein nur mittels des Verstandes zu erreichen sei? Fromm sieht hier keinen Gegensatz, sondern Übereinstimmung:

«Man muss zugeben, dass Freud in den frühen Jahren seiner Arbeit, als er noch glaubte, es genüge zur Heilung, wenn der Psychoanalytiker dem Patienten die richtige Information gebe, die verstandesmäßige Verarbeitung als das Ziel der Psychoanalyse

betrachtete, man muss ferner zugeben, dass sich viele Analytiker in der Praxis noch immer nicht von dieser Auffassung freigemacht haben und dass Freud niemals in voller Klarheit über den Unterschied zwischen verstandesmäßiger Verarbeitung und affektivem Gesamterlebnis gesprochen hat, das beim echten «Durchbrechen» auftritt. Und doch ist es genau diese empfindungsmässige und nicht-intellektuelle Einsicht, die das Ziel der Psychoanalyse darstellt ... Die authentische Einsicht ... beginnt nicht in unserem Gehirn, sondern, um ein japanisches Bild zu verwenden, in unserem Bauch» [pp. 168f.].

Somit darf behauptet werden, dass die Ziele der Psychoanalyse (wie Fromm sie versteht) und des Zen in der Weise ähnlich sind, dass für die volle Harmonie und das unmittelbare Erfassen der Realität das begriffliche Denken nicht genügt, sondern gewissermassen in Form einer nicht-intellektuellen Einsicht ergänzt werden muss. Mögen die Ziele auch dieselben sein, die Methoden zu ihrem Erreichen sind jedoch völlig verschieden. «Zen besteht aus einem Frontalangriff auf die entfremdete Art der Wahrnehmung mit Hilfe des «Sitzens», des Koan und der Autorität des Meisters» [p. 177]. Die Psychoanalyse geht sehr viel vorsichtiger vor. Unter Berücksichtigung der individuellen Persönlichkeit des Patienten wird versucht, nicht frontal, sondern gemächlich die verzerrten Wahrnehmungen zu überwinden und so das, was bisher unbewusst geblieben war, bewusst zuzulassen. «Dieses Gesamtziel zu erreichen, erfordert (jedoch) eine Anstrengung, die weit grösser ist, als die meisten Menschen des Westens bereit sind, auf sich zu nehmen» [p. 173] – aber die des Ostens wohl ebenso.

### **Daseinsanalytische Anmerkungen**

In Schritten hat Fromm, gegen den Hintergrund der geistigen Krise der Gegenwart, die Ziele von Freuds Psychoanalyse, seiner eigenen humanistischen Psychoanalyse und des Zen, so wie er es versteht, dargestellt, um dann zum Schluss aufzuzeigen, inwiefern sie gegenseitig von Nutzen sein könnten. Aus Zeitgründen blieb nichts anderes übrig, als mich auf die mir am wichtigsten erscheinenden Gedanken zu beschränken. Im folgenden geht es mir nicht darum, zu untersuchen, inwiefern Fromm Freud richtig verstanden oder durch seine eigenen Ziele Freud dementsprechend interpretiert hat. Ich möchte einzig die Absicht verfolgen, die Gedanken Fromms dahingehend zu untersuchen, inwiefern ich in meinem eigenen Versuch, daseinsanalytisch zu denken, hinzulernen kann.

Die Bemühungen, das Unbewusste bewusst zu machen, finden wir bei Freud, Fromm, und heute auch in der Daseinsanalyse als ein zentrales



Anliegen. Bekanntlich gibt es hier grundlegend verschiedene Auffassungen zwischen Freud und Boss [Boss, 1975, pp. 337ff.]. Zwischen diesen gegensätzlichen Positionen scheint Fromm eine Stellung bezogen zu haben, welche derjenigen der Daseinsanalyse doch sehr nahe zu stehen scheint, wenn er einerseits festhält, dass

«... Bewusst und Unbewusst Funktionen und nicht Orte oder Inhalte bezeichnen» [Fromm, 1971, p. 162],

an anderer Stelle sogar noch deutlicher wird und sagt:

«Weder das Bewusste noch das Unbewusste brauchen geübt zu werden (da es weder ein Bewusstsein noch ein Unbewusstes gibt), sondern der *Mensch* muss lernen, seine Verdrängungen fallenzulassen und die Wirklichkeit voll, klar und bewusst und doch ohne intellektuelle Reflexion zu erleben, ausser dort, wo sie notwendig oder erwünscht ist, wie in der Wissenschaft und in praktischen Beschäftigungen» [p. 170].

