

MASTERARBEIT / MASTER'S THESIS

Titel der Masterarbeit / Title of the Master's Thesis

„Von der Möglichkeit und Unmöglichkeit des Zur-Welt-Seins. Phänomenologische Einsichten in das Leben eines (Zwangs-)Gestörten“

verfasst von / submitted by

Daniel Alois Ferdinand Abart B.A. B.A. BEd M.A.

angestrebter akademischer Grad / in partial fulfilment of the requirements for the degree of
Master of Education (MEd)

Wien, 2023 / Vienna 2023

Studienkennzahl lt. Studienblatt /
degree programme code as it appears on
the student record sheet:

UA 199 506 525 02

Studienrichtung lt. Studienblatt /
degree programme as it appears on
the student record sheet:

Masterstudium Lehramt Sek (AB)
UF Deutsch UF Psychologie und Philosophie

Betreut von / Supervisor:

Mag. Dr. Michael Staudigl, Privatdoz.

„Hiermit erkläre ich, die vorgelegte Arbeit selbständig verfasst und ausschließlich die angegebenen Quellen und Hilfsmittel benutzt zu haben. Alle wörtlich oder dem Sinn nach aus anderen Werken entnommenen Textpassagen und Gedankengänge sind durch genaue Angabe der Quelle in Form von Anmerkungen bzw. In-Text-Zitationen ausgewiesen. Dies gilt auch für Quellen aus dem Internet, bei denen zusätzlich URL und Zugriffsdatum angeführt sind. Mir ist bekannt, dass jeder Fall von Plagiat zur Nicht-Bewertung der gesamten Lehrveranstaltung führt und der Studienprogrammleitung gemeldet werden muss. Ferner versichere ich, diese Arbeit nicht bereits andernorts zur Beurteilung vorgelegt zu haben.“

Wien, 01.03.2023, 

Inhalt

1	<i>Damals und heute: Warum eigentlich schreiben?</i>	1
2	<i>Aller Anfang ist schwer: zwischen Aufklärung und Ahnungslosigkeit</i>	6
3	<i>Die Welt des Zwangsgestörten</i>	10
3.1	Eine Schilderung	10
3.2	Der Aspekt der Räumlichkeit	12
3.2.1	Topologie der Tabuzonen	12
3.2.2	Die magische Gegenwelt	14
3.2.3	Allgegenwart und phobische Besessenheit	17
3.2.4	Gehindertes „Weg!“ – Zum Verhältnis von Raum und Leib	19
3.3	Inhaltliche Bestimmung der Zwangsgedanken (Die Bedrohungsseite)	23
3.3.1	Von Monstern und Ungeheuern – Die Agenten des Antieidos	23
3.3.2	Angst vor Krankheit, Leid und Tod	25
3.3.3	Sexuelle und aggressive Gedanken	26
3.4	Mögliche Gründe und Bedingungen für das Entstehen einer Zwangsstörung	27
3.4.1	Veränderung in der Risikoeinschätzung und im Verantwortungsgefühl	27
3.4.2	Der gehemmte Rebell	29
3.4.3	Alles in Ordnung?	31
3.4.4	Eine fixe Idee	35
	Exkurs ins Gestaltlose	38
3.5	Das Ritual (Die Abwehrseite)	44
3.5.1	Von der Bedeutung des Zweifels	47
3.5.2	Vertrauen ist gut, Kontrolle ist besser	48
3.5.3	Die magischen Ordnungsmaßnahmen	50
3.5.3.1	Saccadierung und Aufmerksamkeitsspannung	51
3.5.3.2	Das Zählen und Wiederholen	52
3.6	Zeitlichkeit des Zwangs	53
3.6.1	Das Zukünftige als das Mögliche	53

3.6.2	Zukunftsbezug – Zwischen Antizipation und Erschrecken.....	54
3.6.3	Saccadierung, Diskontinuität und Werdenshemmung	55
3.7	Um den Preis der Freiheit	57
3.8	Intentionalität, Weltbezug und Responsivität.....	60
3.8.1	Terminologische Grundlagen.....	60
3.8.2	Hemmung und Störung von Intentionalität und Weltbezug.....	63
4	<i>Zwischen Zwang und Schmerz.....</i>	68
4.1	Ein sich radikaliserender Zweifel	68
4.2	Leibliche Manifestation des Zweifels.....	70
4.3	Zwischenmenschliche Folgen	72
4.4	Die rettende Liebe?	75
4.5	Ekel und Schmerz am äußersten Tief meines Daseins	78
5	<i>Auf der Suche nach der verlorenen Leiblichkeit</i>	80
5.1	Definition des Körperschemas und weiterer relevanter Begriffe	80
5.2	Vom Verlust der natürlichen Selbstverständlichkeit	83
5.3	Zusammenfassende Analyse des veränderten Körperschemas.....	87
6	<i>Der Schmerz als Fortsetzung von Angst und Zwang</i>	91
6.1	Das Pathos des Schmerzes	91
6.2	Einsam in einem abgetrennten Raum.....	94
6.3	Eingeengter Spielraum, kinästhetische Unmöglichkeiten und Freiheitserleben.....	97
6.4	Zeitlichkeit des Schmerzes	98
7	<i>Depression und Melancholie.....</i>	102
7.1	Wohin mit mir?	102
7.2	Merkmale meiner Melancholie	105
7.3	Mein Weg aus der Depression	111
8	<i>Ein vorläufiges Ende</i>	115
9	<i>Literaturverzeichnis</i>	120
10	<i>Anhang</i>	127

1 Damals und heute: Warum eigentlich schreiben?

Erneut bzw. immer noch entpuppt sich das Damals als Problem des Heute. Erneut, weil ich gerade vor einer ähnlichen Aufgabe stehe wie vor 14 Jahren. Immer noch, da ich diese Aufgabe abermals aus den Augen verloren und fälschlicherweise ihren Abschluss angenommen habe. Das Erneut und Immer-noch lassen sich also nicht getrennt voneinander denken, sondern stehen in einem inneren Verhältnis zueinander. Das Erneut hat seine Bedingung im Immer-noch, das zur wiederholten Auseinandersetzung drängt. Das Immer-noch hat seine Bedingung im erneuten Übersehen dieser Aufgabe. Die Kehrseite dieses Immer-noch bildet ein Noch-nicht, das nun schon ebenfalls seit 14 Jahren besteht und dieses impliziert ein Ziel oder einen Zweck und damit einen Anlass, in diesem Fall hier einen Schreibanlass bzw. Schreibanlässe und es muss gefragt werden: Warum schreibe ich heute hier diese Zeilen und warum habe ich vor 14 Jahren eigentlich zu schreiben begonnen? Was habe ich mir davon erhofft? Überdies muss aufgrund der schieren Dauer des Noch-nicht, das dadurch über die Zeit hinweg eben den Charakter des Immer-noch gewonnen hat, angeschlossen werden: auf immer bzw. nie wieder? Diese Fragen eröffnen also meine existentielle Situation und stecken noch vorerst formal den Rahmen dieser Arbeit ab, welcher durch die folgenden Ausführungen zu füllen sein wird. An dieser Stelle sei dazu der Weg skizziert, auf dem dieses Vorhaben angegangen werden soll. Dieser Weg beginnt beim angesprochenen Damals, was es an dieser Stelle nötig macht, ein wenig über diesen Anfangspunkt zu sprechen, der ja kein eigentlicher Anfang ist, sondern nur eine Momentaufnahme, die mitten in meinem Leben einsetzt. Was hebt also diesen Punkt, mit dem begonnen werden soll, gegenüber so vielen möglichen anderen heraus? Dabei geht es vor allem um die bereits angesprochene Parallele zu heute. Besonders eine Sache steht dabei im Vordergrund: Es handelt sich um einen Punkt des Eingestehens. Nach jahrelangem Ausweichen mir selbst und der Faktizität des Lebens¹ gegenüber, hatte ich mich dazu durchgerungen nicht

¹ Mit Faktizität des Lebens sind unumgängliche Tatsachen oder Grundbedingungen des Menschseins gemeint. Dazu zählt das Faktum, dass der Mensch grundsätzlich anfällig ist für Schmerzen und Krankheiten, dass also zum Menschsein eine prinzipielle Verletzlichkeit gehört, wobei ein jeder wie aus heiterem Himmel heimgesucht oder angefallen werden kann. (vgl. Holzhey-Kunz 2017, S. 138) Ein weiteres solches Faktum ist der Tod der anderen und der eigene Tod in einer nicht näher bestimmten Zukunft. (vgl. Dybel 2019, S. 58) Diese Fakten mahnen, dass es im Leben keine hundertprozentige Sicherheit (vgl. Althaus et al. 2013, S. 48f.) gibt, außer die, dass es eben enden wird, wobei aber auch hier nur das *Dass*, d.h. die Faktizität des Todes sicher ist und nicht das *Wo*, *Wann*, *Wie* und *Warum*. (vgl. Holzhey-Kunz 2017, S. 130) Obwohl es sich also hierbei um unausweichliche Tatsachen handelt, haben sie doch etwas Unfassbares an sich. Es fällt sehr schwer sie anzuerkennen und nicht zu negieren. Darum entstehen Krankheitsbilder wie z.B. meine Zwangsstörung als Versuch der Unausweichlichkeit doch irgendwie auszuweichen, was einen lebenslangen Kampf gegen diese Grundbedingungen des Daseins nach sich ziehen kann. (vgl. Fuchs 2011, S. 570)

mehr wegzusehen und mich aus den Fesseln meiner Vergangenheit² zu befreien. Eine weitere Frage drängt sich auf: Warum ist mir das bis heute nicht gelungen? Deshalb eben dieser erneute Anlauf einer Beantwortung. Worin unterscheidet sich nun dieser Anlauf von den bisherigen? Einerseits natürlich in der zeitlichen Distanz. Auch wenn im Damals begonnen wird, wird dieses nicht rein aus Sicht des Damals vorgestellt. Die damaligen Ereignisse sollen auch im Licht des Heute erscheinen. Es geht mir nicht darum meine Vergangenheit abzuspalten und hinter mir zulassen, sondern um eine erinnernde Integration in ein präsentisch fortschreitendes Leben. Dazu begleite ich also mein damaliges Ich und spanne mit ihm noch einmal die Horizonte meines Lebens auf, um erneut auf die Suche nach womöglich dunkel gebliebenen und opaken Stellen zu gehen, vor denen ich die Augen verschlossen habe, um mich so dem problematischen Heute zu nähern und dieses wieder in eine flexible und lebendige Gegenwart zu überführen. Andererseits, und das ist im Begriff des „Horizonts“ (Husserl zit. nach Vetter et al. 2004, S. 264) bereits angeklungen, gehe ich heute methodischer vor als damals. Damals hatte ich noch keine genaue Vorstellung davon, was ich tat. Es war mehr ein Ahnen und Probieren, das damals vielleicht nicht zum gewünschten Ergebnis führte, aber nicht umsonst war, da es mich an diesen Punkt heute gebracht hat, wo ich mit der Phänomenologie ein Instrumentarium gefunden habe, mit dem untersucht werden kann, welche Ergebnisse überhaupt erwartbar sind bzw. ob überhaupt ein Ergebnis zu erwarten ist. Dabei spielt zum einen die Begrifflichkeit eine zentrale Rolle, die sie mir an die Hand gibt und auf die noch näher einzugehen ist. Zum anderen geht die phänomenologische Methode mit einer Einstellung einher, die sie für das hier angestrebte Vorhaben prädestiniert. Diese besteht in der Offenheit

² Wenn Merleau-Ponty vom Trauma und der Verdrängung spricht, entfaltet er interessante Gedanken darüber, wie sich ein Mensch in der Gegenwart durch seine Vergangenheit fixiert finden kann. (vgl. Merleau-Ponty 1974, S. 107f.) Diese Ausführungen sollen in Bezug gesetzt werden zum gerade eben angesprochenen Ausweichen vor der Faktizität des Lebens, da dieses Ausweichen ein paradigmatisches Beispiel dafür zu sein scheint, was Merleau-Ponty hier im Blick hat. Er spricht nämlich von einem Festlaufen in einem Versuch etwas Unmögliches zu realisieren bzw. von einem Vorhaben, auf das nicht verzichtet werden kann, obwohl der Weg versperrt ist. Als eigenes Beispiel führt er an, dass ich in der Verdrängung der bleibe, der einst in der Welt der Eltern gelebt hat, was wiederum auf mich und meine Situation übertragen werden kann. Es wird davon noch ausführlicher gesprochen. Hier an dieser Stelle reicht es die Welt meiner Eltern als Welt, in der noch alles in Ordnung war zu beschreiben. Durch sie war ich schützend gegen all das Bedrohliche und Schreckliche abgeschirmt, sodass ich mich nach ihrem Verlust schmerzlich nach der Sicherheit dieser Tage sehnte, deren Versagung ich nicht akzeptieren konnte. Das war mein Trauma, das mich fest im Griff hatte. Ich wollte nicht wahrhaben, was verloren ist, sondern lief mich in einem verzweifelden Versuch fest eine 100%ige Sicherheit zu realisieren und scheute dabei nichts so sehr wie die Einsicht in die Unmöglichkeit dieses Unterfangens. Diese Fixierung bzw. dieses Nicht-loslassen-Können geht nun nach Merleau-Ponty mit einem Stocken der persönlichen Zeit einher, während die unpersönliche Zeit weiter fortfließt. Indem das unmögliche Vorhaben nicht von der Zeit fortgespült wird, verliert die Gegenwart ihren offenen und belebten Charakter. In meinem Fall bedeutete dies, dass ich nicht mehr spontan auf die sich mir anbietenden Möglichkeiten reagieren konnte. Das schiere Ausmaß dessen, was alles möglich war, war mir nicht geheuer. Mein Trauma ließ mich davor zurückschrecken, indem es im Dunkeln und Unheimlichen der Erinnerung verborgen blieb und als verdrängte Vergangenheit zu meiner bestimmenden Gegenwart wurde. Diese verdrängte Vergangenheit galt es also aufzuarbeiten, um nicht für immer ihr Gefangener zu bleiben.

(vgl. Micali 2014, S. 17), „Unvoreingenommenheit, Achtsamkeit und Neugier“ (Fuchs 2015, S. 212) und in einem „Sich-Einlassen auf das, was uns begegnet.“ (Micali 2014, S. 15) Dadurch entwickelt die Methode selbst bereits, wenn richtig angewandt, eine therapeutische Wirkung und es wundert nicht, dass diese ihren Eingang in die Psychopathologie, mit der sich diese Arbeit hier kreuzt, gefunden hat. Damit sollte auch schon angeklungen sein, dass sich die Phänomenologie in diesem Verständnis keiner Restriktion durch Denkschulen und Denkrichtungen unterwerfen lässt, sondern, dass die „Arbeit an den Phänomenen“ (Husserl zit. nach Waldenfels 2019, S. 14) aus einer lebendigen Erfahrung schöpft (vgl. Waldenfels 2019, S. 16), die, um sich artikulieren zu lassen, offen bleiben muss für eine interdisziplinäre Herangehensweise. Deshalb wird im Zuge dieser Arbeit auch immer wieder auf die Psychoanalyse zurückgegriffen werden, damit dem hier angestrebten Vorhaben, das sich auch als Reflexion über das Unreflektierte oder als Explikation des Impliziten (vgl. Fuchs 1999, S. 318) bezeichnen lässt, nachgegangen werden kann. Es geht dabei um ein Nach-denken über oder einen Rückgang auf die präreflexive Dimension der Erfahrung. (vgl. Grüny 2004, S. 87f.) Diese

umfasst das, was für gewöhnlich nicht bewusst bedacht oder beabsichtigt, sondern vielmehr implizit gelebt ist, also unserem habituellen, selbstverständlichen Umgang mit der Welt und den Anderen angehört. Zentrale Aspekte sind der gelebte Leib, der gelebte Raum, die gelebte Zeit und die Beziehungen zu anderen. Die phänomenologische Psychopathologie erforscht Abwandlungen dieser Erfahrungsstrukturen, die sich nicht durch empirische Daten aus der Perspektive der 3. Person erfassen lassen: Wie ist die Welt des Patienten beschaffen? (Fuchs 2015, S. 202)

Es muss angemerkt werden, dass die Abwandlung der Erfahrungsstrukturen des menschlichen In-der-Welt- oder Zur-Welt-seins³ gerade in der Störung des habituellen, selbstverständlichen oder implizit gelebten Fungierens dieser präreflexiven Dimension bestehen kann. Es wird in

³ Wenn in dieser Arbeit an verschiedenen Stellen die Begriffe „Lebenswelt“, „In-der-Welt-sein“ und „Zur-Welt-sein“ auftauchen, dann werden diese vorwiegend synonym verwendet. Dies geschieht nicht aufgrund einer Ignoranz der Unterschiede in den Konzeptionen von Husserl, Heidegger und Merleau-Ponty, sondern aufgrund der diesen Begriffen zugrundeliegenden Gemeinsamkeit. Dabei wird vor allem das Zur-Welt-sein im Mittelpunkt stehen, da dieser Begriff den besten Zugang liefert, um die leibliche Dimension der menschlichen Existenz zu thematisieren. Trotzdem werden auch immer wieder Zitate und Stellen in dieser Arbeit auftauchen, die die anderen beiden Begriffe bemühen. Deshalb soll an dieser Stelle die geteilte Überzeugung hervorgehoben werden, die diesen drei Begriffen zugrundeliegt. Es geht dabei um die bereits angesprochene präreflexive Dimension der Welt, die bei Husserl als Boden oder als Universum vorgegebener Selbstverständlichkeiten (vgl. Vetter et al. 2004, S. 328f.) bezeichnet wird. Dies wird vor allem von Merleau-Ponty aufgegriffen, wenn dieser schreibt, „daß es im Unreflektierten ‚Synthesen, die vor aller Theses liegen‘, gibt.“ Dabei spricht er in Rückgriff auf Husserl auch von einer „Weltthese“, von einem „Urglauben“ und einer „Urdoxa“, die allesamt nicht „in die Begrifflichkeit eines klaren und deutlichen Wissens übersetzbar sind und die, älter als jede ‚Einstellung‘ und jeder ‚Standpunkt‘, uns nicht eine Vorstellung von der Welt, sondern die Welt selbst darbieten.“ (Merleau-Ponty 1984, S. 49) Bei Heidegger schließlich wird das menschliche Dasein als ein „Schon-sein-bei-der-Welt“ (Heidegger 1967, S. 61) charakterisiert, was in eine ähnliche Richtung weist und immer im Hinterkopf zu behalten ist, auch wenn nicht übersehen werden sollte, „daß Merleau-Ponty erstens nicht Heideggers fundamentalontologischer Differenzierung zwischen Sein und Seiendem folgt und zweitens in seinen späteren Analysen zur Welt keine Scheu davor hat, von einem Vertrauen in die Welt zu sprechen (PdW, 345), das Heidegger eher pejorativ als ‚Verfallenheit‘ bezeichnen würde.“ (Bermes 2020, S. 83) Auch deshalb die Option für den Begriff des Zur-Welt-seins in dieser Arbeit.

diesem Zusammenhang auch von einem „Verlust der natürlichen Selbstverständlichkeit“ gesprochen. In dieser Wendung greift Fuchs auf Blankenburg zurück, um „den Verlust der apriorischen Erschlossenheit der gemeinsamen Lebenswelt, den Verlust dessen, was sich für uns alle von selbst versteht, was zumeist gar nicht zum Gegenstand des expliziten Fragens, Bezweifeln, Erklärens oder Begründens wird“ (Fuchs 2014, S. 80) auszudrücken und somit eine Erfahrung zu bezeichnen, in der das Leben nicht mehr wie von selbst läuft, sondern ins Stocken gerät. Genau diese Erfahrung der *Störung* ist es, die hier im Fokus stehen wird, da sie es ist, die mich zum Schreiben gebracht hat und damals wie heute nach Aufklärung und Beseitigung drängt. Der Weg wird dazu über die Explikation meiner Welt genommen, die in ihrer Abwandlung bezüglich der Aspekte des *Raums*, der *Zeit*, des *Leibs*, der *Intersubjektivität* und, wie hinzuzufügen ist, der *Intentionalität*⁴ und *Responsivität*⁵ zu beschreiben sein wird. Dabei ist zu beachten, dass eine Welt im phänomenologischen Sinn keine bloße Tatsache ist, sondern ein Zusammenhang. D.h., dass die Beschreibung nicht als Deskription punktuell isolierter Beobachtungen (vgl. Micali 2014, S. 19), sondern nur in einem vergegenwärtigenden Aufspannen⁶ eines Bedeutungshorizontes (vgl. Holzhey-Kunz 2015, S. 82) zu bewerkstelligen ist, um daraus die phänomenale Welt als den inneren Zusammenhang eines Lebens zur Darstellung zu bringen. Diese Einsicht verdanke ich einerseits der Daseinsanalyse als einer Beschreibung und Auslegung psychopathologischer Phänomene, die vor allem durch eine „*Hermeneutik der inneren Lebensgeschichte*“ zu Tage gefördert werden sollen. Dabei geht es „um die Erschließung und Darstellung des Sinnzusammenhanges der sich in der Kontinuität ihres Lebens und Erlebens geschichtlich entfaltenden Person.“ (Schmidt-Degenhardt 2002, S. 277f.) Diese Entfaltung der Lebensgeschichte wird in meinem Fall neben ihrer Kontinuität ebenso, wenn nicht umso mehr, um ihre *Diskontinuität* kreisen. Andererseits hat auch Merleau-Ponty hierzu Anregungen geliefert, der auf Heidegger rekurrend auf Folgendes hinweist: „so bin auch ich keine Reihe psychischer Akte, noch auch übrigens ein zentrales Ich, das diese in

⁴ Zur Intentionalität sei an dieser Stelle nur so viel gesagt, dass damit basal das Zur-Welt-sein als solches gemeint ist in seinem Bezugscharakter, also in seinem *Zu*. Inwiefern dieses *Zu* gestört sein kann und inwiefern der Intentionalitätsbegriff der Phänomenologie zur Beschreibung eines solchen Störungserlebens in Anschlag gebracht werden kann, wird an mehreren Stellen dieser Arbeit immer wieder thematisiert.

⁵ Fuchs bemerkt, dass „psychische Störungen keine inneren Prozesse [sind], sondern Störungen der Kommunikation und Beziehung zur Welt.“ (Fuchs 2015, S. 200) Näher ausgeführt findet sich dieser Gedanke bei Waldenfels und seiner Thematisierung von Erfahrung unter dem Blickwinkel der Responsivität, worauf noch näher eingegangen wird.

⁶ „Subjekt und Welt treffen nicht aufeinander, sondern konstituieren sich wechselseitig, ja das Subjekt ist in gewissem Sinn zugleich seine Welt. Um einen Menschen zu verstehen, muss man daher seine Welt betreten und sich den Horizont vergegenwärtigen, vor dem all seine Handlungen und Verhaltensweisen ihre Bedeutungen gewinnen – auch wenn diese Bedeutungen vom Normalen abweichen wie in psychischen Krankheiten.“ (Fuchs 2015, S. 202)

einer synthetischen Einheit versammelte, sondern eine einzige, von sich selber untrennbare Erfahrung, ein einziger ‚Zusammenhang des Lebens‘, eine einzige, von ihrer Geburt her sich explizierende und in jeder Gegenwart sich bestätigende Zeitlichkeit.“ (Merleau-Ponty 1974, S. 463)

Es wird im Laufe dieser Arbeit klar werden, dass die Idee eines zentralen Ichs eine grundlegende Rolle für das Entstehen meiner Zwangsstörung spielte und dass es zu ihrer Überwindung nötig war zu akzeptieren, dass das Ich „kein autonomer Regent im Erfahrungsprozess [ist, sondern] eine im Wesentlichen konflikthafte Erfahrungsstruktur darstellt: eine Struktur, die von Ambivalenzen bestimmt ist und im Widerstreit nicht selten entgegengesetzter Tendenzen und Motive in seiner Entwicklung voranschreitet.“ (Brudzinska 2017, S. 162) Damit klingt schon an, dass sich die hier vorgenommene Beschreibung vermehrt in Spannungsverhältnissen, also in einem Bereich des Zwischen, bewegen wird. Es geht um Konflikte, gegenläufige Tendenzen, darum, das Ausmaß der Ambivalenz auszuloten, mit dem ich in meiner Erfahrung im Lauf der Zeit konfrontiert wurde, wobei hierbei vor allem Kategorien wie *Fremdheit*, *Diskontinuität*, *Bruch*, *Desintegration* und *Dissoziation* im Vordergrund stehen werden. Zudem wird neben den oben genannten Aspekten von Raum, Zeit, Leib, Intersubjektivität, Intentionalität und Responsivität auch auf die *Möglichkeit* bzw. *Unmöglichkeit* oder das *Können* bzw. *Nichtkönnen* rekurriert, um die Abwandlung meiner Welt zu beschreiben. D.h., dass es auch um eine Verortung der Erfahrung zwischen Selbst- und Fremdbestimmung und um eine Darstellung von sich einschränkenden Freiheitsgraden und Spielräumen gehen wird.⁷

Im zweiten Kapitel wird nun versucht diesen Bereich des Zwischen aufzuspannen, indem in die Beschreibung und Analyse⁸ des Damals eingestiegen wird, in dem ich mir zwar nicht mehr aus dem Weg gehen wollte, der Konfrontation unbemerkt aber an vereinzelten Stellen doch noch auswich.

⁷ Hier trifft sich mein Vorhaben mit Blankenburgs Auffassung von Psychopathologie: „Gegenstand der Psychopathologie ist nicht ‚abweichendes Verhalten‘, sondern [...] eine Vielfalt von Beeinträchtigungen des Sichverhaltenkönnens. [...] Es geht nicht darum, ob jemand sich so oder so verhält, nicht um Verhalten als fertiges Produkt, sondern um Freiheitsgrade im Produzierenkönnen eines wie auch immer gearteten Verhaltens. Nicht ob jemand sich abweichend (unangepasst) verhält, ist psychopathologisches Problem [...] sondern ob er sich nicht angepasst oder [...] sich nicht *unangepasst* verhalten kann. Auf das Können bzw. Nichtkönnen kommt es an.“ (Blankenburg 1978, S. 141f.) Nach Heinze, der sich auf diese Definition Blankenburgs beruft, ist die Psychopathologie demnach diejenige Wissenschaft, die es mit „Einschränkungen des Könnens“ und „*Beeinträchtigungen von Freiheitsgraden* im Erleben- und Sich-verhalten-Können zu tun hat.“ Die Freiheit spielt sich dabei „im Spannungsfeld von Autonomie und Heteronomie ab“ (Heinze 2015, S. 26), wobei die Einschränkung der Freiheit als Leiden an der Fremdbestimmung erfahren wird.

⁸ Diese beiden Ebenen werden aus Gründen der Leserlichkeit und Übersichtlichkeit optisch voneinander abgehoben.

2 Aller Anfang ist schwer: zwischen Aufklärung und Ahnungslosigkeit

„Verstehen können – das wäre gut, das wäre vielleicht die Rettung!“ (Hesse 2003, S. 23) Dieser Gedanke kam mir⁹ in den Sinn, nachdem ich, von den Vorgängen meiner Pubertät und Adoleszenz überfordert, stets nur agiert¹⁰ hatte. D.h. ich hatte gehandelt, ohne zu wissen, oder wissen zu wollen, was ich da eigentlich tat. Ich hatte weggesehen und wollte nicht wahrhaben, was da vor sich ging, weil mir das Neue und Fremde Angst machte, das nun nicht mehr nur außerhalb des durch meine Eltern abgesteckten kindlichen Horizontes lauerte, sondern in mir selbst heranwuchs. Diese Jahre meines Lebens waren mir also in gewisser Weise entgangen, indem ich im Dunkeln an mir selbst vorbeigelebt hatte. (vgl. Hesse 2003, S. 53) Aber Hesse hatte mir Mut gemacht. Da war jemand, der ganz selbstverständlich von den Dingen sprach, die in mir vorgingen und die so ganz außerhalb des geordneten und geregelten Lebens vorzugehen schienen. Ich wollte also seinem Beispiel folgen und machte es mir zur Aufgabe „in [m]ich selbst einzutreten, in das fremde Land [m]eines wahren Innern“ (Hesse 2003, S. 70)¹¹, um dort „[m]ich selber zu suchen, [...] den eigenen Weg vorwärts zu tasten, [...] zu [mir] selbst zu kommen, [...] das eigene Schicksal zu finden [...] und es [...] auszuleben, ganz und ungebrochen.“ (Hesse 2008, S. 120f.) Immerhin musste ich mir langsam eingestehen, dass sich das Leben meinem Einfluss immer mehr entzog, dass der Angst- und Zwangskomplex unkontrollierbar wucherte und dabei war mich vollständig seiner Fremdbestimmung zu unterwerfen. Dabei wollte ich doch nichts anderes als frei zu sein, das tun, was ich tun wollte, „das zu leben versuchen, was von selber aus mir heraus wollte.“ (Hesse 2008, S. 7)¹² Doch die

⁹ Die Auffassung eines nicht souveränen Ichs, das keine unverbrüchliche Einheit darstellt, trifft sich mit der Auffassung von Waldenfels, der das Ich bzw. das Subjekt der Erfahrung von dessen „Responsivität“ her denkt, die „den Gang unserer Erfahrung bestimmt“ und „als ein Doppelereignis zwischen Pathos und Response“ (Waldenfels 2015, S. 20) zu verstehen ist. Dabei versteht Waldenfels unter Pathos „ein Ereignis, in dem mir etwas leibhafti zustößt, widerfährt, mich trifft oder verletzt. Ich bin daran beteiligt, aber nicht im Nominativ eines steuernden und verantwortlichen Subjekts, sondern im Dativ oder Akkusativ eines Patienten.“ (Waldenfels 2015, S. 118) Damit korrespondiert eine gewisse Passivität, die vor allem dann augenscheinlich wird, wenn das Pathos in seiner deutschen Übersetzung als Widerfahrnis betrachtet wird. Denn „Verben wie ‚widerfahren‘, ‚auffallen‘ oder ‚einfallen‘ [lassen sich] nicht im Aktiv verwenden; sie sind nicht als Akte zu verstehen, die wir uns als eigene Leistung zurechnen“ (Waldenfels 2015, S. 21). Ein Beispiel für das Pathos bzw. Widerfahrnisse wären also „Einfälle und Gedanken, die man nicht einfach hat, sondern die sich aufdrängen und die wir in heiklen Fällen zu unterdrücken neigen“ (Waldenfels 2007, S. 333). Deshalb wurde auch bewusst davon gesprochen, dass *mir* der Gedanke kam und nicht, dass ich ihn gedacht habe, wobei es sich hier um ein harmloses Beispiel handelt. Virulenter wird das Ganze, wenn es dann um die Zwangsgedanken gehen wird.

¹⁰ „Dieses aktive Moment im Symptom bezeichnet Freud als ein ‚Agieren‘, und er will damit sagen, dass hier eine besondere Art des Handelns vorliegt, die der Patient vollzieht, ohne dass er selber weiß bzw. wissen will, was er eigentlich tut. Freud erklärt, der Neurotiker agiere statt zu erinnern (Freud 1914/1999, 129ff.).“ (Holzhey-Kunz 2017, S. 136)

¹¹ In den Worten Freuds betrat ich nun „inneres Ausland“ (Freud 1999, S. 62). Auch Waldenfels kommt immer wieder darauf zu sprechen: „Im Unbewußten betreten wir ‚inneres Ausland‘. Wir sind nicht nur von Anderen geschieden, sondern auch von uns selbst.“ (Waldenfels 2015, S. 215)

¹² Diese Arbeit kann auch als Versuch gelesen werden die an dieses Zitat anschließende Frage Hesses zu beantworten: „Warum war das so sehr schwer?“ (Hesse 2008, S. 7)

Angst und der Zwang kamen ständig störend dazwischen, und zwar nicht als klar und deutlich wahrgenommene Instanzen¹³, zu denen ich hätte Stellung beziehen können. Die ständige Drohung des Unheilvollen, die gefühlte Evidenz, dass das Schreckliche kurz davor war über mich und meine Lieben hereinzubrechen, wenn nichts dagegen unternommen würde, waren so stark, dass keine Logik¹⁴ dagegen ankam. Vielmehr wurde ich von der Blitzartigkeit undeutlicher und flüchtiger Vorstellungen affektiv überwältigt, heimgesucht von Bildern, die mehr lauerten als hervortraten, nur geahnt in ihrer Grässlichkeit und nur einen unklaren Moment lang, mehr Gefühl als Anschauung, sodass unbedingt Gegenmaßnahmen ergriffen werden mussten.

Anhand dieser ersten Schilderung soll zuerst geklärt werden, warum in dieser Arbeit vor allem die *Zwangsstörung* als zentraler Begriff verwendet wird. Dies ist der Fall, weil es, wie eingangs besprochen, um die Beschreibung und Analyse von Erfahrungen der Störung und Diskontinuität gehen wird. Zu diesem Störungserleben tragen nun die Gegenmaßnahmen genauso ihren Teil bei wie die angstbesetzten Gedanken und Gefühle, welche durch sie abgewehrt werden. Deswegen sei darauf verwiesen, dass der Begriff der Zwangsstörung keine Bevorzugung dessen darstellt, was früher als „Störungspsychismus“ dem „Abwehrpsychismus“ (Binder zit. nach von Gebattel 1954, S. 82) gegenübergestellt wurde oder moderner als „Bedrohungsseite (vorwiegend Zwangsgedanken) [...] die Ausdrucks- und Abwehrseite (vorwiegend Zwangshandlungen)“ (Bürky 2019, S. 76) triggert. Vielmehr soll der Begriff der Zwangsstörung als direkte Übersetzung des englischen Begriffs der „Obsessive Compulsive Disorder“ [...] verstanden werden, der diesen beiden unterschiedlichen Aspekten der Erkrankung bereits im Namen Rechnung [trägt]: Auf der einen Seite stehen die unangenehmen, Angst und Anspannung auslösenden und sich aufdrängenden ‚Obsessionen‘

¹³ Um näher zu beschreiben, was hierunter und dann im Anschluss unter einer flüchtigen Vorstellung verstanden wird, sei hier ein Zitat von Brudzinska angeführt, in dem sie über die Funktion einer antizipatorischen Phantasie spricht, die zum Schutz die Gefahr vorwegnehmen will: „Dabei handelt es sich nicht, wie es die Ausdrucksweise mancher Interpreten nahelegen würde, um ein klares, voll ausgebildetes Vorstellungs- und Bildbewusstsein. [...] Die spätere Phänomenologie, und darauf hat im Anschluss an Marc Richir bereits Stefano Micali (2015, 240) verwiesen, beschreibt [...] Formen einer sogenannten ‚unreinen Phantasie‘, die sich durch die Blitzartigkeit ständig wechselnder, flüchtiger Erscheinungen, die auftauchen und wieder verschwinden, charakterisiert.“ (Brudzinska 2017, S. 172)

¹⁴ Hier klingt das „Unsinnigkeitskriterium“ (Lang 2017b, S. 12), das für Zwangsstörungen charakteristisch ist, bereits implizit an. Althaus et al. beschreiben das Erleben der Patienten wie folgt: „bei vollem Bewusstsein‘ fühlen sie sich dennoch nicht in der Lage, von den seltsamen Handlungen abzulassen. Nicht die Logik treibt ihr Handeln an, sondern der unbedingte Wunsch, dass eine äußerst unangenehme innere Anspannung endlich zur Ruhe kommt.“ (Althaus et al. 2013, S. 47) Es kann hier auch von einer luziden Verrücktheit (vgl. von Gebattel 1954, S. 100) gesprochen werden, die sich so umschreiben lässt, dass der Zwangsgestörte verrückt ist bei klarem Verstand. Diese paradoxe Formulierung gewinnt ihre volle Schärfe, wenn zusätzlich die Unterscheidung zwischen gnostischer und pathischer Deutung der Welt herangezogen wird. (vgl. Straus 1960, S. 222) Vereinfachend kann auch von gefühlsmäßiger und verstandesmäßiger Deutung gesprochen werden. Während der Zwangsgestörte verstandesmäßig in derselben Welt wie der Gesunde lebt, erfährt die Welt eine pathische Abwandlung, der er sich nicht entziehen kann und die ihn affektiv überwältigt. (vgl. Heerlein et al. 2002, S. 226)

(meist Zwangsgedanken oder Zwangsimpulse), auf der anderen Seite finden sich gewissermaßen als Antwort darauf angstreduzierende Zwangshandlungen und Rituale („compulsions“).“ (Althaus et al. 2013, S. 25) Letztere entsprechen dem bereits angesprochenen Agieren, d.h. einem Ausweichen in die Symptombildung. Mit dem Zwang wollte ich also der Angst entfliehen, aber der Zwang verstrickte mich so immer weiter in die Angst, indem ich von dem bestimmt wurde, was ich auf Abstand hielt. Und das war in letzter Instanz ich selbst, oder genauer ausgedrückt das in bzw. an mir, das ich nicht als mir selbst zugehörig anerkennen konnte. Im Symptom wird ja ein ursprünglicher Konflikt vermieden bzw. eine Lösung des Konflikts auf eine inadäquate Weise gelöst.¹⁵ Diese Lösung ist aber immer nur eine kurzfristige und nie eine dauerhafte. Ständig muss die Abwehr aktualisiert werden, sodass schließlich die Lösung selbst zur Gefahr werden kann.¹⁶ In meinem Fall kam es also ausgehend von dieser „Ambiguitätsintoleranz“ (Kraus 2002, S. 176) mir selbst gegenüber zu der paradoxen Situation, dass durch meinen Wunsch und mein Verlangen nach Einheit, Ordnung und Sicherheit, der sich im Zwang eindrucksvoll Ausdruck verschaffte, die Zwiespältigkeit meiner selbst nur immer weiter zunahm und auseinanderklaffte.¹⁷

Deshalb hatte ich mir, um wieder zu mir selbst zu kommen und mich aus den Fängen der Angst und des Zwangs zu befreien, drei Aufgaben gestellt. Die erste Aufgabe bestand im schon angesprochenen Schreiben als Nach-denken über die eigene Vergangenheit und ein Aufklären dieser. Die zweite Aufgabe bestand darin, den eigenen Gedanken wieder freien Lauf zu lassen, zu lernen nicht mehr an einzelnen furchteinflößenden Gedanken, Bildern und Impulsen hängen zu bleiben, indem sie abgewehrt werden mussten. Sie hing eng mit der dritten Aufgabe zusammen. Nämlich eben jenem „Zwangsdruck“ (Althaus et al. 2013, S. 28), der auf Abwehr drängte, nicht mehr nachzugeben, sondern ihn auszuhalten in der Hoffnung, dass er so zum Schweigen gebracht werden konnte.¹⁸ Um diesen Aufgaben nachgehen zu können und auch

¹⁵ „Neurotische Vorgänge, neurotische Erlebens- und Verhaltensweisen *stellen inadäquate Lösungen von Konflikten dar oder gehen aus ihnen hervor*.“ (Mentzos 1986, S. 18)

¹⁶ Fuchs und Micali merken an, dass „Angst und Ängstlichkeit selbst zur Gefahr werden“ können, indem die „Angstabwehr [...] der Angst verfallen bleibt“ (Micali und Fuchs 2017, S. 19).

¹⁷ Der Grund für die Ambiguitätsintoleranz, die paradoxerweise selbst zur Ambiguität und Zwiespältigkeit führte, liegt, wie bereits angesprochen, im Nichtwahrhabenwollen begründet. Dieses Nichtwahrhabenwollen lässt sich näher präzisieren, wenn Sartres Begriff der „Unaufrichtigkeit“ (Sartre 2014, S. 119) herangezogen wird. Dieser bestimmt die Unaufrichtigkeit als Phänomen, in dem man sich selbst die Wahrheit verbirgt (vgl. Sartre 2014, S. 122) und sich so in ein zweideutiges Selbstverhältnis gleiten lässt. (vgl. Sartre 2014, S. 136) Für Fuchs, der auf Sartre zurückgreift, handelt es sich bei der Unaufrichtigkeit schließlich um eine „Selbsttäuschung des Subjekts“. Dieses „nimmt ein uneindeutiges, ambivalentes Verhältnis zu sich selbst ein; es lässt sich gewissermaßen in eine ‚gewollte Unaufmerksamkeit‘ gleiten.“ (Fuchs 2015, S. 207)

¹⁸ Auf der einen Seite handelt es sich bei dieser Anspannung im Angesicht der Angst um den Auslöser für Zwangshandlungen: „The apprehensive tension in the face of the obsessive thoughts is the precondition for the compulsive acts to occur.“ (Bürky 2005, S. 296) Andererseits kann in späterer Folge der Zwangsstörung allein

durch den Eindruck, den die Lektüre Hesses und anderer Autoren bei mir hinterlassen hatte, entschloss ich mich dazu Germanistik und Philosophie zu studieren, übersah dabei aber, dass im Hintergrund noch ein anderer uneingestandener Grund mit im Spiel war.

Ich erinnere mich an den Tag meiner mündlichen Reifeprüfung und wie ich nach dem Examen im Pausenhof stand. Es war fast Mittag, Mitte Juni, die Sonne heizte herab und die Luft war staubig und trocken. Ich schien mich leicht zu fühlen, die fünf Jahre HTL waren durchgestanden, die Anspannung klang schön langsam ab und machte der sich kollektiv breitmachenden Freude Platz. Aber da war ein komisches Gefühl, dass sich daruntermischte. Ich sah mich um, betrachtete die bekannte Umgebung und doch sah ich sie jetzt wie zum ersten Mal. Dabei blieb mein Blick an der langen Säule der Sonnenuhr hängen, der ich nie wirklich viel Aufmerksamkeit geschenkt hatte. Es kam mir vor, als ob ich ein Denkmal betrachten würde. Da verstand ich, dass meine Zeit hier vorbei war und im gleichen Moment breitete sich bedrohlich eine offenstehende Zukunft als unwägbarer Möglichkeitshorizont vor mir aus. Und natürlich wich ich davor zurück und sehnte mich zurück nach der Sicherheit eines vorgegebenen Weges – da kam mir das Studium gerade recht.

Meine Entscheidung fürs Studium spiegelt also die Zwiespältigkeit meiner Situation und Person wider. Auf der einen Seite bestand ein Wunsch nach Aufklärung durch Selbstkonfrontation, die dem Ausweichen ein Ende machen sollte. Auf der anderen Seite setzte sich das Ausweichen und die Flucht aber versteckt fort – wenn auch nicht mehr vor der Vergangenheit, so doch noch immer vor der Zukunft.

Im Folgenden soll nun gezeigt werden, inwiefern diese unterschiedlichen Tendenzen und mit ihnen sich mein Grundkonflikt (Sicherheit vs. Freiheit) entwickeln und welche Ausprägungen sie und er erfahren werden. Dazu wird nun tiefer in die Beschreibung meiner damaligen Welt eingestiegen, wobei als erstes der Aspekt der Räumlichkeit im Vordergrund stehen soll, der einen bevorzugten Zugang und Einstieg liefert, um mein damaliges Erleben anschaulich zu machen.

schon das Zurückhalten der Zwangshandlungen, ohne dass ein Impuls oder Gedanke damit abgewehrt werden müsste, ausreichen, um Angst zu machen. Dies erklärt zum Teil auch die Generalisierung von Zwangsstörungen. „Versucht [der Zwangsgestörte] diese ihm sich aufdrängenden Impulse zu bestimmten Handlungen zurückzustellen, so spürt er eine zunehmende, ängstlich gefärbte innere Spannung, die schließlich so unerträglich wird, daß er sich doch seinen Zwängen beugen muß.“ (Mentzos 1986, S. 159f.) Dieser Tendenz nach Generalisierung kann aber durch das Aushalten des Drangs auch Widerstand geleistet werden. Dieses Aushalten wird in der Therapie auch „flooding“ (Althaus et al. 2013, S. 150) genannt. Es geht dabei um eine Reizüberflutung, bei der der Patient die Erfahrung machen soll, dass die ängstliche Anspannung nicht wie befürchtet ins Unermessliche steigen wird und dass das vermeintlich Schreckliche nicht eintreten wird. Er lernt somit, dass die Angst auch ohne das Mittel der Zwangshandlungen zu bewältigen ist, wodurch sich die Angst verringern lässt und mit ihr der Zwangsdruck. Der Zwang wird damit nicht mehr Auslöser der Angst und der Teufelskreis wird durchbrochen. (vgl. Althaus et al. 2013, S. 158)

3 Die Welt des Zwangsgestörten

3.1 Eine Schilderung

Als erstes soll diesbezüglich nach den Relevanzstruktur¹⁹ meiner zwangsgestörten Welt gefragt werden. Welche Bedeutsamkeiten stehen im Fokus dieser Welt, was sind die zentralen Bezugspunkte? Begonnen wird zur Beantwortung dieser Fragen in meinem Kinderzimmer, in dem das Zwangsritual seinen Anfang genommen hat. Dazu wird vor allem auf Fuchs zurückgegriffen, der herausgearbeitet hat, dass

der Lebensraum entsprechend den jeweiligen Motiven und Potenzialen einer Person unterschiedliche Bedeutsamkeiten, „Relevanzen“ oder „Valenzen“ auf[weist]. In Analogie zum physikalischen Feld treten auch im Lebensraum „Gravitationswirkungen“ oder „Ausstrahlungen“ auf, verursacht etwa durch den Einfluss bedeutsamer Personen oder einer dominierenden Gruppe; und es bestehen gleichsam unsichtbare „Krümmungen“ des Raums, die eine gerade bzw. spontane Bewegung verhindern. Das können etwa Tabuzonen für den Anankasten oder Vermeidungszonen für den Phobiker sein. (Fuchs 2015, S. 203)

Die gerade angesprochenen Tabuzonen sollen sogleich zum Thema gemacht werden, wobei es um folgende Fragen gehen wird: In welchem Zusammenhang standen sie mit meinem Zwangsritual und wie beeinflussten sie die Wahrnehmung meines Lebensraumes? Hierzu eine etwas ausführlichere Schilderung, in der ich die Lektüre für eines meiner damaligen Seminare lese. Eine scheinbar harmlose Tätigkeit, die bezeugt, dass die Welt des Zwangsgestörten jegliche Harmlosigkeit verloren hat. Dazu aber später mehr.

Während ich nun bei meiner Lektüre von assoziativ sich einmischenden Zwangsgedanken bedrängt wurde, versuchte ich zuerst ruhig zu bleiben, sie kommen und auch wieder gehen zu lassen. Ich versuchte mich noch einmal in den gerade gelesenen Absatz zu vertiefen, von dem ich aber nicht mehr viel mitbekam, versuchte in die Worte vor mir einzutauchen, sie das Dunkel, in das sie mich verwiesen haben, aufklären und mich meinerseits nicht von diesem verschlingen zu lassen. Aber es tat sich immer weiter auf und brach immer stärker anbrandend schließlich doch über mich herein. Eine Welle der Angst türmte sich auf, wuchs an und erreichte eine Amplitude, der ich mich nicht gewachsen fühlte. Ich verstand. So gestaltete sich also der letzte Kampf. Das also waren die Verteidigungsmaßnahmen der letzten Bastion meiner inneren Dämonen. Verdichtet in ihrer Grausamkeit hatten sie sich in den Ursprung der Angst zurückgezogen – in die *Alphazone*, den ersten Ort des Abschubs, das Zentrum meines Rituals. Erneut wurde der durch das Ritual zu erbringende Tribut eingefordert. Ich zollte ihn aber nicht,

¹⁹ Ich beziehe mich hier auf Micali, der die Abwandlung der Welt von psychisch Kranken thematisiert. Er geht davon aus, dass diese Abwandlung nicht die einzelnen Objekte, sondern vielmehr die Form des Erscheinens betrifft (vgl. Micali 2014, S. 30), wobei er dabei auf Blankenburg zurückgreift, um klar zu machen, dass die Form des Erscheinens sich wandelt, indem die „Bewandtniszusammenhänge, die Relevanzen, innerhalb derer etwas als real und zugleich bedeutsam erscheint“ (Blankenburg 1979, S. 128) durcheinander geraten.

hielt meine Unterwürfigkeitsgesten zurück, setzte den Ritus weiter ab, um den falschen Göttern ihre Grundlage zu entziehen. Aber als ob die das so einfach hinnehmen würden. Im Geheimen wurde bestimmt schon an einer Verschwörung geschmiedet. Ich sah die fletschenden Zähne und wetzenden Klauen, die im glühenden Feuer der Verdammnis geschärften Klingen und spürte einen übermächtigen Zorn auf mich gerichtet, der die eigene Angst im Takt der eisernen Hiebe hochhämmerte, unter denen die Heerscharen der Unterwelt vor meinem inneren Auge aufmarschierten. Das war zu viel! Ich kam nicht umhin, die höheren Gewalten zumindest ein wenig gnädig zu stimmen. Ich erlaubte mir deshalb die Angst zu beschwichtigen, ich oder meine Lieben könnten erbarmungslos heimgesucht werden, um mich nach ein paar Ticentladungen wieder auf Russell und die *Probleme der Philosophie* zu konzentrieren, kam aber, beim Versuch sie zu lösen, an kein zufriedenstellendes Ende. Abgespannt wollte ich schlafen gehen, aber das ging nicht, ohne den Schrank (Monsterportal) gut versiegelt zu haben. Darum zählte ich ihn ab. Während ich den Schrank mit der linken Hand synchron zu den gezählten Folgen abklopfte, ruckte und zuckte ich gleichzeitig mit der rechten Hand und dem Kopf in Richtung *Alphazone*, die sich rechts über dem Schrank befand. War diese Prozedur vorschriftsgemäß verlaufen, indem ich alle Tics sauber koordiniert ausgeführt hatte und auf einer guten Zahl gelandet war, konnte ich mich ins Bett legen und anfangen zu beten. Ich hielt die Luft an, bekreuzigte mich, faltete die Hände und los ging's:

Müde bin ich, geh zur Ruh,
schließe meine Augen zu.
Vater lass die Augen Dein,
über meinem Bette sein.