Fromm ist sogar der Überzeugung, dass sein Verständnis in dieser Hinsicht nicht eine Abwendung von Freud, sondern ein Nachfolgen bis zur äussersten Konsequenz ist:

«Wenn man jedoch Freuds ursprüngliches Ziel, das Unbewusste bewusst zu machen, bis zur letzten Konsequenz verfolgt, muss man es von den Beschränkungen befreien, die ihm Freuds eigene Ausrichtung auf die Instinkte und die Aufgabe, Symptome zu heilen, auferlegt haben. Wenn man das Ziel verfolgt, das Unbewusste vollständig freizulegen, ist diese Aufgabe weder auf die Instinkte noch auf andere begrenzte Teile des Empfindens beschränkt, sondern umfasst das gesamte Empfinden des ganzen Menschen» [p. 172].

Es geht somit auch Fromm darum, dass der Patient offener werden kann gegenüber der Wirklichkeit. Als Sozialkritiker weist er auf jene Strukturen hin, die uns unseren Lebensraum auf eine bestimmte Art wahrnehmen lassen und somit zugleich andere Arten des Erlebens erschweren oder verunmöglichen, wie die Sprache, Logik, Tabus und die gesellschaftlichen Machtstrukturen und deren Rechtfertigungen, die zuvor erwähnt wurden. Fromm erweckt den Anschein, ja behauptet sogar, insofern es dem Menschen gelinge, sich von diesen Filtern zu befreien, er nicht nur die äussere Wirklichkeit voll erkenne, sondern auch mit den tiefsten Quellen in seinem eigenen Innern in Berührung komme, sie direkt, unmittelbar erlebe [p. 162]. Ist das aber nicht die volle Offenheit, welche auch in der Daseinsanalyse anzustreben versucht wird? Ganz nach Heidegger klingt es, wenn Fromm sagt:

«Schliesslich bedeutet das Unbewusste bewusst zu machen, dass man in der Wahrheit lebt» [p. 166].

Was wohl gemäss Heideggers Übersetzung von «alêtheia» heissen dürfte: in der Un-verborgenheit.

Wenn Fromm von der vollen Erkenntnis der Realität redet, scheint er noch einem Denken zu huldigen, das die Existenz einer einzigen objektiven Aussenwelt voraussetzt und sie als Realität schlechthin betrachtet. Nach Condrau hat schon Binswanger für die Psychologie gefordert einzusehen, dass «Welt»

«immer nur das besondere Weltbild eines Menschen meinen könne, welches er aus seiner eigenen Subjektivität heraus in die Welt hinein entwirft ... Daher sei jeder von uns zu jedem Zeitpunkt auf ganz besondere und immer verschiedene Art und Weise in der Welt» [Condrau, 1964, p. 31].

Fromm gesteht, dass das Ziel der humanistischen Psychoanalyse «ganz eindeutig viel tiefgreifender als das allgemeine Ziel der Psychoanalyse» [p. 173] ist und nur vom Standpunkt einer gewissen philosophischen Einstellung heraus angestrebt werden kann, wie sie am tiefgreifendsten und realistischsten im Zen zum Ausdruck komme [p. 178]. Ich meine, dass die daseinsanalytische Auffassung vom Menschen diesbezüglich von gleichem, wenn nicht sogar von grösserem Nutzen sein könnte, insofern nicht nur ihr Ziel ähnlich, wenn nicht sogar identisch ist, sondern auch ihre Methode (ungleich dem Zen) mir angebrachter erscheint. Die erforderte philosophische Einstellung, wie sie für Fromm im Zen vorhanden ist, scheint mir auf eine Notwendigkeit hinzuweisen, die er wohl kurz erwähnt, aber doch nicht genügend herausgearbeitet oder erkannt hat, die de Martino [1971] aber klar ausspricht,

«... dass es letztlich und im Grunde nicht das Ego ist, das ein Problem hat, sondern das Ego selbst das Problem ist» [Fromm, 1971, p. 197].

Das Problem besteht darin, dass durch ein Festhalten am Ego die innere und äussere Spaltung, die den Menschen in sich selbst und von seiner Welt trennt und entfernt, nicht überwunden werden kann. Es gibt so lange Objekte (andere Menschen) im Lebensbereich des Menschen – und er ist so lange entfernt oder entfremdet von ihnen –, als es ein Subjekt gibt. Dieser fundamentale Widerspruch muss von der Wurzel her aufgebrochen und aufgelöst werden. Heidegger hat das getan durch die Überwindung des «ich denke», das von Descartes über Kant bis zu Husserl reichte und auch

heute noch beinahe ungebrochen weiterwirkt, die Überwindung des menschlichen Bewusstseins vom eigenen Ich als unumstössliches Fundament jeglicher Wahrnehmung, wobei all das, was diesem Ich in dessen Denken entgegensteht, Objekt wird. In «Sein und Zeit» stellte Heidegger die Frage nach dem Menschen nicht in der Weise der Anthropologie, die fragt: Was ist der Mensch an und für sich?, sondern ausschliesslich und stets aus dem Hinblick auf die Frage nach dem Sinn von Sein, in dessen Dienst der Mensch gestellt ist als *Dasein*, als Offenheit, in der Seiendes anwesen kann.

Im Zen wird durch eine Art Frontalangriff versucht, die Identifizierung des Menschseins mit dem Ich aufzubrechen und so des Menschen entfremdete Art der Wahrnehmung zu überwinden. Fromm meint, dass das Zen durch seinen Radikalismus bezüglich der Ich-Verblendung

«... den Horizont des Psychoanalytikers erweitern und ihm helfen (kann), zu einem gründlicheren Verständnis der Wirklichkeitserfassung als höchstem Ziel wacher Bewusstheit zu gelangen» [p. 179].

Dem mag so sein. Wie erreiche ich aber dieses Ziel? Wir sollten uns jedoch von einer Überschätzung der Zen-Methode hüten, da selbst in China und Japan von Anfang des Zen bis heute die Meister sich ihrer geringen Erfolge bewusst gewesen sind. Meine Vermutung über diesen Grund geht dahin, dass ihnen einfach das hierzu nötige psychologische und psychotherapeutische Rüstzeug nicht zur Verfügung stand und steht. Wir wissen heute, dass ein Frontalangriff den Widerstand meist eher verstärkt als schwächt – oder den Menschen zerbricht. Freuds klassische und Fromms humanistische Psychoanalyse sind von ihren philosophischen Voraussetzungen her nicht in der Lage, vom «Ich» des menschlichen Bewusstseins als Fundament der Wahrnehmung und der hieraus resultierenden Subjekt-Objekt-Spaltung loszukommen. Die Daseinsanalyse Heideggers bietet die Möglichkeit an, dieser Spaltung zu entgehen. Die Schwierigkeit liegt meines Erachtens darin, dieses Menschenverständnis im konkreten Alltag durchzuhalten. Es hilft wenig, wenn man sagt, in der Daseinsanalyse gibt es kein Subjekt, zu den Konsequenzen, die heraus folgen, aber nicht stehen will oder kann, weil sie entgegen den Erwartungen der sogenannten exakten Wissenschaften kein dementsprechendes Resultat vorweisen lassen. Ob wohl diese Scheu der Grund dafür ist, sich mit einer grösseren Offenheit gegenüber den verschiedenen Lebensmöglichkeiten im Bereich des Seienden als Ziel der Daseinsanalyse zu begnügen? Eine dergestaltete Offenheit ist letztlich immer noch an die Subjekt-Objekt-Spal-