Jesukindlein komm zu mir,
mach ein braves Kind aus mir,
mein Herz ist klein,
darf niemand hinein,
nur du, mein liebes Jesulein.

Beim Amen dachte ich an all die Personen, von denen ich das Böse abwenden wollte. Stark an Familie und Freunde und undeutlich an all die unbekannten Seelen im Universum. Mittlerweile hatte sich ein Tümpel in meinem Mund gebildet, da ich seit der Versiegelung des Schrankes auch nicht mehr geschluckt hatte. Erst musste ich noch ein paar Mal alle bösen Gedanken wegschieben, die Decke über den Kopf ziehen und dann erst konnte ich schlucken und einatmen. Jetzt lief ich nicht mehr Gefahr den teuflischen Mächten damit Einlass zu gewähren. Aber einschlafen konnte ich immer noch nicht. Ich spürte den böswilligen Blick, der aus der *Alphazone* auf mich gerichtet war und sich in meinen Hinterkopf brannte. Wahrscheinlich, um energetisch einen Tumor! bilden zu wollen. Anfangs juckte die Stelle nur leicht, aber je mehr ich kratzte, umso heißer wurde sie, bis ich, von Ungewissheit geplagt, der Angst nichts mehr entgegensetzen konnte, die Beherrschung auf- und dem Drang

uneingeschränkt nachgab. Außer Rand und Band und wider alle Vernunft ticte ich die peinigenden Gedanken davon. Aber es stellte sich kein gutes Gefühl mehr ein. Im Gegenteil. Die Folgen wucherten und mussten stundenlang wiederholt werden, bis ich irgendwann am Ende meiner Kräfte schließlich in agonischen Schlaf fiel.

In dieser Schilderung finden sich bereits viele der Merkmale meiner Zwangsstörung beschrieben. Es wird auf sie zurückgekommen. Jetzt aber soll auf den Aspekt der Räumlichkeit eingegangen werden, um zu Zwecken der Anschaulichkeit zunächst die atmosphärische Stimmung, in der ich damals lebte, heraufzubeschwören.

3.2 Der Aspekt der Räumlichkeit

3.2.1 Topologie der Tabuzonen

Als erstes sollen dazu, wie bereits besprochen, die Tabuzonen und das mit ihnen verbundene Ritual²⁰ in den Blick genommen werden. Weiter oben wurde Fuchs zitiert, der für die räumliche Beschreibung Begriffe wie Relevanzen, Valenzen, Gravitationswirkungen, Ausstrahlungen und Krümmungen verwendet. Er greift dabei auf die Topologische Psychologie zurück, die die Psyche nicht in einem abgeschlossenen Innern verortet, sondern draußen im Raum am Werk findet, wobei von Orten oder Bereichen Kräfte bzw. Vektoren ausgehen, entsprechend der Relevanz, die sie für jemanden haben. (vgl. Fuchs 1999, S. 304) Damit wird der Raum nicht als eine neutrale, einfach nur ausgedehnte Umgebung verstanden, sondern als ein bedeutsamer Lebensraum, der sich um jeden von uns als dessen Zentrum entfaltet. Dieser Raum kann nah oder fern wirken. Er ist durchzogen von ängstigenden Barrieren, von Freiräumen und Fluchtlinien und weist Zentren und Grenzen auf, die die eigenen Wege bestimmen. (vgl. Fuchs 1999, S. 311)

Für meinen Fall ist in diesem Zusammenhang vor allem die Unterscheidung von attraktiven und repulsiven Vektoren (vgl. Fuchs 2015, S. 205) oder von Attraktion und Aversion (vgl. Fuchs 2015, S. 203) von Bedeutung. Fuchs spricht hier auch von einer positiven und negativen Krümmung des Raumes und macht diesen Unterschied an den Beispielen der Vermeidungszone und des Wiederholungszwanges fest:

Ähnlich erzeugt aber auch das psychische Trauma Vermeidungszonen und behindert so die freie Entfaltung der eigenen Möglichkeiten. Der gelebte Raum des Traumatisierten ist um diese Zonen herum gewissermaßen negativ gekrümmt: Sie sind zu Leerstellen oder „blinden Flecken“ geworden. Auch hier zeigt sich deutlich die *Intentionalität* des Unbewussten: Ein drohender Kontakt mit der Gefahrenzone wird auch ohne ihre bewusste Wahrnehmung bereits vorwegnehmend verhindert, weil es sinnvoll ist, den Stress und die Angst der Traumaaufarbeitung nicht immer wieder zu reaktivieren. [...] Das entgegengesetzte Muster kann man im psychodynamischen Konzept des *Wiederholungszwangs* finden: Hier wird der Patient immer

²⁰ Dieses wird hier nur angeschnitten, da es Gegenstand eines eigenen Kapitels sein wird.

wieder in das gleiche dysfunktionale Verhaltens- und Beziehungsmuster hineingezogen, auch wenn er gerade das zu verhindern versucht. Der gelebte Raum ist „positiv gekrümmt“ um diese Regionen, d.h. sie üben eine implizite *Attraktion* aus. (Fuchs 2015, S. 208)

Wie lassen sich diese Überlegungen nun auf meinen Fall anwenden? Um das zu beantworten, soll noch einmal kurz über die Funktion der Tabuzonen gesprochen werden. In meiner Schilderung wurden sie als Ort des Abschubs bezeichnet. Das bedeutet, dass ich durch die Zwangshandlungen, denen hier der Begriff der „kompulsive[n] Tics“²¹ zur Seite gestellt werden soll, die Zwangsgedanken weghaben wollte. Es handelt sich dabei um eine körperliche Geste, mit der als leibhafte Symbolik all das Schlechte und Böse, das Hässliche und Schreckliche in Richtung einer Rille, Ecke oder Kante abgeschoben werden konnte. Dies geschah durch ruckelnde Bewegungen des Kopfes und der Hände und durch Augenblinzeln, d.h. durch kurze, ruckartige und plötzliche Zuckungen, die es auch in der Öffentlichkeit erlauben sollten, mir möglichst unauffällig Abfuhr zu verschaffen.

Hier zeigt sich also auch schon das für den Zwangsgestörten typische Merkmal des magischen Denkens, das später noch ausführlicher besprochen wird. Die Tabuzonen, die ich damals auch als *absorbierende Zonen* bezeichnet habe, hatten die Eigenschaft, das Böse in sich aufnehmen und bannen zu können. Es handelte sich bei ihnen also nicht nur um Bereiche, die vermieden werden mussten und denen es auszuweichen galt. Vielmehr wohnte ihnen eine eigentümliche Ambivalenz inne, die sich darin ausdrückte, dass ich mich im Abzielen auf die Zonen gleichzeitig von ihnen abwenden musste. Attraktive und aversive Tendenzen verschränken sich hier also. Die Tabuzonen waren für mich Orte der Zu- und Abwendung in einem, sowohl anziehend als auch abstoßend. Im Hinblick auf ihre Valenz lässt sich also sagen, dass sie aufforderten oder an mich appellierten und zugleich abstießen, weil in ihnen das Grässliche und Grauenhafte lauerte, das ich im Ritus von mir zu weisen versuchte. Der Raum um sie war demnach in den Worten von Fuchs sowohl positiv als auch negativ gekrümmt, sodass sich auch

²¹ Tics werden zwar meist in Zusammenhang mit dem Tourette-Syndrom thematisiert. Es besteht aber eine Nähe zu Zwangshandlungen, wie der Begriff des compulsiven Tics sie auch ausdrückt: „Viele Patienten geben an, vor der tatsächlichen Ausführung von Tics ein ‚sensomotorisches‘ Vorgefühl zu verspüren. Dieses wird als Drang, Spannungsgefühl oder Kribbeln beschrieben, das dem Tic vorausgeht und durch die Ausführung des Tics gelöst würde. Jankovic schlug in seiner sehr umfassenden Tic-Klassifikation vor, komplexe Tics, bei denen dieses Vorgefühl auftritt und die schwer von Zwangshandlungen abzugrenzen sind, als compulsive Tics zu klassifizieren.“ (Riederer et al. 2002, S. 807) Mit Straus lassen sich solche Tics als „ursprüngliche Ausdrucksbewegungen, vor allem Abwehrbewegungen [verstehen, die] automatisiert worden sind und nicht mehr gehemmt werden können.“ (Straus 1960, S. 79) Wer jetzt meint, dass mit dem Tic der Zwangshandlung einfach ein Synonym an die Seite gestellt wurde, hat bis zu einem gewissen Punkt sicher recht. Diese Begriffe überlappen sich tatsächlich, aber es gibt auch eine Differenz, die benötigt wird, um den Verlauf meines Falles angemessen beschreiben zu können. Diese Differenz besteht darin, dass sich bei mir, nachdem sich die Zwangsgedanken aufgelöst haben und keine Abwehr mehr benötigten, die Tics trotzdem als Spasmen bestehen blieben. Die Automatisierung hatte sich als leibliche Gewohnheit verfestigt ohne noch als Abwehr der Angst zu dienen. Davon wird aber, wenn es um den leiblichen Aspekt geht, ausführlicher die Rede sein.

in Hinblick auf die Räumlichkeit ein gewisser Konflikt verorten lässt, der sich in den Worten von Fuchs als Konflikt zwischen Appetenz und und Aversion formulieren lässt:

Ferner wird der gelebte Raum durchdrungen von „Feldkräften“ oder „Vektoren“, in erster Linie anziehender oder abstoßender Art (Attraktion/Aversion). Konkurrierende attraktive oder aversive Kräfte im Lebensraum führen zu typischen Konflikten (Appetenz-Aversion, Appetenz-Appetenz usw.). (Fuchs 2015, S. 203)

An dieser Stelle scheint es angebracht über einen zweiten Gesichtspunkt der Räumlichkeit zu sprechen, mit dem die bereits angestellten Ausführungen komplementiert werden sollen.

Dabei handelt es sich um mein Empfinden einer nicht näher bestimmbar Atmosphäre des Unheimlichen und Bedrohlichen, die mich umfing, einer diffusen Angst, die als unsicherer Horizont des latent Grauenhaften über mir schwebte, der ich mich im Ritus zu erwehren suchte, was nun aber den Agenten des Unheilvollen²² durch die Zonen hindurch die Möglichkeit geliefert hatte, mich noch genauer in den Blick zu nehmen und nicht mehr aus den Augen zu lassen. D.h.: Ich fühlte mich aus den Zonen heraus beobachtet, da diese mittlerweile jeden letzten Winkel meines Lebensraums bevölkerten, den ich obsessiv nach ihnen ausgespäht hatte, um mein Ritual überall und jederzeit durchführen zu können.

3.2.2 Die magische Gegenwelt

Um diese Thematik näher in den Blick zu nehmen, liefern vor allem Straus und von Gebattel beeindruckende Beschreibungen dessen, was von Gebattel als die „pseudomagische Gegenwelt“ (von Gebattel 1954, S. 123) des Zwangsgestörten bezeichnet hat, der er, ebenso wie Straus, der von einer magischen Weltdeutung spricht (vgl. Straus 1960, S. 220), eine Tendenz ins Physiognomische zuspricht. Das heißt, dass für den Zwangskranken das kategorial-vernunftmäßige Erfassen der Dinge zurücktritt. (vgl. von Gebattel 1954, S. 123) Er ist zwar noch in der Lage die Dinge unter rationalen und zweckgerichteten Gesichtspunkten zu erfassen und ist somit dem common sense (vgl. Fuchs 2016, S. 150) als Sinn einer gemeinsamen Praxis nicht verlustig gegangen²³, er wird aber durch das Physiognomische bedrängt und überwältigt. (vgl. Straus 1960, S. 220) Was ist aber dieses Physiognomische? Um diese Frage zu beantworten, ist es hilfreich die von Straus getroffene Unterscheidung zwischen gnostischer

²² „Mit den Figuren des Teufels, der Dämonen und Hexen standen Agenten der Devianz zu Verfügung, die man für mannigfaltige Gefahren und Widrigkeiten verantwortlich machen konnte.“ (Koch 2013, S. 8)

²³ An dieser Stelle kann auch auf die bereits verwendeten Begriffe der Relevanzstruktur und des Bewandtniszusammenhangs zurückgegriffen und die eben formulierte Einsicht auch so ausgedrückt werden: Der Zwangsgestörte kann zwar die alltäglichen Relevanzen, also den gängigen Sinn der Dinge und der Welt nachvollziehen, aber zugleich überschreibt sich dieser Bedeutung eine andere, die so bedrohlich wirkt und anmutet, dass der Blickpunkt des Allgemeinen in den Hintergrund gedrängt wird. Affektiv gesehen kommt es also zu einer Umstrukturierung der Relevanzen, der die logische bzw. kategoriale Betrachtung hilflos unterlegen ist.

und pathischer Wahrnehmung heranzuziehen, die mit seiner Differenz von geografischem und landschaftlichem Raum korrespondiert.

Beim gnostischen Wahrnehmen handelt es sich um das bereits besprochene gegenständliche Wahrnehmen der Dinge unter kategorialen und praktisch-zweckgerichteten Gesichtspunkten. Dieses ist eher aktiver Art. Man richtet sich auf die Dinge in ihrer Gegenständlichkeit. Sie bieten sich dar in einem fest umrissenen *Was*. (vgl. Fuchs 2016, S. 147) Es kann auch gesagt werden, dass es sich hierbei um Abstraktionen, Feststellungen bzw. Objektivierungen handelt, die es erlauben, das Einmalige unter allgemeinen Gesichtspunkten zu subsumieren, um besser damit umgehen zu können. Dahingegen handelt es sich beim pathischen Wahrnehmen um ein eher passives und zuständliches Empfinden (vgl. Fuchs 1999, S. 59), mit dem das *Wie* des Erscheinens in den Fokus rückt. Nicht das kühle, kalkulierende Betrachten steht hier im Vordergrund, sondern ein Affiziertwerden durch die Dinge. Waldenfels spricht in diesem Zusammenhang in Anlehnung an Straus von einer „Polarität von gnostischem ‚Sichrichten-auf‘ und pathischem ‚Getroffen-sein-durch‘“ (Waldenfels 2007, S. 21) Wie lässt sich nun dieses Getroffen-sein oder Affiziertwerden verstehen? Zur Veranschaulichung soll das Beispiel²⁴ einer Landschaft dienen. Wenn ich sie betrachte, sehe ich nicht nur Farben, Flächen und Gegenstände. Vielmehr nehme ich sie auch atmosphärisch wahr. Sie kann den Charakter des Unheimlichen oder Unheilschwangeren annehmen, aber auch einladend oder friedlich wirken. D.h., dass im übertragenen Sinn von einem Antlitz oder Gesicht der Welt gesprochen werden kann, das mich unmittelbar und global anspricht. Fuchs spricht auch vom Ausdruckscharakter der Dinge bzw. der Welt (vgl. Fuchs 2016, S. 152), womit die Art und Weise gemeint ist, wie sie anmuten. Auf dieser Grundlage kann nun der Unterscheidung zwischen landschaftlichem und geografischem Raum nachgegangen werden.

Dem pathischen und dem gnostischen Weltverhältnis entsprechen unterschiedliche Räumlichkeiten des Erlebens, die Straus als „landschaftlichen“ und „geographischen“ Raum bezeichnet (SS 335ff.). Die *Landschaft* meint das unmittelbar Erlebte: Sie ist auf mich und meinen Leib zentriert, in Nähe, Ferne und zentrifugale Richtungen gegliedert, vom Horizont umschlossen und erfüllt von Verweisungen, Anmutungen, Physiognomien. (Fuchs 2016, S. 148)

Im Gegensatz zum geografischen Raum, der vom leiblichen Zentrum abstrahiert, das dann nur mehr eine Position unter vielen ist (vgl. Fuchs 2016, S. 148f.), die alle in objektiven Relationen zueinander stehen, deren Entfernung bzw. Distanz durch normierte Längenmaße beschreibbar ist, beschreibt der landschaftliche Raum, wie sich die Umgebung von einem selbst ausgehend

²⁴ Neben den Tabuzonen, durch die der Raum um mich sich mir physiognomisch entgegenformte, findet sich ein weiteres Beispiel im Exkurs ins Gestaltlose, in dem darauf Bezug genommen wird, wie im Cannabisrausch die Ausdruckcharaktere hervortreten können.

darstellt. Ob die Dinge nah oder fern sind, ist nicht allein durch die geografische Entfernung beschreibbar. Obwohl die Entfernung vielleicht minimal ist, kann etwas doch sehr fern sein.²⁵ Dabei muss auch auf das leibliche Können, d.h. auf die eigenen Möglichkeiten der Bewegung, rekurriert werden, was bedeutet, dass landschaftliche Räumlichkeit nicht von Beweglichkeit zu trennen ist. (vgl. Fuchs 2016, S. 144) Dazu aber später mehr.

An dieser Stelle soll noch einmal darauf hingewiesen werden, dass das gnostische und pathische Weltverhältnis keine sich ausschließenden Zugänge zur Welt sind, sondern mehr als sich ergänzende und balancierende Momente zu denken sind. (vgl. Fuchs 2016, S. 153) Nun kann aber diese Balance aus dem Gleichgewicht geraten und eben das geschieht auch in der Zwangsstörung. Straus bemerkt hierzu:

Die reflektierte gnostische Deutung der Welt hat der Zwangskranke noch mit dem Gesunden gemein. Die Abwandlungen des Pathischen versteht er aber gerade so wenig wie dieser. Als Reflektierender ist ihm daher sein eigenes Tun unverständlich, es erscheint ihm unsinnig und wie unter einem Zwang zu geschehen. (Straus 1960, S. 222)

Der Umstand also, dass sich der Zwangsgestörte verrückt fühlt, obwohl er bei klarem Verstand ist, hängt damit zusammen, dass er sich im Sinne von Straus in zwei unterschiedlichen Welten (vgl. Bürgy 2019, S. 81) bewegt und dass die Welt des Pathischen eine immer stärker werdende Macht ausübt, die die gnostische Weltdeutung zurückdrängt, ohne sie aber ganz zum Verschwinden zu bringen. Es wurde bereits darüber gesprochen, dass das pathische Erleben sowohl in unheimlichen, grässlichen, grauenhaften, aber auch in schönen, einladenden, friedlichen Anmutungen bestehen kann. Dies ist aber beim Zwangsgestörten nicht mehr so.

Die Physiognomie seiner Welt ist von Grund auf verändert. Nicht nur der Umstand, daß das Physiognomische eine neue verstärkte Gewalt gewinnt, unterscheidet seine Welt von der des Gesunden. Daß es allein die Physiognomie des Verwesenden ist, daß dem Bösen keine heilsamen Kräfte entgegenstehen, gibt dieser Welt ihr Gepräge. (Straus 1960, S. 220)

Die verstärkte Gewalt des Physiognomischen besteht also darin, dass der Zwangsgestörte sich im Zentrum einer Welt befindet, die den Charakter des „Selbstverständlichen [und] Harmlosen“ (von Gebattel 1954, S. 100) vollständig eingebüßt hat. Für ihn gibt es keinen weiten, ruhevollen Horizont mehr, in dem die Begebenheiten und Verhältnisse ihn nicht betreffen. Stattdessen ist die Welt feindlich gegen ihn gerichtet und formt sich ihm in beängstigenden und drohenden Bedeutungen entgegen. (vgl. von Gebattel 1954, S. 99ff.) Er befindet sich also in einer „heillosen Welt“ (von Gebattel 1954, S. 101), in einer magisch-mystischen Sphäre des Tabus (vgl. von Gebattel 1954, S. 98), d.h. des Verbotenen, Schlechten und Bösen, mit dem

²⁵ „Spaces might be geographically close, and yet they might be experienced as far away if, due to hindrances, they are difficult to approach (van Manen, 1990/2012).“ (Evensen und Standal 2017, S. 2)

die Dinge geladen sind. Diese Ladung bezeichnet von Gebattel in Rückgriff auf Gräbner und Levy-Brühl auch als „Mana“ (von Gebattel 1954, S. 93), was so viel wie Kraft oder Macht bedeutet. Dieses Mana hat beim Zwangsgestörten die Eigenheit, dass es sich lediglich um ein Mana „gefürchteter und bedenklicher“ (von Gebattel 1954, S. 93) Art handelt, um eine „unsichtbare Macht des Verderbens“ und um eine „destruktive Potenz“, die sich durch Berührungen, Gedanken, Ansteckungen etc. übertragen kann, auf einen selbst und die wichtigen Personen im eigenen Umfeld, falls diese bedenkliche Kraft nicht in einem „Gegenzauber“ bzw. einer „magischen Zeremonie“ (von Gebattel 1954, S. 95) im Sinne eines Reinigungsrituals vorübergehend gebannt wird.

Damit sollte nun klarer sein, was Straus mit der Physiognomie des Verwesenden meint. Um es noch deutlicher zu machen, soll zusätzlich auf von Gebattel zurückgegriffen werden, der in diesem Zusammenhang von gestaltfeindlichen bzw. formfeindlichen Mächten spricht, die auf Ungestalt und Auflösung aus sind und für die er den Begriff des „Antieidos“ bemüht. Hiermit sind all jene negativen und destruktiven Tendenzen gemeint, die am Anfang dieser Arbeit als Faktizität des Lebens bezeichnet wurden, also die prinzipielle Verletzlichkeit, Schmerz- und Krankheitsanfälligkeit des Menschen, dessen Tod etc.

Ganz allgemein läßt sich sagen, daß die Welt des Zwangskranken konstituiert wird durch gestaltfeindliche Mächte, deren Inbegriff von uns das „Antieidos“ genannt wurde [...] Nur das Formfeindliche, das, was auf Ungestalt sich zubewegt oder geeignet ist, Ungestalt herbeizuführen, geht bestimmend in die anankastische Welt ein, die durch ihre antithetische Beziehung zur Tageswirklichkeit sich als eine physiognomische oder, wie wir sagen müßten „pseudomagische Gegenwelt“ erweist. (von Gebattel 1954, S. 122f.)

Diese Bestimmungen des Physiognomischen bzw. der pseudomagischen Gegenwelt erlauben es nun zwei weitere Punkte in Hinblick auf die Räumlichkeit von Angst und Zwang besser ins Auge zu fassen. Nämlich die Allgegenwart und die phobische Besessenheit. Mit ihrer Hilfe sollen die bisherigen Einsichten noch weiter vertieft werden.

3.2.3 Allgegenwart und phobische Besessenheit

Die Welt des Zwangsgestörten wurde bis jetzt als eine Welt entdeckt, die der Harmlosigkeit entbehrt, die auf ihn eindringt, ihn beängstigend bedrängt. Sie kann somit auch als eine Welt beschrieben werden, in der Unrast, Hetze, Angst und Friedlosigkeit herrschen. Ständig wird der Zwangsgestörte von den verstörenden Bedeutungen angefallen, die drohen und abstoßen, fühlt sich auf Schritt und Tritt verfolgt, kann aber nicht entfliehen, da der Feind ihm ständig auf den Fersen ist und von überall her auf ihn eindringt. (vgl. von Gebattel 1954, S. 99) Es gibt also

kein bestimmtes *Etwas*, das als „Wovor‘ der Flucht“²⁶ dienen und dem er permanent aus dem Weg gehen könnte. Vielmehr gibt es gar keine Schlupfwinkel, in denen er sich verstecken könnte, keine sicheren Bereiche, da ja die Welt als Ganzes in ihren Anmutungen und Physiognomien ihn verfolgt und hinter ihm her ist. Erinnert sei hier an die Beschreibung im Kapitel 3.2.1, wo von einer nicht näher bestimmbareren Atmosphäre des Unheimlichen und Bedrohlichen gesprochen wurde, die mich umfing, einer diffusen Angst, die als unsicherer Horizont des latent Grauenhaften über mir schwebte. In diesem Zusammenhang wird auch von einer Art von Allgegenwart und phobischer Besessenheit gesprochen. Straus z.B. berichtet von einer Patientin und „ihrer endlosen, angstgeladenen Abwehr. Das, was sie fürchtet und wovor sie sich schützen will, ist allgegenwärtig; es ist überall da, und jederzeit. Wohin sie sich auch wendet, drängt es auf sie zu; an keiner Stelle ist sie davor sicher.“ (Straus 1960, S. 190) Von Gebattel seinerseits spricht von einer „quälenden Allgegenwart im Dasein der Zwangskranken“, von einem „ebenso quälende[n] Nicht-los-kommen“, von einer „phobische[n] Überwältigung“ und von einer „in Grauen, Flucht, abwehrender Beschwörung erlebte[n] Emanation ekelerregenden Unwesens.“ (von Gebattel 1954, S. 86) Die Allgegenwart und die phobische Besessenheit gehen somit Hand in Hand. Das Grauenhafte und Entsetzliche dringt von überall auf den Zwangskranken ein, weil er von ihm besessen ist. Er kommt nicht von ihm los. Es ist der Mittelpunkt des eigenen Denkens, Fühlens und Seins, doch nicht im Sinne einer Zuwendung, sondern im Modus der abwehrenden rituellen Beschwörung bzw. im Versuch der Flucht davor, die notwendig misslingen muss. Das wird sehr gut deutlich, wenn von Gebattel den Phobiker dem Zwangsgestörten gegenüberstellt.