tung gebunden, nämlich an ein Subjekt, und kann somit die Entfremdung des Menschen doch auch nicht überwinden. Sollte es dem Menschen gelingen, die harte Schale um sein endliches «Ich» zu durchbrechen, sich nicht mehr von seinem cartesischen Selbstbewusstsein einer *Res cogitans*, sondern vom Sein her, als in der Lichtung des Seins stehend, zu verstehen und zu erfahren – dass diese Erfahrung wohl möglich sein dürfte, dahingehend argumentiert Heidegger von «Sein und Zeit» an bis zu seiner letzten Schrift [1984] –, dann muss ihm die Eingrenzung der Daseinsanalyse auf eine grössere Offenheit im Bereich des Seienden immer noch als ein Verhaftetsein an äusseren Formen oder an Objekten erscheinen, weil das hierbei sich entbergende Sein eine dergestaltete Eingrenzung ihn als Begrenzung und Einengung des Menschseins erkennen lässt.

Zu einer Übersteigerung dieser Grenzen sind wohl durch die Ausführungen Heideggers beim Zollikoner Seminar vom 26. November 1965 diejenigen herausgefordert, die «die selbe Sache des Denkens von neuem zu erfahren» suchen; gemäss Protokoll hat Heidegger dabei gesagt:

«Es gibt also Sachen im Denken, wo der Begriff nicht nur versagt, sondern wo er gar nicht hingehört ... Es könnte sein, dass ich gerade dann sachgerecht denke, wenn ich mich auf Sachen einlasse, die eine begriffliche Zustimmung nicht zulassen; wenn ich mich also mit Sachen abgebe, die jedem begrifflichen Begreifen, jedem Zugreifen, jedem Auf-sie-losgehen und sie Umgreifenwollen widerstreben. Sachen, auf die ich nur hindeuten kann. Solche Sachen kann man nur in einem «übertragenen» Sinne «sehen» oder nicht «sehen». Wir können «nur» auf sie hinweisen, hindeuten. Dieses «nur» meint keinen Mangel. Vielmehr hat das so geartete Gewahrwerden den Vorrang und den Vorzug vor aller Begriffsbildung, insofern diese zuletzt stets auf einem solchen Gewahrwerden beruht. Es ist also eine ganz oberflächliche Alternative, wenn man behauptet, es gebe entweder nur ein begriffliches Denken oder ein gefühlsmässiges verschwommenes Erleben. Es gibt noch etwas anderes, was vor allem Begreifen und vor allem Erleben liegt. Mit diesem anderen, vor allem Begreifen und Erleben liegenden, hat es die Phänomenologie zu tun» [1987, p. 172].

Was ist aber dieses andere vor allem Begreifen und Erleben Liegende, mit dem es die Phänomenologie zu tun haben soll? Ist es nicht die Erfahrung des Seins? Es hat den Anschein, dass es für uns Menschen unmittelbar nicht erfahrbar ist, sondern immer nur mittelbar, mittels jenes Seienden, welches vom Sein aus sich entborgen wird. Nicht nur aufgrund der zuvor zitierten Stelle aus dem Protokoll eines Zollikoner Seminars finde ich eine derartige Beschränkung der Möglichkeiten menschlicher Erfahrung für nicht gerechtfertigt, sondern auch durch weitere Äusserungen Heideggers. In seiner Antrittsvorlesung im Jahre 1929 mit dem Titel «Was ist Metaphysik?» sagte er, dass der Mensch in seltenen Augenblicken in der Grundstimmung der Angst vor das Nichts gebracht werde:



«Dass wir in der Unheimlichkeit der Angst oft die leere Stille gerade durch ein wahlloses Reden zu brechen suchen, ist nur der Beweis für die Gegenwart des Nichts. Dass die Angst das Nichts enthüllt, bestätigt der Mensch selbst unmittelbar dann, wenn die Angst gewichen ist. In der Helle des Blickes ... müssen wir sagen: Wovor und worum wir uns ängsteten, war «eigentlich» – nichts. In der Tat: Das Nichts selbst – als solches – war da» [Heidegger, 1986, p. 33].