Der Phobiker braucht nur zu Hause zu bleiben und er bleibt von der Manifestation seiner Angstbereitschaft geschützt. Dem Anankasten nützt ein ähnliches Vermeiden des störenden Anlasses nicht, denn die Störung bricht aus dem Grunde seiner Existenz, aus seinem Denken, Phantasieren, Streben hervor und schafft den Anlaß, der dem anderen begegnen muß. Ganz anders also als der Phobiker ist der Anankast ein Verfolgter und Gehetzter. Ihm folgt der Feind auf der Ferse nach und nie weiß er, ob das, was er unternimmt, um mit ihm nicht zusammenzutreffen, nicht gerade ihm, d. h. der Störung durch ihn zum Siege verhilft. Gesiegt nämlich hat seine phobische Besessenheit jedesmal dann, wenn die Maßnahmen, die ihre Abwehr erzwingen sollen, selbst die Konkretisierung des latenten phobischen Zustandes herbeiführen (von Gebattel 1954, S. 89).

²⁶ Fuchs und Micali bemerken treffend: „wenn sich der Angst kein definierter Gegenstand als ‚Wovor‘ der Flucht anbietet, generalisiert sie die Bedrohlichkeit auf die gesamte Umwelt. Die Relevanzstruktur des psychischen Feldes ist nivelliert: Einzig das Drohende oder Schreckliche bietet sich der Wahrnehmung an und beansprucht alle Aufmerksamkeit.“ (Fuchs und Micali 2013, S. 52)

Dieses Zitat verdeutlicht zum einen noch einmal wie die Zwangsstörung sich ausbreiten bzw. exazerbieren²⁷ kann und zum anderen, dass die Abwehr nur ein Ausdruck der Besessenheit ist²⁸, dass es kein Entkommen gibt, dass sich der Zwangsgestörte „gleichsam a priori schon [...] in den Klauen des Dämons [befindet]. Oder wie sonst erklären wir [seine] Neigung, ängstlich Ausschau zu halten, auf der Straße oder wo sonst [er] sich befindet, nach dem, wovor [er] sich am meisten fürchtet?“ (von Gebsattel 1954, S. 87)

Wovor fürchtet sich der Zwangsgestörte nun am meisten? Formal vor der Aktualisierung des Schrecklichen, wie er sich dieses auch immer vorstellt und mit Inhalt füllt. Es geht prinzipiell um die Möglichkeit des Umschlagens von einer latent lauernenden Potenzialität in Aktualität, die auf alle Fälle gebannt werden muss. Und gerade dadurch, dass er die stets drohende Aktualisierung bannt, wird er in den Bann geschlagen. D.h. er entwickelt eine Besessenheit in seinem unabschließbaren Bemühen die Möglichkeit des Eintretens mit allen Mitteln zu verhindern.

Es soll an dieser Stelle noch kurz über die Redeweise der phobischen Besessenheit gesprochen werden, die sich in der Abwehr als einer unmöglichen Flucht ausdrückt. Denn damit wurde eigentlich nur noch einmal die Unterscheidung zwischen Erlebens- bzw. Bedrohungsseite und Ausdrucks- bzw. Abwehrseite wiederholt und in eine neue Terminologie gekleidet. Der Grund für die Verwendung dieser neuen Begrifflichkeit liegt in der inhaltlichen Nähe zu den Themen²⁹ meiner Zwangsgedanken begründet. Nachdem also mit dem nächsten Punkt der Aspekt der Räumlichkeit zum Abschluss gebracht wird, soll eine inhaltliche Bestimmung der Bedrohungsseite vorgenommen und auf mögliche Bedingungen für das Entstehen des Bedrohungserlebens reflektiert werden, bevor danach mit dem Ritual die Abwehrseite verstärkt im Fokus stehen wird.

3.2.4 Gehindertes „Weg!“ – Zum Verhältnis von Raum und Leib

Das gehinderte „Weg!“ greift nun als letzter Punkt die zwangsgestörte Räumlichkeit betreffend auch verstärkt das Verhältnis von Leib und Raum auf. Bevor aber davon die Rede ist, soll noch

²⁷ Micali schreibt hierzu: „In der Angst ändert sich allmählich der Sinn der Antizipation. In der Angstbereitschaft versucht man zuerst, die Gefahr zu antizipieren, um sie besser meistern zu können. Nach einer Weile allerdings führt die Antizipation der Gefahr mit den eigenen antizipierten, ‚inadäquaten‘ Antworten zu einer Selbstgeneration der Angst: Die Antizipation wird so innerer Bestandteil der Angst – als ob sie als Moment des Dispositivs der Angst funktionell zweckmäßig geworden wäre.“ (Micali 2017, S. 45)

²⁸ Von Gebsattel macht das am Beispiel des Todesgedankens fest: „Der Abwehr des Todesgedankens geht ihre Besessenheit von ihm voraus. Diese ist das Grundphänomen des Zwangssyndroms.“ (von Gebsattel 1954, S. 97)

²⁹ Althaus et al. weisen auf Folgendes hin: „Bestimmte Reize oder Themen wie Angst vor Krankheiten oder Vergiftung, Furcht vor aggressiven oder sexuellen Impulsen oder auch vor Unkontrollierbarkeit und Chaos sind [...] deutlich stärker als Verursacher einer Zwangsstörung geeignet als andere.“ (Althaus et al. 2013, S. 93) Um diese wird es dann bei der inhaltlichen Bestimmung der Zwangsgedanken gehen.

einmal kurz rekapituliert werden. Das vorige Kapitel lieferte nämlich schon ein paar Anknüpfungspunkte, von denen ausgehend sich die hier angezielte Thematik entwickeln lässt. Dort wurde z.B. von einer Flucht gesprochen, die notwendig misslingen muss, da das Grauenhafte und Entsetzliche von überall auf den Zwangsgestörten eindringt. In diesem Zusammenhang lässt sich auch die Aussage verorten, dass es kein *Etwas* gibt, das als „Wovor“ der Flucht dienen könnte, dass es vielmehr eine feindlich gegen den Zwangsgestörten gerichtete Welt in ihren physiognomischen Anmutungen ist, die ihn verfolgt und nicht abgeschüttelt werden kann.³⁰ Diese Welt gemahnt daran, dass das Böse in seiner Latenz ständig auf der Lauer liegt und jederzeit unkontrolliert hervorbrechen kann. Mit der Aussage, dass es kein *Etwas* gibt, das als „Wovor“ der Flucht dienen könnte, wurde zudem bereits implizit auf die erstmals von Kierkegaard getroffene Unterscheidung zwischen Furcht und Angst zurückgegriffen, die von etwaigen Autoren übernommen wurde.³¹ Dabei sollen Furcht und Angst nicht als sich ausschließende Gegensätze betrachtet werden, sondern es wird, wenn vom Angstphänomen in dieser Arbeit gesprochen wird, davon ausgegangen, dass es sich um ein vielschichtiges Phänomen handelt, um ein Kontinuum mit vielen Formen und Verläufen, Abstufungen und Graden, um ein Spektrum, in das auch das Bangen, das Grauen, der Schreck und die Furcht gehören.³² Um dieses Spektrum aufzuspannen, soll zunächst von der Angst und der Furcht als den beiden Enden dieses Spektrums ausgegangen und mit Micali angenommen werden, dass wir einerseits in der Furcht ein Objekt haben, das uns deutlich bedroht, wohingegen sich die Angst immer hinter uns ereignet und uns sozusagen im Rücken sitzt. (vgl. Micali 2017, S. 46) D.h.: „Wir können nur versuchen, ihr zu entfliehen, allerdings ohne zu wissen wohin, weil wir sie von keinem Orte herkommend erleben, sodass uns diese Flucht auch nur zufällig mal gelingt, meist misslingt; die Angst bleibt mit uns verhaftet“ (Goldstein zit. nach Micali 2017, S. 46). Auch Goldstein und in seinem Gefolge Micali sprechen also von einer misslingenden Flucht. Und genau dieser Umstand wird auch mit der Bestimmung der „Angst als gehindertes ‚Weg!‘“ (Schmitz 1964, S. 177) zum Ausdruck gebracht. Dieser Begriff geht auf Schmitz zurück. In den nachfolgenden Ausführungen wird aber hauptsächlich auf seine Darstellung durch Fuchs und Micali zurückgegriffen. Sie beschreiben das gehinderte „Weg!“ als einen

³⁰ Interessant ist in diesem Zusammenhang auch die folgende Feststellung von Fuchs: „Unsichere oder ängstliche Menschen erleben die Welt auch dauerhaft näher und somit aufdringlicher als andere.“ (Fuchs 1999, S. 181)

³¹ „Kierkegaard gilt gemeinhin als Urheber der Unterscheidung zwischen der Angst als einem ungerichteten, gegenstandslosen Gefühl und der Furcht, die sich stets auf bestimmte Gegenstände oder Sachverhalte beziehen soll.“ (Demmerling 2013, S. 33)

³² Fuchs und Micali plädieren z.B. auch dafür, dass „die Angst als gradiertes Phänomen zwischen den Polen von reiner Angst bzw. diffuser Bangnis einerseits und konkretisierter, objektgerichteter Furcht andererseits einzuordnen [ist.]“ (Fuchs und Micali 2013, S. 53)

Konflikt zwischen einer leiblichen Einengung und einem gegen sie gerichteten Fluchtimpuls [...] Auf der einen Seite steht also eine in Hals, Brust oder Bauch gespürte Einschnürung und Beklemmung (vgl. die Etymologie von ‚Angst‘: griech. *anchein*: drosseln, würgen; lat. *angor*: Beklemmung), auf der anderen Seite der Versuch, dieser bedrohlichen Enge zu entkommen. (Fuchs und Micali 2013, S. 52)

Es handelt sich hier also um einen unaufhebbaren Antagonismus zwischen zwei Tendenzen (vgl. Fuchs und Micali 2013, S. 52): um einen gehemmten Fluchtimpuls, der nicht nur für die Angst, sondern auch für den Schmerz³³ charakteristisch ist. Dazu aber später mehr. An dieser Stelle soll das Ineinander von bzw. die Oszillation zwischen Weite und Enge bzw. von Nähe und Ferne, die für den gehemmten Fluchtimpuls von Bedeutung ist, im Vordergrund stehen. (vgl. Waldenfels 2015, S. 226) Dazu werden nun die zuvor angesprochenen Begriffe des Grauens und der Bangnis genauer in den Blick genommen, wobei wiederum auf Fuchs und Micali rekurriert wird, die diese Begriffe unter Rückgriff auf Schmitz verwenden, um das Verhältnis von Enge und Weite im Angstphänomen zu bestimmen:

Er [der Ängstliche] deutet alle Vorkommnisse der Situation als feindlich gegen sich selbst gerichtet und wittert gerade im Verborgenen die Gefahr. Es entsteht eine Atmosphäre des Unheimlichen und Unheilvollen [...], die sich zu keiner umschriebenen, gegenständlichen Gefahr konkretisieren will (Fuchs 2010). Zu ihrer Beschreibung hat Schmitz den Begriff der *Bangnis* eingeführt: In ihr nimmt die Umgebung – wie etwa der nächtliche Wald für das Kind – einen feindseligen, verfremdeten und hintergründigen Charakter an. Der Ängstliche sieht sich im Mittelpunkt einer ebenso unbestimmten wie ubiquitären Bedrohung: „Tua res agitur“ (Schmitz 1981b, 283). Bangnis wird ihrerseits zum *Grauen*, wenn sich die unheimliche Atmosphäre um bestimmte Gegenstände verdichtet und zugleich dem Subjekt gefährlich zu Leibe rückt, sich also mit Angst verbindet. „Das Grauen ist demnach eine [...] zwiespältige Erregung, bei der atmosphärisch zerfließende [...] Bangnis mit isolierender, fixierender, ins Enge treibender Angst gleichrangig zusammenwirkt“ (ebd., 288). (Fuchs und Micali 2013, S. 52)

Abgesehen davon, dass Schmitz mit dem Begriff der Bangnis ein Phänomen im Auge hat, das ansonsten von der Unterscheidung Kierkegaards ausgehend eher als diffuse Angst bezeichnet werden würde und mit der Angst das meint, was ansonsten in Richtung Furcht geht, scheint der Begriff des Grauens doch durchaus treffend und geeignet zu sein, um ein Angstphänomen zu beschreiben, das in einer „zwiespältigen Erregung“ zwischen Weite und Enge oszilliert. Im Kapitel Eine fixe Idee wird von einer *ahnungsvollen Weite* die Rede sein, die etwas Beklemmendes an sich hat, was in eine ähnliche Richtung weist. Es könnte in diesem Zusammenhang auch von einem beklemmenden Gefühl der Leere gesprochen werden. Dazu aber mehr an gegebener Stelle. Hier sei noch betont, dass mein Empfinden dieser zwiespältigen Erregung des gehinderten „Weg!“ darin begründet war, dass die Bedrohung von überall auf mich hätte zukommen können. Gerade dieser Umstand war es, der mich in die Enge trieb, ohne

³³ „Beide [Angst und Schmerz] lassen sich als ein gehemmter Fluchtimpuls deuten, als gehindertes ‚Weg!‘, und damit als Erfahrung eines unentrinnbaren ‚Hier‘.“ (Fuchs 1999, S. 74)

dass ich ihm entfliehen konnte. Dem Impuls des „Weg!“ wird nämlich durch den bedrohlichen Umraum, der den Geängstigten leiblich einengt, der Ausweg versperrt. (vgl. Fuchs 1999, S. 105) Deshalb können Fuchs und Micali auch von einer „Ausweglosigkeit“ sprechen, die aufgrund der unmöglichen Flucht zu einem „ziellosten Bewegungsdrang und diffuser Unruhe“ (Fuchs und Micali 2013, S. 52) führt. In meinem Fall drückte sich dieser Bewegungsdrang in meinen Tics aus. Wie bereits besprochen wurde, handelt es sich bei den compulsiven Tics um Ersatzhandlungen. Es kann also gesagt werden, dass das gehinderte „Weg!“ durch ein Wegschieben der Angst mithilfe der Tics ersetzt wurde, um dieser doch irgendwie zu entfliehen.

Nun zum Schluss dieses Kapitels noch ein Wort zur leiblichen Symptomatik. Es wurde schon von der leiblich empfundenen Enge gesprochen und davon, dass der Ängstliche die Welt als näher und aufdringlicher erlebt. Diese Einsichten sollen hier noch ein wenig vertieft werden. Dazu wird noch einmal auf Schmitz zurückgegriffen und auf das Oszillieren zwischen Enge und Weite (vgl. Schmitz 1987, S. 273), wobei Schmitz die Tendenz zur Weite auch als „Weitung“ und die Tendenz zur Enge auch als „Engung“ (Schmitz 1987, S. 273) bezeichnet:

Der Enge gegenüber steht eine Tendenz zu leiblicher *Weite* („Weitung“), die etwa in spürbarer Erleichterung, gehobener Freude, tiefer Entspannung, wohliger Müdigkeit oder auch im ekstatischen Verströmen des Orgasmus erfahren wird. Die konträren Tendenzen zur Enge und zur Weite hin sind in der Regel in einer dynamischen Konkurrenz zusammengebunden (Fuchs 1999, S. 74).

Wenn Fuchs in diesem Zitat von einer „dynamischen Konkurrenz“ spricht, dann kann in meinem Fall gesagt werden, dass diese Dynamik ihre Schwungkraft verloren und sich eher zu einem statischen Zustand verfestigt hat. Damit ist nicht gemeint, dass es zu einer kurzen und vorübergehenden Verlagerung der Verhältnisse kam. Vielmehr ist hiermit ein dauerhaftes Ungleichgewicht angesprochen, ein chronisches Überwiegen der Engung, das zu einer steten Spannung, d.h. einer leiblichen Einschnürung und Beklemmung führte, die für die Angst laut Schmitz ebenfalls charakteristisch ist³⁴, wobei diese Dysbalance das im Kapitel zur magischen Gegenwelt konstatierte Ungleichgewicht zwischen gnostischem und pathischem Erleben widerspiegelt.

Welche weiteren leiblichen Reaktionen können nun aufgrund der bisherigen Ausführungen für mein Angsterleben beschrieben werden? Aufgrund der Oszillation zwischen Enge und Weite kam es zum Beispiel zu Reaktionen wie Schwindel, Hyperventilation und Übelkeit. (vgl.

³⁴ Hierzu Schmitz im Original: „Wenn dabei [im Antagonismus von Enge und Weite] die Engung überwiegt, spreche ich von Spannung, im anderen Fall von Schwellung. [...] Dominanz der Spannung im Verband mit Schwellung ist der gemeinsame Charakter von Konzentration, Beklommenheit, leiblicher Angst und Schmerz“ (Schmitz 1987, S. 273).

Waldenfels 2015, S. 120) Außerdem zeigt sich in der Dominanz der Engung auch das Verhältnis von Raum und Leib noch einmal, indem ihr eine Abschnürung vom gemeinsamen Lebensraum korrespondiert. D.h.: Obwohl in extremer Angst die Welt förmlich auf den innersten Leib zusammenschrumpft (vgl. Fuchs 1999, S. 105), musste ich weiterhin in der gemeinsamen Lebenswelt funktionieren. Niemand durfte bemerken, dass mit mir etwas nicht stimmte. Darum wehrte ich mich mit den Tics gegen die Engung, gegen das Überwältigtwerden durch die Angst³⁵ und erkämpfte mir ruckelnd und zuckend kurze Verschnaufpausen in einem unausgesetzten Kampf. Dadurch stieg die Spannung natürlich nur noch weiter. Fuchs bemerkt in diesem Zusammenhang:

Das Freiwerden heftiger Affekte kündigt sich häufig durch ein muskuläres Zittern, Vibrieren oder aufsteigende, wogende Empfindungen an. Versucht man dann, sich zu beherrschen, so muß man diese leibliche Resonanz unterdrücken oder dämpfen, sei es durch vermehrte Muskelanspannung, Atemanhalten oder auch durch Medikamente. (Fuchs 1999, S. 197f.)

In meinem Fall stand vor allem die Muskelanspannung im Vordergrund, die durch das Ticen noch zusätzlich in die Höhe getrieben wurde, sodass aus der konstanten Angstabwehr ein leiblicher Dauertonus resultierte, der zu psychosomatischen Symptomen führte (vgl. Fuchs 1999, S. 198), die später noch eingehender beschrieben werden. Jetzt aber wird es, wie angekündigt, erst einmal um die inhaltliche Bestimmung meiner Zwangsgedanken gehen.

3.3 Inhaltliche Bestimmung der Zwangsgedanken (Die Bedrohungsseite)

3.3.1 Von Monstern und Ungeheuern – Die Agenten des Antieidos

Wenn im Kapitel zur Allgegenwart und phobischen Besessenheit von einer inhaltlichen Nähe der dort verwendeten Begrifflichkeit zu den Themen meiner Zwangsgedanken gesprochen wurde, dann waren damit Begriffe wie Besessenheit, Dämon etc. gemeint. Am Ende des Kapitels zur Topologie des Zwangs war auch schon von den Agenten des Unheilvollen oder der Devianz die Rede. Als Beispiele wurden Teufel, Dämonen und Hexen genannt. Diesen müssen in meinem Fall Vampire, Zombies, Aliens, Mumien, beseelte Mörderpuppen, Geister, Schatten und etliche Märchen- und Sagengestalten hinzugefügt werden. Es handelt sich hier also um das Who's who aller über-, unter-, un- und außerirdischen Ungeheuer oder Monster,

³⁵ In anderen Worten musste ich mich gegen die lähmende Wirkung der Angst wehren, dagegen nicht in die Enge des eigenen Körpers getrieben zu werden und ohnmächtig der drohenden Gefahr ausgeliefert zu sein. (vgl. Fuchs und Micali 2013, S. 52) Eine Schilderung wie diese Anstrengung versagt, findet sich im Kapitel 3.3.2.

also um Repräsentanten³⁶ des Antieidos bzw. der gestaltfeindlichen Mächte, die im Verborgenen ihr Unwesen trieben.

Vor allem die Dämonen hatten mich damals in Angst und Schrecken versetzt, denn sie waren es, die die Leute heimsuchten und von ihnen Besitz ergriffen, übernatürliche Wesen mit ungeahnten Kräften, die plötzlich und unerwartet erscheinen, fantastische Personifikationen des Irrationalen, Fürchterlichen und Unvorhersehbaren. (vgl. Kearney 2003, S. 31) Aus heutiger Sicht ist es paradox, dass ich nichts so sehr fürchtete wie von einem Dämon besessen zu werden und dabei nicht bemerkte, dass ich schon besessen war, indem ich in meiner „apotropäische[n] Verehrung“ (Koch 2013, S. 14) die übernatürlichen Mächte zum Fetisch erhob und ihnen als falschen Göttern huldigen musste.

Angefangen hatte die Sache mit den Monstern und Ungeheuern in meiner Kindheit. Eine meiner frühesten Erinnerungen diesbezüglich ist ein sich täglich wiederholender Traum, der sich um den Keller drehte, zu dem es direkt hinter meiner Kinderzimmertür die Treppen hinunterging. Der Keller oder dieses Königreich des Dunkeln war für mich unbekanntes Land, da gab es verschlossene Türen, hinter denen unbekannte Räume lagen, in denen alles Mögliche lauern konnte. D.h., dass ich schon damals, vor jeder Zwangssymptomatik, eine Obsession entwickelt hatte. Denn ich musste vor dem Einschlafen immer genau hinhören und versuchen die Geräusche, die aus dem Keller kamen, einzuordnen, also zu bestimmen, ob es sich um eine mögliche Gefahr handelte, fand dabei aber keine Begriffe und Erklärungen. Vielleicht oder sogar wahrscheinlich fing ich an mir manche der Geräusche sogar einzubilden, während ich von Schreckensszenarien überflutet wurde, die um im Keller gefangene Monster kreisten, die nur darauf warteten mich in die Tiefe zu ziehen, um mit mir Udenkbares anzustellen. Und genau ein solches Szenarium entfaltete sich Nacht um Nacht auch in meinen Träumen: Ich stand vor dem geöffneten Gatter, das untertags geschlossen war, da meine Eltern befürchtet hatten, ich könnte als Kleinkind die Treppen runterfallen. Nun aber war der Weg nicht mehr versperrt und etwas bahnte sich den Weg aus den dunklen Tiefen zu mir herauf. Unkenntlich

³⁶ Wenn hier von den Repräsentanten des Antieidos die Rede ist, dann wird auf die bereits getroffene Unterscheidung zwischen Angst und Furcht zurückgegriffen, wobei sich auch an dieser Stelle zeigen lässt, dass es sich nicht um Gegensätze, sondern um ein Kontinuum bzw. ein Ineinanderspielen handelt. Das Antieidos ist ja der Inbegriff des Ungestalteten und Formlosen und somit das, was als Gestalt- oder Gegenstandslosigkeit der Angst bezeichnet werden kann. Nun erfährt diese Gegenstandslosigkeit aber eine Repräsentation, also eine Vertretung oder Darstellung. Hierbei handelt es sich nicht um einen Widerspruch, sondern wie Waldenfels treffend bemerkt: „Keine Angst tritt auf ohne die Tastatur der Furcht, keine Furcht ist frei von untergründiger Angst. Die Unbestimmtheit der Angst gliche der Nacht, in der alle Kühe schwarz sind, würde sie sich nicht in bestimmten Figuren des Furchterregenden niederschlagen.“ (Waldenfels 2015, S. 148) Es lässt sich demnach nur analytisch zwischen Angst und Furcht unterscheiden. Konkret spielen beide ineinander, indem die „Furcht regelmäßig den Versuch [bildet], an der Vorstellung gelungener Repräsentierbarkeit festzuhalten, während die Angst deren Scheitern verkörpern soll.“ (Tuschling 2013, S. 47) In der Phantasie des Geängstigten kommt es daher zu der bereits angesprochenen Blitzartigkeit undeutlicher und flüchtiger Vorstellungen, die zwischen Gestaltung und Auflösung changieren.

und nur schemenhaft, sodass ich es nicht genau erkennen konnte, in meinem Entsetzen vielleicht auch gar nicht erkennen wollte. Starr vor Angst stand ich da und wurde gepackt. Da schrak ich aus meinem Traum auf, immer noch angsterfüllt und mit dem sehnlichsten Verlangen nach Sicherheit und Geborgenheit. Um mich aber in die Mitte zwischen Vater und Mutter³⁷ zu flüchten, musste ich aus meinem Zimmer raus und an der Treppe vorbei. Ich öffnete also meine Tür einen Spalt breit, spähte hinaus, nahm meinen Mut zusammen und huschte im richtigen Moment schnell ins gleich gegenüberliegende Zimmer meiner Eltern. Irgendwann suchte mich der Traum dann nicht mehr heim, hatte aber die Angst vor dem Übernatürlichen, dem Uneinordenbaren und Unvorhersehbaren, zurückgelassen.