In dem 1943 veröffentlichten Nachwort zu dieser Vorlesung wehrt sich Heidegger gegen die Anschuldigung, seine Rede vom Nichts sei Nihilismus. Er geht dabei einen Schritt weiter und spricht klarer das aus, was uns einen nicht zu übersehenden Hinweis auf eine Erfahrungsdimension und Erfahrungsmöglichkeit geben kann, dem bisher jedoch keine oder zu wenig Aufmerksamkeit gewidmet worden ist:

«Wo immer und wie weit auch alle Forschung das Seiende absucht, nirgends findet sie das Sein. Sie trifft immer nur das Seiende, weil sie zum voraus in der Absicht ihres Erklärens beim Seienden beharrt. Das Sein jedoch ist keine seiende Beschaffenheit an Seiendem. Das Sein lässt sich nicht gleich dem gegenständlich vor- und herstellen. Dies schlechthin Andere zu allen Seienden ist das Nicht-Seiende. Aber dieses Nichts west als das Sein. Wir sagen dem Denken übereilt ab, wenn wir das Nichts in billiger Erklärung für das bloss Nichtige ausgeben und es dem Wesenlosen gleichsetzen. Statt solcher Übereilung eines leeren Scharfsinns nachzugeben und die rätselhafte Mehrdeutigkeit des Nichts preiszugeben, müssen wir uns auf die einzige Bereitschaft rüsten, im Nichts die Weiträumigkeit dessen zu erfahren, was jedem Seienden die Gewähr gibt, zu sein. Das ist das Sein selbst. Ohne das Sein, dessen abgründiges, aber noch unentfaltetes Wesen uns das Nichts in der wesenhaften Angst zuschickt, bliebe alles Seiende in der Seimlosigkeit ... Eine Erfahrung des Seins als des Anderen zu allem Seienden verschenkt die Angst, gesetzt, dass wir nicht aus «Angst» vor der Angst, d.h. in der blossen Ängstlichkeit der Furcht, vor der lautlosen Stimme ausweichen, die uns in den Schrecken des Abgrundes stimmt ... Der klare Mut zur wesenhaften Angst verbürgt die geheimnisvolle Möglichkeit der Erfahrung des Seins» [Heidegger, 1986, pp. 45f.].

Im zuvor zitierten Zollikoner Seminar hatte Heidegger gesagt:

«Es gibt noch etwas anderes, was vor allem Begreifen und vor allem Erleben liegt. Mit diesem anderen, vor allem Begreifen und Erleben liegenden, hat es die Phänomenologie zu tun» [1987].

Gehe ich falsch in der Schlussfolgerung, dass das, womit es die Phänomenologie somit auch – aber nicht nur – zu tun hat, die geheimnisvolle Möglichkeit der Erfahrung des Seins ist? Wenn die Daseinsanalyse sich die phänomenologische Methode Heideggers zu eigen macht, dürfte diese «geheimnisvolle Möglichkeit der Erfahrung des Seins» doch auch zu jener Offenheit gehören, welche sie den Menschen zu vermitteln sucht.

Wenn Fromm das Ziel der Psychoanalyse und des Zen darin sieht, die Welt unmittelbar und voll zu erfassen [Fromm, 1971, p. 106], entgeht ihm das völlig verschiedene Verständnis von Welt im Zen verglichen mit der Psychoanalyse. Mag er auch in ihr eine Möglichkeit für ein unmittelbares Erfassen der Realität in Form einer nicht-intellektuellen Einsicht vorhanden sehen, das zugrundeliegende philosophische Vorverständnis verunmöglicht es der Psychoanalyse, in jene «Tiefe» der Realität vorzudringen, welche dem Menschen zu erschliessen das Zen sich bemüht. Das Dunkle, Unbekannte, aus welchem der Mensch hervorsticht, ek-sistiert: eine ernsthafte Analyse seines Lebens kann ihn wieder bewusst zu einer Konfrontation damit hinführen, insofern er den Mut und die Kraft hat, sich diesem Dunkeln, dem Nichts, auszusetzen in der damit verbundenen Angst.