3.3.2 Angst vor Krankheit, Leid und Tod

Mit diesen Ängsten verbanden sich jene vor Krankheit, Leid und Tod.³⁸ Ich erinnere mich z.B. an eine Episode aus dem zweiten Semester. Bei meinem Onkel war Krebs diagnostiziert worden und es stand sehr schlecht um ihn. Ich kam eines Abends über das Wochenende nach Hause zu meinen Eltern und diese standen mit bedrückten Gesichtern bereits in der Tür und verkündeten mir die Hiobsbotschaft. So nah waren die Befürchtungen noch nie an mich herangerückt. Ich verkroch mich in meinem Zimmer und versuchte mich unter Kontrolle zu bringen, meine Gedanken kommen und gehen zu lassen und an keinem hängen zu bleiben oder Anstoß zu nehmen. Aber ein unbestimmtes Ziehen kam dazwischen.³⁹ Es drängte sich immer mehr auf, bohrte sich in Bein und Schulter und stieß peinigende Gedanken an, die immer plastischer wurden und mich so lange drangsalierten, bis es nicht mehr länger auszuhalten war. Explosiv schleuderte ich mit überbordenden Bewegungen um mich und tigte völlig aus, versuchte mit allen Mitteln die Angst von mir zu weisen. Es gelang aber nicht. Keine geweihte Handlung konnte das Heil der Welt wiederherstellen. Ich fühlte die dunklen Mächte herannahen. Die Ecke brannte sich in meinen Kopf hinein. Nun würde mich bestimmt das gleiche Schicksal wie meinen Onkel ereilen. Ich rastete weiter aus, bis auf Anschlag, bis nichts mehr ging und ich mich am Ende meiner Kräfte in das scheinbar Unabänderliche fügte. Ich saß verloren auf meinem Bett und allmählich breitete sich eine kühle Ruhe in mir aus. Mir wurde immer kälter, bis mich Schüttelfrost packte und eine Schwäche, wie ich sie noch nicht

³⁷ Meine Eltern ihrerseits stellten die Repräsentanten der heilen Welt dar, in der noch alles in Ordnung war. Dazu dann mehr im Kapitel 3.4.3.

³⁸ „Bekanntlich ist die Vorstellung von der Krankheit als einem fremden Agens, einem Dämon oder einem Fremdkörper, der in den Körper eingedrungen ist, in ursprünglichen Kulturen weit verbreitet“ (Fuchs 1999, S. 131). Gefundenes Fressen für mein magisches Denken, durch das sich mein Angst- und Zwangskomplex immer weiter assoziativ vernetzte und tabuisierend ausbreitete.

³⁹ Mittlerweile hatten die Anspannung und das Krampfen auch zu körperlichen Symptomen geführt, wobei ich damals noch nicht begriff, dass sie darauf zurückzuführen waren. Stattdessen ängstigte ich mich in meiner Ahnungslosigkeit vor dem vermeintlichen Ausbruch einer womöglich tödlichen Krankheit.

erlebt hatte. Da war mir klar, dass das Ende bevorstand und mit Furcht und Zittern erwartete ich das herannahende Übel.

Neben diesem Beispiel wurde in der Schilderung im Kapitel 3.1 ja auch schon von der Ungewissheit gesprochen, ob das Brennen am Hinterkopf, das scheinbar durch den böswilligen Blick, der aus der Alphazone auf mich gerichtet war, verursacht wurde, nicht als ein Anzeichen für einen möglichen Tumor verstanden werden musste. Generell lässt sich mein Verhältnis zur Krankheitsanfälligkeit demnach als ein hypochondrisches Beschreiben. „Im Hintergrund der Hypochondrie nämlich steht das Bewusstsein, als leibliches Wesen grundsätzlich krankheitsanfällig und verletzbar, ja sterblich zu sein, sodass jeder banale Schmerz prinzipiell schon die Möglichkeit tödlicher Krankheit andeuten kann.“ (Fuchs 2011, S. 569)

Ein weiteres Mal also geht es um die Bedeutung des Möglichen für mich. Im Kontext von Krankheit und Tod lässt sich diese Bedeutung wie folgt formulieren: „Gesundheit bedeutet [...] nur noch, das [sic!] bestimmte Krankheitsrisiken noch nicht von Potenzialität in Aktualität umgeschlagen sind“ (Koch 2013, S. 10). Dabei versuchte ich mir ständig phantasierend das *Wo*, *Wie*, *Wann* und *Warum* des möglichen Ausbruchs auszumalen, machte dabei aber immer wieder die Erfahrung der Unvorhersehbarkeit, die zuletzt noch das Ob-überhaupt offenlassen musste. Ähnliches gilt auch vom Tod. Zwar ist dieser in seinem *Dass*, d.h in seiner Faktizität gewiss, bleibt aber in seinem *Wo*, *Wann*, *Wie* und *Warum* ebenfalls offen und kann jederzeit unerwartet eintreten. Gerade diese Gewissheit des Verlustes des eigenen Lebens bzw. des Verlustes meiner Lieben, die drohend in ihrer unerwartbaren Unausweichlichkeit über mir schwebte, ließ mich auch vor diesem fürchterlichen Gedanken zurückschrecken, der für Zwangskranke ein imminentes Thema darstellt.

Skoog findet 1965 bei über 70 % der von ihm gezielt befragten Zwangspatienten verunsichernde Todesmotive (Skoog, 1965) und Schwidder sieht 1972 in einem Tod, der jederzeit unerwartet hereinbrechen kann, die zentrale Bedrohung des Zwangskranken (Schwidder, 1972). (Bürgy 2019, S. 81)

So wird sogar vom „thanatophoben Zwangskranken“ gesprochen, der „versucht Zeit und Vergänglichkeit aufzuhalten und [...] dadurch zusehends unter den Druck seines verstreichenden, ungelebten Lebens [gerät].“ (Bürgy 2019, S. 83) Dazu aber mehr, wenn es um die Zeitlichkeit des Zwanges (Kapitel 3.6) und im Kapitel 7.2 um die Komorbidität von Zwangsstörung, Depression und Melancholie gehen wird.

3.3.3 Sexuelle und aggressive Gedanken

Ein weiteres besorgniserregendes Thema waren sexuelle und aggressive Gedanken. Dieses Themenfeld wurde vor allem von der Psychoanalyse eingehend beschrieben als dunkles

Triebgeschehen, „etwas in mir, das sich meiner Kontrolle entzieht und mich ohne mein Wollen bewegt.“ (Fuchs 1999, S. 189) Wenn ich z.B. als Kind meine Augen schloss, dann war da Dunkelheit und aus dieser Dunkelheit konnten Bilder aufsteigen, bzw. Impulse sich aufdrängen, die ich nicht als mir selbst zugehörig anerkennen konnte. Über die Gründe dafür wird gleich gesprochen. Hier gilt es festzuhalten, dass ich „leibliche Regungen, Gefühle, Trieb- und Willensimpulse nicht als [meine] Innerlichkeit, sondern als von außen [mich] überkommende und ergreifende, schicksalhafte und numinose Mächte [erlebte].“ (Fuchs 1999, S. 22) Ich stand ihnen als dämonischen, fremden, bedrohlichen und ergreifenden Mächten gegenüber. (vgl. Fuchs 1999, S. 81 und 229) Sie stellten für mich Intrusionen dar, „ich-dystone“ (Fuchs und Broschmann 2017, S. 1258) Inhalte, die fernab meines eigentlichen Selbst in ihrer Fremdartigkeit persistierten und mit denen ich mich deshalb unmöglich identifizieren konnte.⁴⁰ Anders ausgedrückt kündigte sich in mir ein unheimliches und unkontrolliertes Chaos an, das mit den Vorstellungen, die ich mir von meinem Selbst machte, nicht vereinbar war.⁴¹ Ich wollte doch nichts anderes als gut sein. Trotzdem dachte ich böse Gedanken und stellte mir Bilder und Szenen vor, in denen ich „andere Menschen mit Messern, Scheren oder anderen Gegenständen“ (Althaus et al. 2013, S. 43) verletzte oder sie, vielleicht sogar meine Eltern, tötete, bzw. mich an jemandem sexuell verging. Natürlich sind solche Gedanken nicht sehr angenehm. Vielleicht gehen sie sogar mit einem flüchtigen Impuls in Hinblick auf ihre Aktualisierung bzw. Realisierung einher. Aber pathologisch sind sie keinesfalls. Sie gehören einfach zum gesamten Spektrum menschlichen Denkens und Empfindens. Was sie pathologisch macht, ist ihre Bewertung als nicht tolerierbar bzw. unzulässig und die damit einhergehende Reaktion, bzw. Response (Abwehr), womit nun die Gründe und Bedingungen für das Entstehen einer Zwangsstörung erörtert werden können.

3.4 Mögliche Gründe und Bedingungen für das Entstehen einer Zwangsstörung

3.4.1 Veränderung in der Risikoeinschätzung und im Verantwortungsgefühl

Es sind vor allem zwei Bewertungsprozesse, die für das Entstehen von Zwangsgedanken eine zentrale Rolle spielen: „Mögliche negative Folgen werden als Gefahr für sich und andere

⁴⁰ Mit Bürgy kann auch gesagt werden, dass die Zwangsgedanken in ihrer Fremdartigkeit nicht ins Selbstkonzept integriert werden können (vgl. Bürgy 2005, S. 299), wodurch es zur Selbstdissoziation kommt. (vgl. Hoffmann 2005, S. 9)

⁴¹ Siehe dazu das Kapitel 3.4.4 und den dort formulierten Gedanken der Vervollkommnung und Vollendung des Lebens in einer restlos aktualisierten Selbstpräsenz.

überschätzt, ebenso die persönliche Verantwortung für diese Gefahr und deren Verhinderung.“ (Lang 2017b, S. 46)

Als erstes zur verzerrten Gefahren- bzw. Risikoeinschätzung: Wie schon besprochen, habe ich versucht „am unmöglichen Wunsch fest[zu]halten, durch eigenes Tun oder eigenes Vermeiden die Gefahren, die dem eigenen Menschsein als solchem immanent sind, besiegen zu können.“ (Holzhey-Kunz 2017, S. 142) Ich konnte nicht mit der Tatsache umgehen, dass ich immer nur relativ sicher war, „dass Fehler, Unfälle und Katastrophen in dieser Welt leider nie mit hundertprozentiger Sicherheit vermeidbar sind“ (Althaus et al. 2013, S. 48f.). Ich befürchtete dauernd das Schlimmste, das immer und überall lauerte, in der Welt und in mir.⁴² Nichts wäre schlimmer für mich gewesen, als jemand anderen dadurch zu schädigen, dass ich nicht richtig aufgepasst und eine meiner destruktiven Regungen nicht mehr hätte kontrollieren können. Ein Fehler oder eine kleine Unaufmerksamkeit und ich würde an diesem Moment mein Leben lang kleben. Es wäre nicht mehr rückgängig zu machen.

Die Welt war also unsicher und so war es das eigene Handeln. Egal was ich tat, ein Restrisiko blieb immer bestehen, ein Restzweifel, ob nicht trotz all der Maßnahmen, die ich ergriffen hatte, das Schreckliche doch eintreten würde. In diesem Sinne schreiben Althaus et al.:

Zwangserkrankte Menschen haben oft eine fundamental andere Risikoeinschätzung von Gefahr als ihre Mitmenschen: Sie vermuten, dass als Folge eines persönlichen Fehlers ein schreckliches Ereignis eintreten könnte. Auch bei sorgfältiger Planung fürchten [sie] sich vor einem winzigen Restrisiko, das sie so in Unruhe versetzt, dass nur eine ausgiebige Kontrolle sie wieder beruhigen kann. (Althaus et al. 2013, S. 48)

Die verzerrte Risikoeinschätzung steht also in einem gewissen Zusammenhang mit dem eigenen, übermäßigen Verantwortungsgefühl. Wie gesagt: nicht nur die Welt ist unsicher, auch das eigene Handeln muss in Zweifel gezogen werden. Es könnte außer Kontrolle geraten, Darum darf es keine Sekunde aus den Augen werden, aus „Angst, durch vermeintliche Fehler (z. B. durch das Übersehen bestimmter Details) schreckliche Folgen zu verursachen und dafür verantwortlich zu sein.“ (Althaus et al. 2013, S. 37f.) Zur Ursache dieses übertriebenen Verantwortungsgefühls lässt sich sagen, dass es einerseits aus überzogenen und rigiden Moralvorstellungen resultiert, die es nicht erlauben das bereits angesprochene volle Spektrum menschlicher Vorstellungen und Regungen zu akzeptieren:

Bei zwangsgestörten Patienten scheint es nun so zu sein, dass sie auf der Grundlage ungünstiger Grundhaltungen bereits die vorurteilsfreie Betrachtung der gesamten Bandbreite an produzierten Ideen als potentiell gefährlich bewerten. [...] Viele Zwangspatienten bewerten aggressive Gedanken auf der Basis ihrer hohen moralischen Ansprüche als derart negativ, unzulässig und

⁴² „Der Zwangskranke aber mißtraut sich selbst nicht weniger als der Welt.“ (Straus 1960, S. 214)

verwerflich, dass sie mit Unruhe, Angst und depressiven Verstimmungen darauf reagieren. (Althaus et al. 2013, S. 96f.)

Andererseits kann ein solches Verantwortungsgefühl, da es einer realistischen Grundlage entbehrt, nur erklärt werden, wenn es in Zusammenhang mit dem bereits beschriebenen magischen Denken gebracht wird. Die potenzielle Gefährlichkeit der Gedanken beruht nämlich auf der

psychologischen Vermischung von Gedanken, Gefühlen und Handeln [...] Während Menschen in aller Regel wissen, dass ein Gedanke allein noch nichts damit zu tun hat, ob man tatsächlich in einer bestimmten Art und Weise handeln wird, erleben viele zwangskranke Menschen einen schlechten negativen Gedanken so, als hätten sie bereits auf diese Weise gehandelt oder wären unmittelbar in der Gefahr, genau so zu handeln [...] Für den Patienten sind der Gedanke einer Handlung und die Handlung selbst moralisch äquivalent. (Althaus et al. 2013, S. 98f.)

Das heißt: „In der Phantasie des Patienten werden Gedanken oft wie Taten behandelt, ihnen wird eine magische Bedeutung zugesprochen: Gedanken können töten, schuldig machen, Unheil bringen, wieder gutmachen, verzaubern.“ (Lang 2017b, S. 18) Für mich bedeutete dies, dass ich im Mittelpunkt der eigenen magischen Welt die volle Verantwortung dafür trug die Geschehnisse rituell so zu lenken, dass niemandem etwas Böses zustieß. Erinnerung sei hier an die anfängliche Schilderung, in der davon die Rede war, dass ich mit dem Ritual das Böse ja nicht nur von mir, sondern auch von meiner Familie, meinen Freunden und all den unbekannten Seelen im Universum abwenden wollte.

3.4.2 Der gehemmte Rebell

Um das übertriebene moralische Verantwortungsgefühl noch besser zu verstehen und auch den Konflikt, den es mit seinen destruktiven und amoralischen Widersachern auszutragen hatte, soll nun noch einmal die psychoanalytische Deutung der Zwangsstörung im Fokus stehen, vor allem Lang und seine Bestimmung des Zwangsgestörten als „gehemmten Rebellen“ (Lang 2017b, S. 29), da diese die ambivalente Situation, in der ich mich damals befand, treffend wiedergibt:

[D]as Ergebnis der Einfügung des späteren Zwangsneurotikers in die menschliche Ordnung ist dergestalt, dass er *in seinem Verhältnis zu dieser Ordnung, repräsentiert zunächst durch die primären Anderen, zutiefst ambivalent ist*. Er unterwirft sich dieser Ordnung, gibt sich ihr gegenüber als angepasst, ja, devot, und zugleich geht sein Streben dahin, diese Ordnung, von der er sich dressiert und kaserniert fühlt, zu beseitigen. Die Erfüllung seiner Wünsche, z.B. die Erlangung von Autonomie, kann er nur in der Destruktion dieser Ordnung und ihrer Repräsentanten phantasieren. Was die Repräsentanten angeht, so betrifft diese Rebellion auch den göttlichen Gesetzgeber selbst. Der Zwangsneurotiker ist der Gotteslästerer und phantasierende Frevler schlechthin. Zwangsimpulse, Zwangsvorstellungen, das Sakrale zu entweihen, den „himmlischen Vater“ zu schmähen, in den Schmutz zu ziehen, gehören per se zur Geschichte der Zwangsneurose. In diesem Todeswunsch [seines Herrn] scheint die Aggressivität des Zwangsneurotikers begründet, aus ihm resultieren seine mächtigen Schuldgefühle und Ängste. Denn nichts macht ihm mehr Angst, als dass sein Begehren erfüllt werden könnte, muss er doch die Vergeltung des Talion-Gesetzes, dieses Negativs des universalen Tauschgesetzes, fürchten. Deshalb muss der Zwangsneurotiker ständig seine Wünsche und Gefühle kaschieren,

„verdrängen“, „verschieben“, „isolieren“ und „ungeschehen machen“, für seine Todsünden Buße tun, sich im magischen Ritual reinwaschen – weil sonst Vernichtung und Verdammnis drohen. (Lang 2017b, S. 46f.)

Aus diesem Zitat sollen nun folgende Stichpunkte herausgegriffen werden: die menschliche Ordnung, die durch die primären Anderen repräsentiert wird, sowie die Autonomie, Aggression und Destruktion.

Auch wenn es im Zitat nicht angesprochen wurde, so ist mit der Aggression und Destruktion implizit das freudsche Es gemeint, das ganz amoralisch ist, und mit der Ordnung natürlich das Über-Ich, das hypermoralisch und genauso grausam⁴³ werden kann wie das Es. (vgl. Waldenfels 2007, S. 350) Traditionell wurde demnach der dem Zwangsgestörten zugrundeliegende Konflikt auch als „Überich-Es-Konflikt“ (Lang 2017b, S. 26) bzw. als „Trieb-Abwehr-Konflikt“ bezeichnet. Dabei werden „[a]ggressive oder sexuelle Triebregungen [...] durch eine rigide, Schuldgefühle hervorrufende Gewissensinstanz abgewehrt, was zu typischen Kompromissbildungen⁴⁴ in Form von Zwangssymptomen führt.“ (Lang 2017b, S. 24) Lang reformuliert diesen Konflikt folgendermaßen:

Werden die Tendenzen zur Autonomie und Selbstkontrolle durch einen überzogenen Erziehungsstil zu sehr restringiert, der selbst wiederum rigide Normvorstellungen gesellschaftlicher Provenienz spiegeln kann, besteht die Gefahr des Aufbaus eines „sadistischen“ Überichs. [...] So muss der Zwangskranke ständig seine „triebhaften Bedürfnisse“ und entsprechenden Gefühle durch Abwehrmechanismen „*kaschieren*“, „*verschieben*“, „*isolieren*“, „*rationalisieren*“ und „*ins Gegenteil verkehren*“, Andeutungen der Erfüllung „*ungeschehen machen*“, sich in magischen Ritualen rein waschen. [...] „Spontaneität, Eigenwille, lebhaftes Motorik müssen früh unterdrückt und mit Angst und Schuldgefühlen abgewehrt werden“ (Hoffmann 1986). [...] Strukturell kann man deshalb den Zwangsneurotiker als *gehemmten Rebellen* (Lang 1986a) bezeichnen. Neben dem „klassischen“ Überich-Es-Konflikt findet sich so die Zwangsstörung vor allem durch den Konflikt „*Autonomie versus Fügsamkeit*“ strukturiert. (Lang 2017b, S. 29)

Diese Analyse Langs trifft auch auf meine kindliche Situation zu. Ich habe eine sehr behütete Kindheit verbracht. Meine Eltern vertraten zwar hohe und strenge moralische Werte. Aber ich war vor dem Draußen und seinen Gefahren sicher, eingehegt und abgeschirmt im heilen Horizont meiner Kinderwelt, in der alles in Ordnung war und die von meinen Eltern bewacht und geschützt wurde. An dieser Stelle sei an das Gebet erinnert, das meine Mutter lange jeden

⁴³ „Das Über-Ich des Zwangsneurotikers ist immer in besonderem Maße streng, hart, grausam, unnachgiebig, verfolgend.“ (Bürky 2000, S. 203) Außerdem kann es ebenso fremd wirken wie das Es, indem es als Gewissen „dem Subjekt als unbestechliche, von seinen Wünschen und Triebregungen unabhängige, ja fremde Macht gegenüber[tritt]“ (Fuchs 1999, S. 292).

⁴⁴ Einen interessanten Gedanken, den Lang in diesem Zusammenhang anstellt, ist, dass der Zwang „[i]n seiner Doppelgesichtigkeit von ständig unruhestiftenden Impulsen und entsprechend repetitiver Abwehr [...] ständige Rebellion und stetige Bewahrung [ermöglicht.]“ (Lang 2017b, S. 35f.) Er rekurriert auch auf Cooper, um diesen Gedanken weiter auszuführen. Cooper schreibt dazu „Thus obsessional thinking is developed as a defence against loss, an attempt within the psyche to create a situation where nothing is given up, symbolized by the alternating opposing thoughts which never got resolved.“ (Cooper 2000, S. 412)

Abend vor dem Einschlafen mit mir auf sagte und um das sich mit der Zeit mein Zwangsritual herum aufbaute. Es sollte einleuchten, wie die jahrelange Suggestion ein braves Kind sein zu müssen, mit einem kleinen Herz, in das niemand außer dem Jesulein hineindarf, dazu geführt hat, die Welt unter den Gesichtspunkten gut vs. schlecht, eigen vs. fremd und damit drinnen vs. draußen aufzufassen. Auch sei noch erwähnt, dass ich nichts so sehr liebte wie meine Mutter, aber auch nichts so sehr fürchtete. Ihr strafender Blick und ihr strafendes Schweigen wurden zum Sinnbild meiner Gewissensangst.