Um realistisch zu bleiben, muss aber sogleich hinzugefügt werden, dass wohl in vielen Fällen die Analyse ein solches Stadium – aus was für Gründen auch immer – gar nicht erreicht. Trotz seines hochgesteckten Zieles leidet das Zen unter dem Nachteil, kein Propädeutikum in Form einer Psychotherapie anbieten zu können: die Stärkung der menschlichen «Ich»-Funktion als unumgängliche Voraussetzung zur Erreichung seines hohen Zieles. Sowohl Psychoanalyse als auch Daseinsanalyse sehen hierin ihre Aufgabe. Während sich die Psychoanalyse mit diesem erstrebenswerten Ziel zufrieden gibt, geht die Daseinsanalyse – ähnlich dem Zen – einen Schritt weiter, und zwar insofern, diesen Konstrukt «Ich» wieder zu relativieren, wenn nicht gar aufzulösen. Darin besteht wohl die grösste Angst des Menschen: zu erfahren, dass all das, was ihm in der Welt Halt zu geben vermochte, ihm entschwindet und ihn nicht mehr trägt. In dieser Erfahrung des Nichts, in der Angst vor dem Nicht-mehr-Ich-Sein, wenn aller Boden unter den Füßen schwindet, kann es gemäss Heidegger sein, dass der Mensch das zu erfahren bekommt, was ihm wirklich Halt zu geben vermag. Mehr noch, dass in der Auflösung seiner Subjektverhaftetheit der Mensch seine bisher so schmerzlich erlebte Entfremdung und Trennung von der Umwelt als überwunden zu erfahren vermag dadurch, dass ihm aufgeht, wer er wirklich ist: anwesendes Sein, Anwesen des Seins.

Was Fromm die Krankheit des Jahrhunderts nannte, die Entfremdung des Menschen von sich selbst, von den Mitmenschen und von der Natur, dürfte wohl daraus resultieren, dass der heutige Mensch sein ureigenstes Wesen zum Grossteil nicht mehr erkennen und erfahren kann. Es wäre sicherlich der Mühe wert, darüber nachzudenken, inwiefern Heidegger





nicht einen Wink zu geben vermag betreffs des mühsamen Weges, den er hierbei für seine Heilung zu gehen hat, wenn er sagt:

«Wir (müssen) uns auf die einzige Bereitschaft rüsten, im Nichts die Weiträumigkeit dessen zu erfahren, was jedem Seienden die Gewähr gibt, zu sein» [Heidegger, 1986, p. 45].

## Literatur

- Boss, M.: Grundriss der Medizin und der Psychologie; 2. Aufl. (Huber, Bern 1975).
- Condrau, G.: Wesen und Bedeutung der Psychotherapie; in Rudin, Neurose und Religion (Walter, Olten 1964).
- Fromm, E.: Psychoanalyse und Zen-Buddhismus; in Fromm, Suzuki, de Martino, Zen-Buddhismus und Psychoanalyse (Suhrkamp, Frankfurt 1971).
- Heidegger, M.: Die Grundbegriffe der Metaphysik. Welt – Endlichkeit – Einsamkeit. Gesamtausgabe, vol. 29/30 (Klostermann, Frankfurt 1983).
- Heidegger, M.: Zur Frage nach der Bestimmung der Sache des Denkens. Hrsg. H. Heidegger (Erker, St. Gallen 1984).
- Heidegger, M.: Was ist Metaphysik? (Klostermann, Frankfurt 1986).
- Heidegger, M.: Zollikoner Seminare. Hrsg. M. Boss (Klostermann, Frankfurt 1987).
- Martino, R. de: Die Situation des Menschen und der Zen-Buddhismus; in Fromm, Suzuki, de Martino, Zen-Buddhismus und Psychoanalyse (Suhrkamp, Frankfurt 1971).

Dr. phil. Norbert Vogt, Narzissenstrasse 8, CH-8006 Zürich (Schweiz)