3.4.3 Alles in Ordnung?

Es gibt also einen Zusammenhang zwischen der Ordnung und dem Drinnen vs. Draußen, der nun mit Waldenfels eingehend beschrieben werden soll. Wenn Waldenfels von Ordnungen spricht, dann geht er immer von „kontingenten, begrenzten Ordnungen aus, die stets eines ermöglichen, indem sie anderes verunmöglichen [und das], was sich jenseits der Ordnungsschwelle abzeichnet, niemals völlig in die jeweilige Ordnung integrieren [können].“ (Waldenfels 2015, S. 226) Dies besagt, dass Vorstellungsinhalte und Handlungen mit der Ordnung vereinbar sein müssen, um als gerechtfertigt und vertretbar zu gelten. Nur insofern dies gegeben ist, handelt es sich um wirkliche Möglichkeiten des Denkens und Handelns innerhalb der Ordnung. Alles, was darüber hinausgeht, geht in Richtung Unmöglichkeit im Sinne des Verbotenen und Unvorstellbaren, an das am besten gar nicht gedacht werden sollte. Es wird somit eine „Grenze des Intelligiblen [installiert], d.h. des innerhalb dieser Ordnung Fass- und Präzizierbaren. Jenseits dieser Grenze befindet sich dann dasjenige, was mit Bernhard Waldenfels als das Außerordentliche bezeichnet werden kann.“ (Wehrle 2021, S. 2) Dieses Außerordentliche wird von Waldenfels auch als Fremdes bestimmt, das dem Eigenen gegenübergestellt wird und auf der Unterscheidung zwischen einem Drinnen und einem Draußen beruht: „Wir haben das Ordnungsgeschehen von einer Grenzziehung her gedacht, die in gleichzeitigen Ein- und Ausgrenzungen ein Drinnen und Draußen entstehen läßt. Daraus erwächst eine extraordinäre Form der Fremdheit“ (Waldenfels 2007, S. 251f.). Schließlich kann diese Differenz zwischen Drinnen und Draußen aber auch in das eigene Innere wandern: „Dem entspricht die Vorstellung eines ‚inneren Auslandes‘ (GW XV, 62), desgleichen die eines ‚Unheimlichen‘, das ‚heimlich‘ im ‚Heimischen‘ auftaucht und von daher eine besondere Ambivalenz offenbart.“ (Waldenfels 2007, S. 335) Diese Ambivalenz kann gut am Begriff des Heimlichen festgemacht werden, der anhand von Kearney thematisiert werden soll, welcher seinerseits auf Freud zurückgreift, laut dem das Heimliche, indem es vor den anderen und einem selbst versteckt wird

comes to have the meaning actually ascribed to *unheimlich* . . . Thus *heimlich* is a word the meaning of which develops in the direction of ambivalence until it finally coincides with its opposite, *unheimlich*. *Unheimlich* is in some way or other a sub-species of *heimlich*. (Freud zit. nach Kearney 2003, S. 74)

Beim Heimlichen handelt es sich also um Bewusstseinsinhalte, Regungen, Triebe und Impulse, die man vor anderen und vor sich selbst versteckt bzw. unterdrückt, abwehrt und verdrängt und das so lange, bis sie einem selbst fremd und unheimlich werden. „In other words, *das Unheimliche* is the obverse of *das Heimlich* [sic!], arising when the latter becomes so privy or surreptitious that it disappears from consciousness altogether, slipping beneath the bar of the unconscious. The intimate becomes *so* intimate that it becomes strange.“ (Kearney 2003, S. 74) Über diesen Prozess kommt es also zu einer zunehmenden Entfremdung im und vom eigenen Selbst oder wie es Waldenfels in Anlehnung an Freud ausdrückt: „Die Fremdheit im eigenen Hause nimmt zu.“ (Waldenfels 2007, S. 346)

Die Erfahrung des Ungeheuren oder Monströsen, die im Kapitel 3.3.1 beschrieben wurde, kann nun auf diesem Hintergrund wie folgt näher bestimmt werden. Kearney macht als Wurzel für das Wort *Monster* die beiden Verben *monere* (warnen) und *monstrare* (zeigen) aus. (vgl. Kearney 2003, S. 34) Zusätzlich geht er davon aus, dass das Monströse und Ungeheure eine spezifische Erfahrung des Unheimlichen darstellen. (vgl. Kearney 2003, S. 35) Auf der Grundlage der bisherigen Ausführungen kann mit Kearney die unheimliche Begegnung mit dem Monströsen also wie folgt bestimmt werden:

The *unheimlich* encounter with the monstrous is a revelation not of the wholly other but of a repressed otherness within the self. The monster, as personification of the *unheimlich*, stands for that which has broken out of the subterranean basement or the locked closet where it has been hidden and largely forgotten. (Kearney 2003, S. 35)

Wie bereits beschrieben habe ich in meiner Kindheit alle meine Ängste in den Keller projiziert. Das mag daran gelegen haben, dass meine Eltern Angst davor hatten, ich könnte die Treppen hinunterstürzen und tödlich verunglücken. Einmal angefüllt mit all meinen Befürchtungen und Ängsten wurde der Keller als Ort des Unheimlichen das *Woher* der Heimsuchung, von wo aus ich in Form von Monstern und Ungeheuern verfolgt wurde. Nur war ich damals nicht bereit die Warnung bzw. Botschaft, die davon ausging, zu verstehen, wodurch die Fremdheit und Entzweiung nur weiter zunahm. Diese Botschaft bestand nun einerseits darin, dass „the monstrous signals the eruption of the unpredictable“ (Kearney 2003, S. 97). D.h.: das Monströse und Ungeheure warnen vor dem, was passieren könnte, wenn die Unvorhersehbarkeit und Unbeherrschbarkeit des Lebens nicht akzeptiert wird. Es geht also darum, dass nicht nach kompletter Kontrolle über alles, was begegnet, streben sollte, wer sich, in diesem verzweifelten Versuch eine 100%ige Sicherheit zu gewinnen, nicht selbst gefährden will. (vgl. Lang 2017b,

S. 31) In diesem Sinne erinnern uns die Monster und Ungeheuer auch daran, dass „the ego [...] is never wholly sovereign. [...] Each monster narrative recalls that the self is never secure in itself.“ (Kearney 2003, S. 3) In der unheimlichen Begegnung mit dem Ungeheuren offenbart sich „an alterity within identity [that] offers a useful means of *depathologizing* the alien. A gap is now located within the presumed homogeneity of human consciousness, the other at long last being admitted as an integral inhabitant of the self.“ (Kearney 2003, S. 76) Diese Chance kann aber nur nutzen, wer sich selbst als einen anderen akzeptiert und nicht weiter dem Ideal „eine[r] unverbrüchliche[n] Koinzidenz mit sich selbst“ (Grüny 2004, S. 111) nachhängt. In diesem Sinne kommt auch Kearney zu dem Schluss: „To go on evading the monster of *angst* within us is a recipe for obsessional neurosis and existential inauthenticity.“ (Kearney 2003, S. 8)

In einer mehr strukturellen Beschreibung könnte auch gesagt werden, dass das unheimliche Auftauchen des Fremden im Heimischen bedeutet, dass die Ordnung nie ganz abgesichert ist. Waldenfels bezeichnet das Außer-ordentliche ja auch als Schatten, der die Ordnung begleitet (vgl. Waldenfels 1997, S. 72) und weist darauf hin, dass es keinen ewigen Frieden zwischen der Ordnung und dem Außerordentlichen gibt. Vielmehr herrscht ein latenter Widerstreit, der in den Hintergrund treten kann, wenn im Rahmen der Ordnung das Leben ungestört und unhinterfragt seinen gewohnten Gang geht. Dieser Widerstreit kann aber auch ausbrechen und sich in den Vordergrund schieben. (vgl. Waldenfels 2015, S. 301)⁴⁵ Als einen der Gründe dafür nennt Waldenfels die Angst, in der sich offenbart, dass das Außerordentliche nur in einer Latenzphase geschlummert hat, der Ordnung aber bereits als imminentes Sein innegewohnt hat, sodass die Ordnung nie wirklich auf einem sicheren Fundament geruht hat. (vgl. Waldenfels 2007, S. 58)

D.h. in meinem Fall, dass ich zwar fühlte und ahnte, dass das Leben größer war als die Ordnung meiner Kinderwelt, dass ich aber die Unsicherheit und Unbestimmtheit der Welt ebenso wie

⁴⁵ Dieser Widerstreit kann sich auf verschiedenen Ebenen abspielen. D.h.: es gibt verschiedene Formen bzw. Steigerungsgrade der Fremdheit, die mehr oder weniger beunruhigen können. „Zunächst begegnet uns eine alltägliche und normale Form der Fremdheit. Sie umfaßt all das, was innerhalb der eigenen Ordnung fremd bleibt, so der unbekannte Passagier auf der Straße und im Kaufhaus.“ (Waldenfels 1997, S. 72) Hierunter fallen auch „Handgriffe, die ich nicht beherrsche, Wörter, die mir nicht geläufig sind, und all die vielen weißen Flecke auf der Landkarte, die sich jederzeit ausfüllen lassen, ohne daß irgendwelche Ordnungsmaßstäbe verrückt werden.“ (Waldenfels 2007, S. 242) D.h., dass es sich bei dieser ersten Form der Fremdheit streng genommen noch nicht um Außerordentliches handelt. Erst auf einer nächsten Ebene tritt dieses zu Tage, indem sich die normale oder ordinäre Form der Fremdheit zu einer strukturellen Fremdheit gesteigert findet „Sie betrifft all das, was *außerhalb einer bestimmten Ordnung* liegt. Denken wir an Ordnungen, die das Leben im ganzen betreffen und eine Lebenswelt und bestimmte Lebensformen generieren, so stoßen wir auf eine Scheidung der Lebenswelt in ‚Heimwelt‘ und ‚Fremdwelt‘. Diese Unterscheidung, die von Husserl stammt, entspricht der bekannten Unterscheidung in Eigen- und Fremdgruppe. [...] Die Fremdheit findet schließlich ihre höchste Steigerung in einer *radikalen* Form der Fremdheit. Sie betrifft das, was *außerhalb jeder Ordnung* bleibt. Das radikal Fremde kennzeichnet Grenzphänomene wie Schlaf, Rausch, Eros oder Tod, die zwar stets kulturell gedeutet, aber nie kulturell gebändigt werden.“ (Waldenfels 1997, S. 72) Es ist vor allem diese letzte Form der radikalen Fremdheit, die in dieser Arbeit immer wieder Gegenstand des Interesses ist.

die Nichtfestgelegtheit des eigenen Freiseins (vgl. Angehrn 2017, S. 17) nicht wahrhaben konnte und wollte. Hierzu schreibt Kearney treffend: „Rather than acknowledge that we are deep down answerable to an alterity which unsettles us, we devise all kinds of evasion strategies. [...] We refuse to acknowledge ourselves-as-others.“ (Kearney 2003, S. 5)

Anstatt mich selbst also als einen anderen zu akzeptieren, zog ich einen Kreis des Eigenen um mich und verbot mir die hintergründigen und im Dunkel lauernden Anteile zu bejahen. Denn das waren alles Tabus, die hinter den Grenzen des Erlaubten lagen. Das ging schon zu weit, war fremd und im Reich des Eigentlichen und Guten nicht möglich, ohne die Schwelle des Bösen zu überqueren und es damit zu provozieren und heraufzubeschwören. Aber ich konnte diese Anteile nicht vollständig unterdrücken. Sie stiegen als ungewollte und als unrechtmäßig empfundene Gedanken, Triebe und Regungen unkontrollierbar in mir auf und evozierten die Überzeugung, dass eine Strafe ihre Schlechtigkeit ausgleichen und alles wieder ins Gleichgewicht bringen musste. Auge um Auge, Zahn um Zahn. Sollte ich deshalb nicht lieber selbst gleich Buße tun? Waren die zwanghaft ausgeführten Beschwörungen nicht das kleinere Übel, wenn ich durch sie in der Lage war, Schlimmeres (Destruktion, Chaos, Vernichtung und Tod) abzuwenden? (vgl. Csef 2000, S. 77) War es darum nicht ratsam dem eigenen Glück selbst ein kleines Unglück zuzufügen? Denn was hieß glücklich zu sein anderes als mit mir selbst im Reinen zu sein, mich so zu akzeptieren, wie ich war und mich rückhaltlos auszuleben? War da der Kontrollverlust nicht vorprogrammiert? Und falls auch nichts passieren würde, war das nicht zu viel des Guten? Sündigte ich nicht schon durch das schiere Übermaß? Ging ein derart uneingeschränktes Einverständnis nicht zu weit? Weit über das Gute hinaus? Würden sich die höheren Mächte dadurch nicht herausgefordert fühlen, sodass ich, wie Polykrates, der Götter Neide fürchten musste? (vgl. Waldenfels 2007, S. 62) Es galt daher um jeden Preis im Guten zu bleiben und das Böse zu bannen, es in meiner Güte und Reinheit in die Schranken zu weisen, es so gut es ging draußen zu halten und wenn es von innen kam, es so gut es ging aus- und von mir zu weisen, es abzuspalten und abzuschieben mit der magischen Kraft von symbolischen Gesten, um im Schutzkreis meines lauterer Selbst einen Moment der Ruhe und des Friedens zu erhaschen.⁴⁶

⁴⁶ Dieser Mechanismus entspricht jenem, den Kearney in Religionen im Zuge ritueller Opfergaben am Werk sieht: „The people of God remain holy by casting from their midst what is unholy, thus propitiating the Lord and removing all traces of evil from their community.“ (Kearney 2003, S. 27) Dadurch wird ein heiliger Kosmos von einem gefährlichen Jenseits, bzw. einem diabolischen, monströsen Chaos abgegrenzt und in einer geweihten Ordnung abgesichert. (vgl. Kearney 2003, S. 34 und 42) Aber: „This is not to say that evil can be magicked away. It can never be cordoned off into some hinterland from which we, finally purged and purified, could remain forever immune.“ (Kearney 2003, S. 104) Es handelt sich also nicht um einen einmaligen Akt, sondern um ein stets zu wiederholendes Unterfangen. Dazu aber mehr im Kapitel 3.5.3.

3.4.4 Eine fixe Idee

Noch ein Wort zur eben erwähnten Nichtfestgelegtheit des eigenen Freiseins. Bis jetzt war davon die Rede, dass ich versuchte mich in den Schutzbereich eines lautereren Selbst zurückzuziehen, in dem nichts Fremdes die Ruhe im Eigenen mehr stört. Der Versagung dieser Hoffnung im Damals korrespondierte die Sehnsucht nach einem Ziel in der Zukunft, das es so schnell wie möglich zu erreichen galt und in dem ich dann endlich zur Ruhe finden konnte. Im Grunde ging es um ein Gefühl des Ankommens, das dem Gefühl des Getriebenseins endlich ein Ende machen sollte. Einerseits war ich ja schon damals innerlich zerrissen, auch wenn ich da noch nicht verstand, dass ich mit mir selber im Konflikt lag und mich stattdessen von draußen lauerten fremden Mächten bedroht fühlte. Andererseits wandte sich die Zukunft fragend an mich. Warum nur wussten immer alle anderen Kinder bereits, was sie werden wollten? Und warum fiel mir danach gefragt selbst nie etwas ein? Mein Verstand stand dann wie vor einer Nebelwand, hinter der ich nur schemenhaft Umrisse erkennen konnte, wobei sich mein Blick, bei dem Versuch etwas zu fokussieren, bloß stets verlor. Ein weiteres Erlebnis aus meiner Kindheit soll nun von diesem Gefühl der nebelhaften Unbestimmtheit (vgl. Waldenfels 2015, S. 244) berichten:

Ich lag zusammengekauert und mich umherwindend auf dem Bett meiner Eltern. Angesichts des durch die Wolken gedämpften Lichts befand ich mich in einer noch nie erlebten Stimmung. Eine seltsam schummrige Atmosphäre umfing mich, in der die Dinge sich gleichgültig von mir abwandten. Ich knüllte mich in die Decke und kniff die Augen zusammen, scheute den Blick nach draußen. Aber eine unbezwingbare Neugier zerrte an mir und nachdem ich einmal hingesehen hatte, konnte ich meinen Blick nicht mehr abwenden. Stürmisch sich türmende Wolkenmassen wurden in Fetzen gerissen, wirbelten durcheinander, stauten sich auf, schienen Gestalt anzunehmen und kurz stand ich davor, fast schon konnte ich etwas erkennen ... da zerfetzte es sie wieder und wieder und immer wieder.⁴⁷ Ich hätte das alles gern weniger stark empfunden. Diese ahnungsvolle Weite hatte etwas Beklemmendes an sich ...

Hier handelt es sich also um eine Erfahrung des Entzugs bzw. des Entgleitens, die an dieser Stelle noch einmal zu den Ausführungen zur Ordnung in Bezug gesetzt werden soll. Es wurde schon darüber gesprochen, wie die Ordnung bestimmte Dinge als intelligibel erscheinen lässt und andere nicht. Waldenfels kleidet diesen Umstand auch in die Formel, dass etwas *als* etwas

⁴⁷ In den Worten Kierkegaards handelt es hier um einen noch träumenden Geist (vgl. Kierkegaard 2012, S. 487), der in der Unschuld die Möglichkeit zu können als eine höhere Form von Unwissenheit antizipiert (vgl. Kierkegaard 2012, S. 491). D.h.: „Die Wirklichkeit des Geistes zeigt sich stets als eine Gestalt, die seine Möglichkeit versucht, aber die zerfließt, sowie er nach ihr greift; die ein Nichts ist, das nur ängstigen kann.“ (Kierkegaard 2012, S. 488) Und da sich der träumende Geist noch als außerhalb seiner selbst gegenübersteht, wird die Angst als fremde Macht empfunden. (vgl. Kierkegaard 2012, S. 489f.)

erscheint, was zugleich heißt, dass es *so* erscheint und nicht anders. Anders ausgedrückt kann auch gesagt werden, dass „[d]as phänomenologische oder hermeneutische Als, das in der Erfahrung fungiert, [...] zugleich selektiv und exklusiv [ist], es läßt eines hervortreten, anderes zurücktreten.“ (Waldenfels 2015, S. 309) Mit dem Begriff des Fungierens, auf den später noch näher eingegangen wird, ist hierbei schon angezeigt, dass das *Als* in der Ordnung in einer bestimmten Funktion steht, was uns erlaubt mit der Welt unhinterfragt in ihrer Normalität umzugehen. Dass es sich dabei um einen „Prozess der Normalisierung“ (Waldenfels 2015, S. 311) bzw. einen „Prozess der Veralltäglicdung“ (Waldenfels 2015, S. 330) handelt und nicht um vollendete Tatsachen, tritt zunächst und zumeist nicht ausdrücklich ins Bewusstsein. Selbstverständlich geht das Leben seinen Gang und erst wenn dieser „normale Gang der Erfahrung“ (Waldenfels 2015, S. 301) gestört wird, tritt das *Als* in seiner Kontingenz und seinem Gemachtsein hervor.⁴⁸

Wenn nun, wie Waldenfels betont, jede Ordnung kontingent ist, dann bedeutet das, dass

[d]ie phänomenologische Leitformel, auf die wir uns ständig berufen, [...] eine offene, ungesättigte Formel [ist]. Etwas erscheint *als* etwas, etwas wird *als* etwas verstanden, das heißt zugleich: es erscheint *so und nicht anders*. Die Qualifikation von etwas *als etwas* weist nicht nur voraus auf offene Horizonte der *Fortbestimmung*, sie weist auch zurück auf einen Untergrund von *Unbestimmtheit*, aus dem etwas als etwas Bestimmtes auftaucht. [...] Es gibt keinen Indikativ oder Imperativ ohne Potentialis, so wie es keine Aktualität gibt ohne Potentialität. (Waldenfels 2015, S. 308f.)

Damit steht erneut die Möglichkeit und ihre Bedeutung für das Widerfahrnis der Angst im Fokus. Es wurden darüber bereits Andeutungen im Kapitel zur Allgegenwart und phobischen Besessenheit gemacht. An dieser Stelle soll die Thematik noch ein wenig vertieft werden. Wie dem vorigen Zitat entnommen werden kann, hängt die Potentialität mit der Unbestimmtheit zusammen. In der Schilderung meines Kindheitserlebnisses am Anfang dieses Kapitels kündigte sich dieses Ineinander von Möglichkeit und Unbestimmtheit bereits an und damit auch eine Art der Fremderfahrung, in der die Ordnungsgrenzen überschritten werden.

Das Überschreiten der Ordnungsgrenzen ist bereits geschehen, wenn wir uns fragen, wie es möglich sei. Überschritten werden die Grenzen in eben jener Erfahrung, die wir Fremderfahrung nennen. Diese kann sich in einem unbestimmten Gefühl der Unheimlichkeit, des Schreckens oder Erstaunens äußern (Waldenfels 2007, S. 241).

⁴⁸ Hierzu schreibt Waldenfels: „Die Als-Struktur ist also mehr oder weniger affektiv gesättigt, sie bleibt labil und ist wiederholten Transformationen ausgesetzt. In diesem Sinne ist jedes Selbe nicht nur anders als Anderes, es ist selbst ein mögliches Anderes. Die ‚Sachen selbst‘ sind nie ganz und gar, was sie sind.“ (Waldenfels 2015, S. 244) Diese Labilität drückt sich in dem zuvor beschriebenen Kindheitserlebnis und vor allem im noch folgenden Exkurs ins Gestaltlose in einem Zusammenbruch der Verweisungsstruktur aus. Die Dinge kehren sich gleichgültig ab. Sie erscheinen nicht mehr als etwas, sondern in einer ungreifbaren Form von Unbestimmtheit.

Anders ausgedrückt hatte ich schon früh ein Gespür oder eine „Hellhörigkeit bzw. Hellsichtigkeit“ (Holzhey-Kunz 2017, S. 135) für die Kontingenz der Dinge entwickelt, geahnt, dass alles Feste und Wirkliche auf einem unsicheren Fundament ruht und von der Möglichkeit stets bedroht wird. An dieser Stelle gilt es zu differenzieren. Bis jetzt wurde im Zusammenhang mit der Angst vor allem von der Bedrohung und Gefährdung des Lebens gesprochen, z.B. durch Krankheit, Leid und Tod. In der Literatur wird dieser Aspekt der Angst auch als „vitale Angst“ bezeichnet. Hier soll nun auf einen anderen Aspekt im Spektrum der Angst fokussiert werden. Nämlich darauf, was in der Literatur auch als „existenzielle Angst“ bezeichnet wird. Um nun vitale und existenzielle Angst voneinander zu unterscheiden, bietet es sich an die Rolle der Möglichkeit für beide Formen zu untersuchen. Hierbei liefert vor allem Broschmann im Rückgriff auf Blankenburg wichtige Hinweise:

Im Gegensatz zur beengenden *vitalen Angst* müsse es noch eine Angst des Ek-sistierens, des Herausstehens aus dem Sein, und der Freiheit geben – die *existenzielle Angst* (Blankenburg 1996, 47 ff.). Das Phänomen der vitalen Angst beschreibt Blankenburg einerseits als *horror angustiae*, als Bangen um das bloße Überleben, bei dem eine Vernichtung aller Möglichkeiten droht. Dahingegen ist es bei der existenziellen Angst andererseits nicht die Vernichtung der Möglichkeiten, sondern der Möglichkeitsspielraum selbst, der ängstigt. Der Mensch steht vor dem Sturz in die absolute Leere, er wird vom *horror vacui* befallen (Blankenburg 1996, 55). [...] Auf der einen Seite also Entzug aller Möglichkeiten in der vitalen Angst, auf der anderen Seite „Ertrinken im Meer der Möglichkeiten“ in der existenziellen Angst (Blankenburg 1996, 47). „Im einen Fall geht es um elementare Voraussetzungen jeglichen Existieren-könnens [...] Im anderen Fall ist dieser Spielraum zu groß“ (Blankenburg 1996, 49). (Broschmann 2014, S. 207)

Bei der vitalen Angst, die bisher im Vordergrund stand, geht es also um den Verlust der Freiheit bzw. des Lebens. Das beste Beispiel hierfür ist der Tod. Nach Sartre ist „der Tod nicht meine Möglichkeit, Anwesenheit in der Welt nicht mehr zu realisieren, sondern eine jederzeit mögliche Nichtung meiner Möglichkeiten, die außerhalb meiner Möglichkeiten liegt.“ (Sartre 2014, S. 923) Und auch Lévinas spricht in Bezug auf den Tod von einer „Unmöglichkeit der Möglichkeit“ (Lévinas 1984, S. 44). Das heißt zwar, dass der Tod und auch Widerfahrnisse wie Krankheiten oder Verletzungen eine Möglichkeit besitzen. Diese Möglichkeit resultiert aber nicht aus den eigenen Vermögen bzw. dem eigenen Können, sondern bricht als kontingentes Faktum über einen herein. (vgl. Fuchs und Micali 2013, S. 59) Auf dieser Grundlage kann auch gesagt werden, dass es sich bei der vitalen Angst um eine Angst *um* die Freiheit des Wählenkönnens bzw. des Lebens handelt, wohingegen die existenzielle Angst eine Angst *vor* eben dieser Freiheit ist. (vgl. Kraus 2000, S. 37) Diese Angst *vor* der Freiheit hat vor allem Kierkegaard ausführlich beschrieben, der die Angst als „Möglichkeit der Freiheit“ (Kierkegaard 2012, S. 631) bestimmt. Oder anders gewendet: Die Freiheit besteht gerade in einer „ängstigende[n] Möglichkeit zu *können*“ (Kierkegaard 2012, S. 491). Dieser Umstand wird gelegentlich auch so ausgedrückt, dass das eigene Leben dem Menschen nicht einfach

vorgegeben, sondern aufgegeben ist. (vgl. Fuchs und Micali 2013, S. 55) Und wer einmal die Kontingenzt der Ordnungen durchschaut hat und in eins damit die Zufälligkeit seiner eigenen Geworfen- und Gewordenheit, der begreift, dass „wir von Natur aus ohne Ziel, ohne Vorbestimmung, ohne Rechtfertigung sind, das heißt, uns von keiner anderen Realität her ableiten können in dem, was wir sind“, sodass „wir wählen müssen, was wir sind.“ (Kraus 2000, S. 30) In den Worten Sartres sind wir demnach „dazu verurteilt, frei zu sein“ (Sartre 2021, S. 155), weil „die Existenz dem Wesen vorausgeht“ (Sartre 2021, S. 148) und es keine Möglichkeit mehr gibt Werte in einem intelligiblen Himmel zu finden bzw. sich auf ein a priori Gutes zu berufen. (vgl. Sartre 2021, S. 154f.) Ganz im Gegenteil: „Der Mensch ist in jedem Augenblick, ohne Halt und ohne Hilfe, dazu verurteilt, den Menschen zu erfinden.“ (Sartre 2021, S. 155) Nun kann diese Erfahrung der Abgründigkeit und Grundlosigkeit der eigenen Existenz (vgl. Vetter et al. 2004, S. 1) zu einem „Schwindel der Freiheit“ (Kierkegaard 2012, S. 512) führen, der uns angesichts eines schier grenzenlosen Möglichkeitsspielraumes ergreift. (vgl. Fuchs und Micali 2013, S. 55) Es kann auch von einem „Taumel der Leere“ (Waldenfels 2015, S. 265) gesprochen werden, einer Grenzerfahrung im Gestalt-, Form- und Ordnungslosen, die mit einem Gefühl der Bodenlosigkeit einhergeht. Der folgende Exkurs ist dieser Erfahrung gewidmet.

Exkurs ins Gestaltlose

Dabei steht ein cannabisinduziertes Rauscherlebnis im Zentrum des Interesses, durch das ich mich erneut dem Antieidos ausgesetzt fand und in dem ich mich einer radikalen Form der Fremdheit gegenüber sah: Es war ein nebliger und trüber Wintertag. Ich befand mich mit einem Freund im Wald und hatte gerade noch gesagt, dass ich nichts spüren würde ... Auf einmal stand ich auf der Straße. Irgendwie fehlte ein Moment, ein Bindeglied, das erklärte, wie ich hierhergekommen war und die kausale Abfolge der Ereignisse wiederherstellte. Ein alptraumartiges Gefühl von Unwirklichkeit beschlich mich. Im leichten Schneefall fingen die Dinge an zu flirren und verloren ihren Kontrast. Bildrauschen stellte sich ein. Ich wollte mich mit Worten wehren, Begriffe auswerfen und die Dinge damit festsetzen, war aber nicht in der Lage die flimmernde Fluktuation damit aufzuhalten. Langsam ließ sich nichts mehr festhalten, einordnen oder bestimmen. Die Selbstverständlichkeit, mit der ich für gewöhnlich mit meiner Umwelt umging, griff gerade hilflos ins Leere. Paralysiert stand ich da, bis ich etwas hörte: Los! Komm! Lass uns zurück gehen. Dann ein heiseres Was?, das sich durch meinen Rachen kämpfte. Jetzt komm schon!, wurde mein Freund energischer, indem er mich am Arm packte. Willenlos ging ich mit. Es war eh alles nicht real. Die Umgebung, die Menschen ... alles nur Illusionen. Ich war gefangen. Irgendwie hatte es mich in die Matrix gezogen und jetzt musste

ich den bösen Drachen finden und ihn töten, sonst würde ich hier nicht wieder rauskommen. Es war aussichtslos. Die schummrige Optik hielt noch eine ganze Weile an, bis plötzlich die Traumblase platzte und ich die Dinge wieder in voller Schärfe erfassen konnte. Ihre Konturen waren wiederhergestellt. Sie stellten keine Fragen mehr.

Auch hier geht es also um eine Erfahrung der Gestaltlosigkeit und des Entzugs bzw. Entgleitens. Aus psychologischer Perspektive handelt es sich um eine Angst, die „im unmittelbaren Vorfeld akuter psychotischer Schübe auftritt: Das Phänomen einer ‚reinen Angststimmung‘“, die Lang am Beispiel einer Patientin exemplifiziert:

Eine entsetzliche Atmosphäre des Sinnlosen und Unheimlichen habe sie immer mehr beunruhigt. Alles sei plötzlich anders gewesen, sie glaubte, die Welt gehe unter. [...] Alles sei fragwürdig geworden, ein katastrophales Gefühl der Haltlosigkeit habe sie überkommen. Die Empfindung völliger Bodenlosigkeit, eine entsetzliche Angst hätten sich eingestellt. (Lang 2000, S. 61)

Es kann auch von einem Derealisierungs- und Depersonalisierungserlebnis gesprochen werden, für die die Unwirklichkeit des Selbst und die Unwirklichkeit der Umgebung charakteristisch sind (vgl. Bürgy 2015, S. 176), wobei sich sowohl das Selbst als auch die Umgebung in einem Nebel von Entfremdung und Beziehungslosigkeit aufzulösen scheinen (vgl. Bürgy 2015, S. 179). Nun ist es bekannt, dass solche Derealisierungs- und Depersonalisierungserlebnisse durchaus durch den Einfluss von Cannabis ausgelöst werden können. (vgl. Bürgy 2015, S. 175) Der Drogenkonsum spielt also in meinem Fall bestimmt eine Rolle, ich möchte ihn aber nicht alleine für das mir Widerfahrene verantwortlich machen. Natürlich kann nicht bestritten werden, dass er den Ausbruch der Zwangsstörung begünstigte, indem die Ausdruckscharaktere bzw. das Physiognomische der Welt im Haschischrausch gesteigert und intensiviert werden (vgl. Fuchs 1999, S. 204), wodurch ich mich z.B. von fratzenhaft verzerrten Gesichtern, die mich aus Steinen, Büschen, Baumrinden etc. anstarrten und durchbohrenden Blicken bedrängt fühlte. (vgl. Fuchs 2016, S. 150). Aber ob die Zwangsstörung durch ausgebliebenen Drogenkonsum verhindert worden wären, kann kaum gesagt werden. Denn im Grunde wurde die Tendenz ins Gestaltlose ja nicht durch den Drogenkonsum verursacht, sondern nur betätigt, wie das die Schilderungen aus meiner Kindheit belegen. Latent war eine Neigung in diese Richtung schon immer vorhanden und ob diese sich nicht unter anderen Umständen ebenso verwirklicht hätte, bleibt nicht ausgeschlossen. Es soll an dieser Stelle aber nicht spekuliert, sondern darauf hingewiesen werden, dass zwei weitere Autoren wichtige Hinweise und Beschreibungen in Hinblick auf das hier in Frage stehende Angstphänomen liefern: nämlich Heidegger und Lacan.

Lacan beschreibt diese Erfahrung eines „quälend schwebenden Zustands im Gestaltlosen“ (Tellenbach zit. nach Lang 2000, S. 61) mithilfe eines semiotischen Vokabulars. Er spricht z.B.

von einer „Enthüllung [...] angesichts dessen alle Worte aufhören und sämtliche Kategorien scheitern“. (Lacan zit. nach Lang 2017a, S. 147) Es ist demnach die Erfahrung eines radikal Unbenennbaren, eine traumatische Situation in der sich das Leben „brach aller symbolischen Vermitteltheit, in seiner absoluten Fremdheit erfasst“ (Lacan zit. nach Lang 2017a, S. 147). Mit Tuschling kann auch gesagt werden, dass es sich hierbei um eine Angst handelt, „die den drohenden Verlust der Möglichkeit symbolisch operieren zu können [signalisiert].“ (Tuschling 2013, S. 48)

In Bezug auf Heidegger ist zu sagen, dass Micali zurecht darauf hinweist, dass „Heideggers Beschreibung der Angst in *Was ist Metaphysik?* in vielerlei Hinsicht an die anomalen Erfahrungen der Derealisation sowie der Depersonalisierung erinnert“ (Micali 2017, S. 44). Heidegger schreibt dort:

Wir „schweben“ in Angst. Deutlicher: die Angst lässt uns schweben, weil sie das Seiende im Ganzen zum Entgleiten bringt. Darin liegt, daß wir selbst – diese seienden Menschen – inmitten des Seienden uns mitentgleiten. Daher ist im Grunde nicht „dir“ und „mir“ unheimlich, sondern „einem“ ist es so. Nur das reine Da-sein in der Durchschütterung dieses Schwebens, darin es sich an nichts halten kann, ist noch da. (Heidegger 1976, S. 112)

Auch spricht Heidegger von einer „Gleichgültigkeit“ in die die „Dinge und wir selbst versinken“ (Heidegger 1976, S. 111) und ebenso von einem „Wegrücken“, einem „Entgleiten“ und davon, dass „kein Halt“ (Heidegger 1976, S. 112) mehr bleibt. Und ähnlich wie Freud spricht auch Heidegger davon, dass dem Geängstigten in der Angst unheimlich wird, dass er also ohne Heimat ist in dem Sinne, dass kein selbstverständliches Zuhause sein mehr möglich ist und ihm das Altbekannte und Längstvertraute auf einmal fremd wird. (vgl. Lang 2000, S. 61)

Um diesen Exkurs nun abzuschließen, sollen die hier gewonnenen Einsichten mit den Ausführungen aus dem vorigen Kapitel verbunden werden, indem die von Waldenfels getroffene Unterscheidung zwischen einem gebundenen und einem freigesetzten Pathos herangezogen wird. Waldenfels greift hierbei auf die von Freud getroffene Unterscheidung von „psychisch gebundenen und freibeweglichen Affektbeträgen“ zurück und geht davon aus, dass wir es

im normalen Erleben und Verhalten [...] gleichsam mit einem *gebundenen Pathos* zu tun [haben]; das, wovon wir affiziert werden, geht in bestimmte Bedeutungszusammenhänge und Zielprojekte ein. Etwas wird *als etwas* verstanden und *in etwas* erstrebt. Von einem *freigesetzten Pathos* sprechen wir dann, wenn dieses ‚Etwas‘ sich aus solchen Zusammenhängen löst. (Waldenfels 2007, S. 333)

Beim gebundenen Pathos zeigt sich also,

dass die beiden Momente der Wahrnehmung, das pathischrezeptive und das aktiv-intentionale, auch in einer genetischen Beziehung zu einander stehen. Wahrnehmen ist primär pathisch, d. h. leibliches Empfinden. Nach und nach erlernen wir die „Bedeutung“ dieser Empfindungen, d. h. wir richten uns *durch sie hindurch* auf die Gegenstände. *Die pathischen Empfindungen des Leibes werden in gnostische Wahrnehmungen übersetzt.* Das pathische Moment bleibt zwar latent erhalten; aber die Gestalt, der Sinn und die Bedeutung, die das Gesehene, Gehörte oder Getastete hat, ist nun bestimmt durch die angesammelte Erfahrung; „man sieht, was man weiß“ (Goethe).(Fuchs 1999, S. 329)

Wie nun aber gezeigt wurde, bleiben die Als-Strukturen labil, also latent vom Pathos bedroht und können in Extremsituationen sogar zusammenbrechen, indem das Pathos eine überwältigende Macht ausübt. Mit Waldenfels kann in diesem Zusammenhang von einem affektiven oder einem pathischen Überschuss (vgl. Waldenfels 2015, S. 21, 2007, S. 333) gesprochen werden, in dem die Erfahrung des Außerordentlichen gemacht wird, das sich nicht in die vertrauten Verweisungszusammenhänge einer begrenzten Ordnung integrieren lässt und deren Grenzen sprengt. In diesem Sinne definiert Waldenfels den Überschuss als ein Pathos, „das uns im Extremfall überwältigt, lähmt und vernichtet, [und] sich als *bedeutungs-los* oder *belang-los* (vgl. *Sein und Zeit*, S. 187) oder als *über-bedeutend* [erweist].“ (Waldenfels 2007, S. 33) Diese Bestimmung als über-bedeutend und bedeutungs-los mag auf den ersten Blick vielleicht paradox anmuten, scheint aber treffend auszudrücken, dass es gerade das Zuviel des pathischen Affekts ist, welches seine bestimmte Einordnung verhindert. Waldenfels setzt die Bestimmung dieser Erfahrung fort, indem er davon spricht, dass

dieses *etwas*, das *nicht als etwas* erscheint, sich den geläufigen Sinnerwartungen und Regelungen [entzieht], es übersteigt deren Fassungskraft bis hin zu dem Punkt, wo für uns eine Welt zusammenbricht. Das Pathos, das hier inmitten des intentional gerichteten und geregelten Geschehens auftaucht als ein *etre sauvage*, zeigt, daß etwas, das als etwas aufgefaßt und gedeutet wird, *mehr* oder *weniger* ist, als das, was es bedeutet. (Waldenfels 2007, S. 33)

Hier ist also keine selbstverständliche Response (dazu später mehr) im Rahmen eines geregelten Erlebens mehr möglich. Vielmehr bricht der Weltbezug zusammen, was mit Haltlosigkeit, Ohnmacht und Orientierungslosigkeit einhergeht. Anders ausgedrückt: Die Labilität des *Als* drückt sich hier dadurch aus, dass es völlig aus den Fugen geraten ist. (vgl. Waldenfels 2007, S. 320) Etwas erscheint nicht mehr so und nicht anders, sondern anders bzw. fremd und nicht mehr so wie gewohnt, womit der einstimmige Gang der Erfahrung unterbrochen wurde. (vgl. Waldenfels 2015, S. 300)

Auf dem Hintergrund dieses Exkurses erscheint es nun nur zu verständlich, dass zunächst und zumeist vor der Konfrontation mit einer solch radikalen Verunsicherung, einer derart existenziellen Beunruhigung durch die Offenheit und Ungewissheit des eigenen Lebens (vgl.

Fuchs und Micali 2013, S. 57), zurückgewichen wird. Ebenso nachvollziehbar ist es, dass aufgrund des Bedrohtseins durch die Instabilität der Ordnungen ein obsessives Bedürfnis nach Sicherheit und Halt (vgl. Micali und Fuchs 2017, S. 14) entstehen kann. In meinem Fall war dieses Bedürfnis auch verknüpft mit der Hoffnung, dass es sich bei dieser Ankündigung der Kontingenz lediglich um eine Form von Potentialität handelte, „die sich als Noch-nicht auf eine vollendete Wirklichkeit hinbewegt“ (Waldenfels 2015, S. 266). Ich hatte also die fixe Idee entwickelt, dass einerseits der inneren Zerrissenheit unbedingt ein Ende gemacht werden musste. Ebenso musste auch die Verunsicherung durch die Zukunft ausgeschaltet werden, indem etwas gefunden wurde, wo auch meine Zukunft vor Anker gehen konnte, die sich bis jetzt nur immer ins bloß vage Mögliche entzogen hatte. Ich ging also von einer notwendigen teleologischen Entwicklung hin zur Selbstverwirklichung aus, einer Art von psychischer Prädestinationslehre, die das Leben als Weg hin zu seiner Vervollkommenheit und Vollendung dachte. (vgl. Schlette 2017, 179 und 182) Einmal dort angekommen würde Ruhe und Frieden herrschen, da ich mich in den Vollbesitz meiner selbst gebracht hätte. Es würde sich um eine „ein für allemal vollzogene ‚Bewußtwerdung‘“ (Castoriadis 1987, S. 177) handeln. Das Ideal einer totalen Aktualität und Selbstpräsenz wäre dann verwirklicht. Eine restlose Aktualisierung, wo nichts Fremdes mehr die ruhmreiche Identifizierung des Selben stören würde. (vgl. Lévinas 1983, S. 137)

Da im zweiten Kapitel die Rede davon war, in mich selbst einzutreten, in das fremde Land meines wahren Innern, um dort mich selber zu suchen, den eigenen Weg vorwärts zu tasten, zu mir selbst zu kommen, das eigene Schicksal zu finden und es auszuleben, ganz und ungebrochen, könnte nun Hesse unterstellt werden, dass er mich auf eine falsche Fährte gelockt und mir die Fehlkonzeption einer finalisierten Zukunft (eines beruhigten Lebens in einem Endzustand) an die Hand gegeben hätte. Dabei würde aber übersehen, dass er an etlichen Stellen vom Sterben und Neugeborenwerden spricht (vgl. Hesse 2008, S. 47 und 87), davon, dass es keinen endgültigen Frieden und keine endgültige Ruhe gibt, „sondern nur immer neue Selbstvernichtung, immer neue Selbstgestaltung!“ (Hesse 2007, S. 78) Ebenso davon, dass man nie heimkommt (vgl. Hesse 2008, S. 47 und 132) und dass man zwar seinen Traum finden muss, dass es aber keinen immerwährenden Traum gibt, sondern dass jeden ein neuer ablöst und dass man an keinem festhalten wollen soll. (vgl. Hesse 2008, S. 133) Dieser Gedanke steht ganz im Sinne seines Gedichts *Stufen* (Hesse 2004, S. 199f.), wo es heißt:

Wie jede Blüte welkt und jede Jugend
Dem Alter weicht, blüht jede Lebensstufe,
Blüht jede Weisheit auch und jede Tugend
Zu ihrer Zeit und darf nicht ewig dauern.
Es muß das Herz bei jedem Lebensrufe
Bereit zum Abschied sein und Neubeginne,
Um sich in Tapferkeit und ohne Trauern
In andre, neue Bindungen zu geben.
Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne,
Der uns beschützt und der uns hilft, zu leben.

Wir sollen heiter Raum um Raum durchschreiten,
An keinem wie an einer Heimat hängen,
Der Weltgeist will nicht fesseln uns und engen,
Er will uns Stuf' um Stufe heben, weiten.
Kaum sind wir heimisch einem Lebenskreise
Und traulich eingewohnt, so droht Erschlaffen,
Nur wer bereit zu Aufbruch ist und Reise,
Mag lähmender Gewöhnung sich entrafen.

Es wird vielleicht auch noch die Todesstunde
Uns neuen Räumen jung entgegen senden,
Des Lebens Ruf an uns wird niemals enden...
Wohlan denn, Herz, nimm Abschied und gesunde!

Selbst die phänomenologische Einsicht, dass die Existenz der Essenz vorausgeht, teilt er: „Der Mensch ist nicht etwas schon Erschaffenes, sondern eine Forderung des Geistes, eine ferne, ebenso ersehnte wie gefürchtete Möglichkeit.“ (Hesse 2007, S. 78) Und wenn er vom Schicksal redet, dann denkt er auch dieses im Zusammenhang des Werdens und nicht des endgültigen Ankommens:

In Wirklichkeit gab es nur eines, vor dem man Angst hatte: das Sichfallenlassen, den Schritt in das Ungewisse hinaus, den kleinen Schritt hinweg über all die Versicherungen, die es gab. Und wer sich einmal, ein einziges Mal hingegen hatte, wer einmal das **große Vertrauen** [Herv. d. Autors] geübt und sich dem Schicksal anvertraut hatte, der war befreit. Er gehorchte nicht mehr den Erdgesetzen, er war in den Weltraum gefallen und schwang im Reigen der Gestirne mit. (Hesse 2003, S. 91)

Wenn ich also auf eine falsche Fährte gelockt wurde, dann nur durch meine einseitige Lesart und durch das Ausblenden einer Botschaft, die ich nicht verstehen wollte, da sie mir das versagt hätte, was ich unter keinen Umständen aufzugeben bereit war: nämlich die Kontrolle. Damit ist erneut das Stichwort gegeben, das es an dieser Stelle endlich erlaubt das Ritual bzw. die Abwehrseite des Zwangs zu thematisieren.

3.5 Das Ritual (Die Abwehrseite)

Da vom Ritual schon an einigen Stellen gesprochen wurde, soll hier als erstes kurz rekapituliert werden, indem die Verweise und Referenzen aufgegriffen werden, um anschließend davon ausgehend die Abwehrseite eingehender zu bestimmen. Eine Grafik (Althaus et al. 2013, S. 96) soll hierzu einen Leitfaden liefern:



Abbildung 1: Dynamik des Zwangs

Diese Grafik fasst noch einmal das zusammen, was die Mechanik oder Dynamik des Zwangs genannt werden kann. Es wurde schon im Kapitel 3.4 darüber gesprochen, dass ein einfacher Gedanke (oft aggressiven oder sexuellen Inhalts) durch die Überschätzung von Verantwortung und Gefahr eine negative Bewertung erhält und somit als nicht in Ordnung oder nicht zulässig empfunden wird. Hierbei spielt ein hypermoralisches Über-Ich eine entscheidende Rolle, denn es lässt eine Spannung zwischen Ich und Ichideal entstehen. Das Ichideal (als mit der geforderten moralischen Ordnung vollkommen übereinstimmende Instanz) ist dabei so übertrieben hoch angesetzt, dass es zu starken Schuldgefühlen aufgrund der eigenen Unzulänglichkeiten kommt, die vom eigenen Gewissen ständig beanstandet werden. (vgl. Waldenfels 2015, S. 132) D.h., dass der Zwangsgestörte sich der Nötigung ausgesetzt findet all seine Gedanken, Neigungen, Regungen und Handlungen unter dem Gesichtspunkt „gut oder böse“, „keusch oder unkeusch“ anzuvisieren“ und so kommt es unter „dem Druck des Moralgebotes, des: du darfst — du darfst nicht“ dazu, dass „an sich harmlose Vorgänge, Situationen, Verrichtungen plötzlich ihre Harmlosigkeit einbüßen und einen, wir wollen es gleich sagen, pseudomoralischen Akzent gewinnen“, was mit einer „skrupulöse[n] Unruhe“ (von Gebattel 1954, S. 92) einhergeht. Das führt dazu, dass der Zwangsgestörte dauernd von fürchterlichen Gedanken angefallen wird, die Angst und Unruhe erzeugen, da im magischen Denken diese Gedanken wie Taten behandelt werden und ihnen eine magische Wirkmacht

zugesprochen wird, der eine andere wirksame Beschwörung entgegengesetzt werden muss.⁴⁹ Es entsteht also im Verbund mit dem übertriebenen Verantwortungsgefühl ein Handlungsbedarf diese Bedrohung in einem Gegenzauber oder magischen Ritus abzuwehren oder zu neutralisieren.⁵⁰ Das Ritual aber hilft immer nur kurzfristig, breitet sich mit der Zeit unkontrollierbar aus und wird dabei selber Auslöser der Angst, wodurch es zu einem Teufelskreis kommt. Dabei spielen die Prozesse der klassischen und operanten Konditionierung eine entscheidende Rolle. Die klassische Konditionierung erklärt, wie sich die Angst von anfangs wenigen oder nur einigen Situationen und Gegenständen auf weitere durch assoziative Übertragung ausbreiten kann. (vgl. Lang 2017b, S. 45) Ein schönes Beispiel liefert hier Straus, wenn er über einen Patienten spricht, der große Angst vor dem Tod hat:

Den einen Tag muß der Kranke eine Bahn verlassen, weil jemand in Trauerkleidern einsteigt; den nächsten Tag schon kann er mit keinem Wagen dieser Linie mehr fahren, und am übernächsten sind alle Linien „tabu“ geworden. Der Begrenzung und Verdichtung folgt sogleich ein Prozeß der Auflösung und diffusen Ausbreitung. Dabei gewinnt das Verwesende nur an Deutlichkeit. Die Welt des Zwangskranken ist nach einer solchen Begegnung noch schrecklicher geworden, als sie es zuvor gewesen ist. (Straus 1960, S. 221)

D.h., dass in einer harmlosen Situation die Begegnung mit einem Tabu genügt, um die ganze Situation damit zu infizieren und diese dem Angst- und Zwangskomplex einzufügen, sodass fortan auch diese Situation zu Angst und die Angst zum Zwang führt. Je länger dieser Prozess andauert, umso schrecklicher wird die Welt des Zwangsgestörten, bis zuletzt kein Bereich des Lebens mehr von der Angst und dem Zwang unberührt bleibt. Hierzu noch ein eigenes Beispiel. Es handelt sich um einen Kinobesuch mit meiner Klasse am Ende des Schuljahres. Die Mehrheit der Klasse wollte sich den *Exorzismus der Emily Rose* ansehen. Ich wusste, dass ich den Film nicht durchstehen konnte und schützte deshalb Müdigkeit vor, stöpselte mir die Ohren mit den Kopfhörern meines MP3-Players zu, drehte auf soweit es ging und stellte mich schlafend, um hoffentlich nichts vom Film mitzubekommen. Aber es half nicht viel. Die Schreie kamen trotzdem durch und riefen Vorstellungen hervor, die wahrscheinlich noch grausamer waren als die Bilder auf der Leinwand. Außerdem wurden sie mit den Songs gekoppelt,

⁴⁹ „Statt den Gedanken allmählich verblassen zu lassen, bekommt er immer größere Wichtigkeit und es werden Gegenmaßnahmen ergriffen!“ (Althaus et al. 2013, S. 98)

⁵⁰ Hierbei handelt es sich vor allem um die Abwehrmechanismen des Ungeschehenmachens und der Reaktionsbildung. Mentzos definiert das Ungeschehenmachen wie folgt: „Ein unerlaubter Impuls, der kurzfristig bewußt wird, kann durch einen entgegengesetzten Gedanken oder durch einen magischen symbolischen Akt ‚ungeschehen‘ gemacht werden.“ (Mentzos 1986, S. 64) Zur Ähnlichkeit, aber auch zur Differenz der Reaktionsbildung sagt er Folgendes: „Es handelt sich um einen ähnlichen Mechanismus wie beim Ungeschehenmachen. Auch hier werden unerwünschte, unerlaubte oder angsterzeugende Impulse und Tendenzen durch Entwicklung entgegengesetzter Tendenzen und Attitüden abgewehrt, diesmal allerdings *auf Dauer* und *habituell*. Dieser Vorgang impliziert eine relativ konstante Änderung des Ichs und nicht nur eine einmalige Aktion.“ (Mentzos 1986, S. 64f.) Hieran kann später im Zusammenhang mit den kompulsiven Tics und der leiblichen Symptomatik angeknüpft werden.

wodurch diese, eigentlich als Abwehr gedacht, auch zu Auslösern der Angst wurden und in Zukunft gemieden werden mussten.

Ein weiterer Mechanismus, der zur Ausbreitung des Zwangs beiträgt, ist die negative Verstärkung im Rahmen der operanten Konditionierung: „Bei der so genannten negativen Verstärkung wird ein als unangenehm empfundener Zustand durch ein bestimmtes Verhalten beendet – etwa wenn durch das Zwangsverhalten die zuvor aufgetretenen Ängste und Anspannungen vorübergehend nachlassen.“ (Althaus et al. 2013, S. 91) Darum wird auf dieses Verhalten immer häufiger zurückgegriffen. „Die ausgewählte und vermeintlich erfolgreiche Verhaltensstrategie wird schließlich immer häufiger zur Bewältigung unangenehmer Gefühle eingesetzt und das Zwangsverhalten dadurch immer weiter stabilisiert.“ (Althaus et al. 2013, S. 92) Dabei erfährt der Zwang bzw. das Ritual im Sinne des Gesetzes des abnehmenden Grenznutzens eine Ausbreitung:

Nach einer perfekten Zwangshandlung scheint kurzzeitig Friede einzukehren. Aber die Ruhe trägt, denn allzu schnell fordert der unersättliche Zwang erneut Nahrung. Und er wird mit der Zeit immer anspruchsvoller. Was gestern noch genug war, reicht heute nicht mehr aus. Die Speisefolge der erforderlichen Zwangshandlungen muss immer komplexer und reichhaltiger werden, um den Zwang auch nur für kurze Zeit beruhigen zu können. Langfristig ein aussichtsloses Unterfangen, das nur immer tiefer in die Krankheit führt (Althaus et al. 2013, S. 228).

Dadurch werden die Betroffenen in einen Teufelskreis verstrickt, „in dem sie früher oder später vollständig gefangen sind.“ (Althaus et al. 2013, S. 92) Die Grafik müsste also um eine positive Rückkopplung aufgrund der negativen Verstärkung ergänzt werden, die die Exazerbation des Zwangssystems veranschaulichen würde.

Ein weiterer Punkt, auf den noch rückschauend verwiesen werden soll, ist, dass es sich beim Zwangsritual um eine Form von Ersatzhandlung handelt. Im Kapitel zum gehinderten „Weg!“ wurde gezeigt, dass dieser Ersatz in Form von kompulsiven Tics die unmögliche Flucht vor einer von überall auf mich eindringenden und ängstigenden Welt betraf. Dem zugrundeliegend handelte es sich bei meinen Symptomen um einen unmöglichen Ersatz (vgl. Waldenfels 2007, S. 322) für die Versagung einer 100%igen Sicherheit, also um den verzweiferten Versuch etwas Unmögliches zu realisieren (vgl. Holzhey-Kunz 2017, S. 139), nämlich „komplette Kontrolle über alles, was begegnet und was nicht voraussehbar ist“ (Lang 2017b, S. 31) auszuüben.⁵¹ Der Zwang als Verlangen nach Kontrolle hängt also (siehe dazu Kapitel 3.4.1) mit der Sehnsucht

⁵¹ Statt Ersatz kann die Zwangsstörung laut psychoanalytischer Terminologie deshalb auch als „eine sehr effektive Möglichkeit der Konfliktverdrängung bzw. Konfliktablenkung und damit [als] eine äußerst willkommene Möglichkeit der Problemlösung“ (Althaus et al. 2013, S. 87) aufgefasst werden. Da es sich aber um keine wirkliche Lösung und Bewältigung des Problems handelt, sondern lediglich um eine Verschiebung des eigentlichen Konflikts, wird verständlich, warum sich die Zwangsstörung immer weiter im Leben der Betroffenen ausbreitet. (vgl. Althaus et al. 2013, S. 85)

nach Sicherheit zusammen, welche aus einem tief empfundenen Zweifel erwächst. Dieser Zusammenhang soll nun genauer betrachtet werden.

3.5.1 Von der Bedeutung des Zweifels

Es wurde bereits darauf hingewiesen, dass ich mir selbst nicht weniger misstraute als der Welt. Natürlich wusste ich darum, dass es keine 100%ige Sicherheit gibt, aber ich wollte und konnte es nicht wahrhaben. Ich war unfähig die Tatsache zu akzeptieren, dass ich immer nur relativ sicher war, dass unvorhergesehene Katastrophen und Schicksalsschläge jederzeit eintreten können und dass aus meinem eigenen Inneren unkontrollierte Impulse und Regungen hervorbrechen könnten. All diese Zweifel trieben mich dazu unbedingt die Kontrolle behalten zu müssen, um auch ja nicht der Auslöser für die möglichen fatalen Folgen zu sein, die durch meine Unaufmerksamkeit verursacht hätten werden können. Es lag immerhin an mir. Ich stand im Mittelpunkt meiner magischen Gegenwelt und trug die volle Verantwortung dafür, dass das Böse nicht über mich, meine Lieben und all die unbekannten Seelen im Universum hereinbrach. Da durfte ich mir keine Fehler erlauben. Es durfte keinen Anstoß zur Ahndung oder Vergeltung durch die höheren Mächte geben. Des Weiteren war davon die Rede, dass meine zwangsgestörte Welt als eine Welt der Auflösung, der Ungestalt und des Verweslichen anmutete. Es herrschte also eine permanente Tendenz ins Gestaltlose, Unbestimmte, Unbeständige und damit Unsichere, die abgewehrt werden musste. Anders ausgedrückt war es die stetig drohende Latenz und Möglichkeit des Schrecklichen, die mich beunruhigte und die durch das Ritual gebannt werden musste. Es wurde ebenfalls schon an etlichen Stellen über das magische Denken gesprochen und davon, dass Gedanken vom Zwangsgestörten wie Taten behandelt werden. Das ist aber nicht die einzige Veränderung im Denken. Hinzu kommt, was als „Hyperreflexivität“ (Fuchs 2011, S. 574) oder „Hyperreflexion“ (Fuchs 2011, S. 568) bezeichnet werden kann, welche in engem Zusammenhang zum Zweifel steht. Lang liefert für dieses Phänomen eine treffende Beschreibung, auch wenn er selber diese Begriffe nicht verwendet.

Die Patienten müssen unablässig grübeln, bestimmte Gedanken unterdrücken, andere wiederholen. Alles im Leben muss sorgfältig überprüft, bedacht, überlegt werden, oft ohne zu einer Entscheidung zu gelangen. Zentral ist bei der Zwangsstörung [...] die alles dominierende Bedeutung des Zweifels („maladie du doute“). (Lang 2017b, S. 18)

Diese dominierende Bedeutung des Zweifels wird vor allem von Wyss unterstrichen, wenn dieser schreibt:

Ob die Beziehung des (Zwangs-)Kranken zur Ordnung, seine Genauigkeit (Kontrollzwänge), Skrupulosität, Pedanterie oder die seiner Abwehr gegen Verschmutzung, Staub und Bakterien, ob die Zwangsrituale oder Zwangsimpulse in den Vordergrund gestellt werden – *sie alle folgen aus*

dem Zweifel: ob eine Handlung in bestimmter Weise durchgeführt worden sei, ob eine Verschmutzung vermieden werden konnte, ob sie stattgefunden hat, ob der Eintritt der möglichen Katastrophe, der Bedrohung durch entsprechende Rituale verhindert werden konnte. (Wyss 1973, S. 480)

Zweifel und Unsicherheit bestimmten also mein Leben, weil das Mögliche nie ganz gebannt werden konnte. Im verzweifelten Versuch aber gerade das zu verwirklichen, kam es zu einem unablässigen Grübeln, Bedenken und Überprüfen, das mit einem Gefühl der Unvollständigkeit einherging. Es stellten sich mir dauernd Fragen wie: Habe ich etwas übersehen? Habe ich das Ritual wirklich angemessen ausgeführt? Mit bestimmter Sicherheit konnte ich diese Fragen ja nie beantworten. Ein Restzweifel blieb also immer bestehen. Ich hatte immer den „diffusen Eindruck, ‚irgendwie‘ noch nicht fertig zu sein.“ (Althaus et al. 2013, S. 27) War wirklich alles in Ordnung? Hatte ich auf alles genauestens geachtet? War mir auch ja nichts entgangen? Besser ich wiederholte alles noch einmal!

Mit der Ordnung, der Kontrolle, der Hyperreflexivität und dem Wiederholen wurden nun die für den weiteren Verlauf dieses Kapitels relevanten Punkte angesprochen. Nachfolgend wird einzeln auf sie, ihre Verbindung zum Zweifel und ihre Bedeutung für das Ritual eingegangen.

3.5.2 Vertrauen ist gut, Kontrolle ist besser

Angefangen werden soll damit, dass ich mit dem Zwangsritual versucht habe, mich in einer absoluten und universell gültigen Ordnung abzusichern.⁵² Der Grund dafür lag, wie eben ausgeführt, im Zweifel. Es handelte sich beim ihm um eine tiefe Verunsicherung im Angesicht des Antieidos, d.h. des ständig in seiner Möglichkeit drohenden Schrecklichen und Fürchterlichen, was mit einem Misstrauen gegen mich selbst und die Welt einherging.

Meine Welt war ja von Grund auf verändert. Ich war nicht mehr „umgeben von einem in seiner Weite ruhevollen Horizont, einem weiten Umkreis gleichgültiger Vorgänge, Begebenheiten und Verhältnisse“ die mich nicht betrafen und von denen ich nicht gemeint wurde. Vielmehr war „der Charakter des Gleichgültigen, Selbstverständlichen, Harmlosen [...] aus [m]einer Welt [verschwunden] und macht[e] einer [m]eine Ruhe und Gelassenheit bedrohenden Gerichtetheit gegen [mich] Platz.“ (von Gebattel 1954, S. 100f.) Was mir also abhandengekommen war, war das Vertrauen auf mich und die Welt. Auf nichts konnte ich mich verlassen, nichts mit Gelassenheit begegnen, nichts geschehen lassen, nicht loslassen, geschweige denn mich gehen lassen (vgl. Fuchs 2011, S. 569) und dem Moment überlassen. Ich konnte weder das Ungefähre noch das Vorläufige (vgl. von Gebattel 1954, S. 117) akzeptieren, sondern all mein Trachten und Streben war auf eine „absolute Vollständigkeit der

⁵² Mit Weiß lässt sich sagen: „Er [der Zwang] legt auch eine Ordnung fest, die mit magischer Bedeutung aufgeladen ist, in der jeder Gedanke, jede Handlung, jeder Impuls einen gefährlichen Überschuss an Bedeutung hervorbringt, der mit Gegengedanken, Ritualen, Zweifeln wieder gebannt werden muss (Weiß 2019, S. 89).

Begründung, auf eine absolute Sicherheit“ (Straus 1960, S. 208) gerichtet. D.h.: ich wollte mein Leben unbedingt „von der Ordnung des Ganzen her bestimmen“ (Straus 1960, S. 209), um jede Art von Unvorhersehbarkeit auszuschalten. Ich begnügte mich also nicht mit vorläufigen Antworten. Nein! Meine Zweifel drängten dazu nach dem „letzten Sinn aller Dinge“ (Straus 1960, S. 215) zu fragen, was den geeigneten Nährboden für das Grübeln und Bedenken darstellte. Dazu aber später mehr. An dieser Stelle noch ein paar Worte zur Kontrolle, bevor es um den konkreten Ablauf des Rituals gehen soll.

Es wird davon ausgegangen, dass es sich bei der Zwangsstörung auch um eine Störung der Inhibition handelt, also um eine Störung der Fähigkeit impulsive Reaktionen zu kontrollieren oder zu hemmen. Manche Autoren argumentieren, dass es sich hierbei um eine mangelnde oder unzureichende Hemmung handelt. (vgl. Fuchs und Broschmann 2017, S. 1257) Auf den ersten Blick kann dies einleuchtend erscheinen. Beim Zwangsgestörten würde es sich dann einfach um jemanden handeln, der seine Gedanken nicht ausreichend unter Kontrolle hat. Dies scheint aber zu kurz gegriffen. Vielmehr scheint es, dass das genaue Gegenteil der Fall ist. Der Zwangsgestörte versucht zu viel Kontrolle auszuüben. Er kann den Lauf seiner Gedanken nicht ungehindert zulassen, sondern muss ständig eingreifen und bestimmte Gedanken abwehren und unterdrücken, bis das Unterdrückte schließlich unkontrolliert hervorbricht und wiederum abgewehrt werden muss.⁵³ Mit de Haan et al. kann also gesagt werden: „If having limited control over one’s thoughts is normal, perhaps these patients strive for an exaggerated and impossible control.“ (de Haan et al. 2015, S. 8) Und infolge der Ausübung dieser unmöglichen Kontrolle geschieht Folgendes: „Beyond a certain point, the desire for and exercise of conscious control becomes pathological and results in loss of control of one’s behaviour.“ (de Haan et al. 2015, S. 14) Denn durch die bewusste Kontrolle von Vorgängen, auf die normalerweise unbedenklich Verlass ist und auf die getrost vertraut werden kann, da sie selbstverständlich im Hintergrund ihre Aufgaben erfüllen, wird das gestört, was de Haan et al. als „spontaneous responsiveness“⁵⁴ bezeichnen und was später in dieser Arbeit noch als „fungierende Intentionalität“ (Merleau-Ponty 1974, S. 488) im Fokus stehen wird.

Nachdem nun also besprochen wurde, inwiefern der Zwang als eine allgemeine Reaktionsform aufgefasst werden kann, die „angesichts von Verunsicherung, Angst und Entordnung *als ordnendes, autoprotektives Gegenregulans*“ (Lang 2017b, S. 75) auftritt, soll nun das faktische

⁵³ Hierin liegt auch ein Grund für die phobische Besessenheit: „The paradoxical effect of thought suppression is that it produces a preoccupation with the suppressed thought.“ (Wegner et al. 1987, S. 8) Es könnte auch gesagt werden, dass gerade durch den Versuch die Angst fernzuhalten an ihr festgehalten wird.

⁵⁴ „The exaggerated reflection on and deliberate attention to what one is doing is called ‚hyper-reflectivity‘. Every act becomes a conscious, deliberate decision instead of just spontaneous responsiveness. What is normally taken for granted, unthinkingly relied upon, is now brought to awareness.“ (de Haan et al. 2015, S. 11)

Ritual, d.h. die Ausformung dieser zwanghaften Ordnung in ihrer exzessiven Kontrolle, im Zentrum der Aufmerksamkeit stehen. Es geht jetzt also nicht mehr um das *Warum* und die Hintergründe des Rituals, sondern um das konkrete *Wie*, d.h. um die Frage wie ich im Ritual versucht habe eine Ordnung zu stabilisieren, die „vor einer ins Chaos tendierenden Überschwemmung anders nicht kontrollierbarer Impulse“ (Lang zit. nach Lang 2017b, S. 35) und „drohender Auflösung“ (Mentzos 2000, S. 25) schützen sollte.

3.5.3 Die magischen Ordnungsmaßnahmen

Hierzu kann an der unter 3.1 angeführten Schilderung angeknüpft werden. Dort war die Rede davon, dass ich den Schrank abzählte, dass ich diese gezählten Folgen mit meinen Tics synchronisieren und koordinieren musste, dass alles sauber ausgeführt werden musste und dass auf einer guten Zahl gelandet werden musste, damit sich ein gutes Gefühl einstellte, das Ritual seine volle Wirkung entfalten konnte und nicht wieder und wieder und immer wieder wiederholt werden musste. Bei der Ausführung des Rituals bzw. des Zeremoniells⁵⁵ oder der genau festgelegten Choreographien (vgl. Althaus et al. 2013, S. 40) spielten also folgende Faktoren eine bestimmende Rolle: Das „saccadierte Handeln“ (von Gebattel 1954, S. 110), das Zählen und das Wiederholen, wobei alle diese Tätigkeiten mit einer sie begleitenden Aufmerksamkeitsspannung verfolgt werden mussten. Diese Punkte werden nun Gegenstand der Beschreibung sein, indem ich mich noch einmal zurückversetze, vor den Schrank stelle und mein Abendritual miterlebe. Ich atme aus und bin darauf bedacht nicht mehr zu schlucken. Mit der linken Hand tippe ich auf den Schrank und mit der rechten ziele ich zuckend in die *Alphazone*, deren Anblick ich vermeide. Dabei zähle ich, wobei die 1 und 2 gute Zahlen sind. Bei der 3 aber beschleicht mich ein ungutes Gefühl, da drei Uhr die Stunde der Dämonen ist und Emily Rose immer um diese Zeit heimgesucht wurde. Die 4 geht dann wieder besser. Die 5 ist schlechter, wobei es hier um schulisches Versagen geht. Die 6 ist die schlechteste aller Zahlen, denn sie symbolisierte als 666, wie es zahlreiche Rocksongs belegen, *the number of the beast*, also die Bedrohung schlechthin, die Apokalypse, den Weltuntergang, die Auflösung und Vernichtung. Die 7 geht dann wieder ein bisschen besser, da sie laut Pixies und dem Song *Monkey gone to heaven* für Gott steht, aber aufgrund der manichäischen Verflechtung von Gott und Teufel lässt auch sie kein wirklich gutes Gefühl zu. Die 8 ist auch schlecht, denn der achte Buchstabe im Alphabet ist ein *H* und die Radikalen im *Opernball* hatten sich eine 88 tätowieren lassen, die für *HH*, also Heil Hitler, stand und der gehört, wie ich in einer Doku mit

⁵⁵ „Von jeher spricht man vom ‚zwangsneurotischen Zeremoniell, Ritus und Programm‘. Offenbar soll damit zum Ausdruck gebracht werden, daß das Handeln des Zwangskranken durch eine bestimmte, starre Ordnung festgelegt ist.“ (von Gebattel 1954, S. 106)

Exorzismusausschnitten gesehen hatte, zum Heer der Dämonen. Die 9 dann ist auch nicht viel besser, da ihre Wurzel die 3 ist. Erst die 10 ist wieder gut. Auch die 11. Bei der 12 werde ich schon wieder unruhig, denn ihre Quersumme ergibt die 3 ... So tice, rucke und zucke ich also, um meinen Schrank zu versiegeln und schlafen gehen zu können. Aber die Zeit wird knapp, denn ich kann meinen Atem nicht mehr lange anhalten. Ich habe es nicht geschafft vor der Zahl 30, nach der es nicht mehr viel gute Zahlen gibt, alles sauber bei voller Aufmerksamkeit zu koordinieren. Ich atme ein, atme aus und fange wieder von vorne an. Wieder und wieder und immer wieder, bis alles zu meiner Zufriedenheit abgelaufen ist. Dann lege ich mich schnell ins Bett, ziehe die Decke über den Kopf und bete, bedrängt von meiner Atemnot. Nach dem Amen aber endlich die Freigabe. Einatmen und Schlucken, noch ein paar Mal alles Schlechte wegzucken, keinen bösen Gedanken mehr hegen und nicht zu sehr auf die Geräusche aus dem Keller achten. Dann kann ich vielleicht schnell einschlafen und muss nicht wieder aufspringen und von vorne beginnen.

Obwohl also, wie diese Schilderung zeigt, die Elemente der Saccadierung, der Aufmerksamkeitsspannung, des Zählens und Wiederholens nicht voneinander zu trennen sind, soll zu analytischen Zwecken trotzdem noch einmal kurz einzeln auf sie eingegangen werden, um den Zusammenhang zwischen ihnen besser ins Auge zu fassen. Den Anfang sollen dabei die Saccadierung und die Aufmerksamkeitsspannung machen.

3.5.3.1 Saccadierung und Aufmerksamkeitsspannung

Mit Saccadierung ist ein zerlegendes Tun gemeint, eine Zerteilung von normalerweise fließenden Bewegungen bzw. eines „Handlungsinsgesamt“ (von Gebattel 1954, S. 109) in genau voneinander abgesetzte Einzelbewegungen, aus denen die Choreographien zusammengesetzt werden.

Alle Bewegungen müssen ganz exakt, wie abgehackt, wie beim Exerzieren gemacht werden. Die Zahl der Einzelbewegungen, z. B. beim Waschen oder Abtrocknen ist festgelegt; festgelegt ist auch aufs Genaueste ihre Aufeinanderfolge. Damit das Programm eingehalten werden könne, ist es zweitens notwendig, mit hellgespannter Aufmerksamkeit alle Bewegungen zu kontrollieren, also mit höchster Wachheit auf die Richtigkeit des Tuns aufzupassen. [...] Jede unterlaufende Ungenauigkeit wird als schuldhaft empfunden [...] Der geringste Genauigkeitsfehler wird als Versündigung erlebt. (von Gebattel 1954, S. 107)

Das Erleben von Schuld und Sünde liegt dabei darin begründet, dass mit der „Präzision des Tuns“ (von Gebattel 1954, S. 118) bzw. mit der „Sucht nach dem Perfekten“ (Heerlein et al. 2002, S. 225) die Tendenz ins Gestaltlose, Chaotische und Unberechenbare abgewehrt werden soll. Es soll dadurch sichergestellt werden, dass alles in Ordnung ist und nach festgelegten Regeln abläuft, damit auch ja nichts Unvorhergesehenes eintreten kann. Gelingt dies nicht, wurde der eigenen Verantwortung nicht nachgekommen, wodurch das ständig drohende Unheil

womöglich nicht abgewehrt wurde, was die Schuld an den fatalen Konsequenzen, die sich womöglich bereits anzubahnen begannen, nach sich gezogen hätte. Damit ein solches Szenario also nicht eintritt, wird das eigene Leben unter eine hyperreflexive und hypervigilante⁵⁶ (vgl. Hoffmann 2005, S. 6 und 9) Überwachung gestellt. Nichts darf mehr spontan geschehen, sondern alles muss einer bewussten und allumfassenden Kontrolle unterstellt werden. Diese unterwirft zum einen das eigene Denken einer strengen Zensur, die die Inhalte in zulässige und unzulässige scheidet. Darüber hinaus muss auch die rituelle Abwehr und zeremonielle Gutmachung für die unzulässigen Gedanken aufs Genaueste beobachtet werden. Kein Fehler darf unterlaufen, nichts dem Zufall überlassen werden. Zu diesem Zweck also die Zerlegung des Handelns in einzelne Elemente. Nur so ist die Richtigkeit des Tuns überprüfbar und sicherzustellen⁵⁷, wobei hierzu natürlich auch noch alle Tabus im Auge behalten werden müssen – sowohl die räumlichen als auch die zahlenmäßigen, über die jetzt gesprochen werden soll.

3.5.3.2 Das Zählen und Wiederholen

Es wurde bereits beschrieben, dass die Zahlen analog zu den Tabuzonen (Ecken, Winkel und Kanten) zugelassene Gegeninhalte (vgl. von Gebattel 1954, S. 99) darstellten, durch die vorübergehend die bedrängenden Drohungen abgewehrt werden können. Aber auch ihnen wohnt eine Ambivalenz inne. Auch durch sie entwickelt sich ein Tabusystem von gut und schlecht, was auf der einen Seite dazu führt sich rituell absichern zu können, auf der anderen Seite wird dadurch aber ein weiterer harmloser Bereich mit magischer Bedeutung aufgeladen, die den Zwangsgestörten drohend anfallen kann.

Und selbst die Absicherung ist trügerisch. Anfangs scheinen die Zahlen noch einen gewissen Halt zu bieten. Es handelt sich immerhin um eindeutig bestimmbare Einheiten. (vgl. Straus 1960, S. 213) Wird der Ritus also genau so und so viel Mal angewandt, wird alles in Ordnung sein. Hier kommt die Wiederholung mit ins Spiel, die im Verbund mit der leibhaftigen Bekräftigung durch symbolische Gesten eine „Art von beschwörender Wirksamkeit“ (von Gebattel 1954, S. 120) entwickelt, also einerseits die Abwehr verstärkt und andererseits den „aufs erstemal nicht gelungenen Abschluß der Handlung erzwing[t].“ (von Gebattel 1954, S.

⁵⁶ Diese beiden Begriffe werden in dieser Arbeit vorwiegend synonym verwendet.

⁵⁷ Auch Fuchs bemerkt, dass Zwangsgestörte „ihr Leben mit einer fortwährenden, hyperreflexiven Bewusstheit führen, ihre Handlungen aus Einzelementen mit hohem Aufwand selbst zusammensetzen und durch ständige Kontrolle die Zahl ihrer Fehlleistungen zu verringern suchen (Fuchs 2011).“ (Fuchs 2014, S. 93f.)

119)⁵⁸ Der Zwangsgestörte hat ja mit einem Gefühl der Unvollständigkeit zu kämpfen, mit Unsicherheiten und Zweifeln sein eigenes Handeln betreffend. Er fragt sich, ob er etwas übersehen hat, ob ihm ein Fehler unterlaufen sei. Durch die Wiederholung können die Zweifel beseitigt werden, indem Wiedergutmachung geleistet wird. (vgl. von Gebattel 1954, S. 119) Das ist aber nur gewährleistet, wenn alle Einzelhandlungen perfekt koordiniert werden können und das ganze Ritual dabei mit höchstgespannter Aufmerksamkeit verfolgt wird, was die Richtigkeit und Wirksamkeit der Zeremonie gewährleistet. Da diese „Präzisionsspannung“ (von Gebattel 1954, S. 112) sich aber unmöglich durchhalten lässt, bemächtigt sich das Gefühl der Unvollständigkeit wiederum des Zwangsgestörten und verlangt erneute Wiederholungen. Die Eindeutigkeit der Zahl versagt. Sie ufert aus, stabilisiert in Verbund mit all den anderen Maßnahmen die Ordnung immer nur einen Moment lang. Im nächsten Moment sind die Zweifel aber schon wieder da, die erneut durch die Wiederholung Wiedergutmachung fordern. Der Zwangsgestörte kommt also an kein Ende. Wieder und wieder werden die Folgen wiederholt, noch ausführlicher und noch exakter, weil er einem Ideal verfallen ist, das sich nicht realisieren lässt, der fixen Idee eines vollkommenen Selbstbewusstseins, einer totalen Transparenz und absoluten Aktualität ohne einen Untergrund von Unbestimmtheit und Potentialität, wo immer alles beim Alten bleibt.

3.6 Zeitlichkeit des Zwangs

3.6.1 Das Zukünftige als das Mögliche

An diesen Gedanken einer absoluten Aktualität frei von jeglicher bedrohlichen Potentialität kann nun angeknüpft werden, um in die Beschreibung der Erfahrung von Zeit unter dem Einfluss des Zwangs einzusteigen. Dabei gilt es zu beachten, dass die Möglichkeit vor allem mit der Zeitekstase⁵⁹ der Zukunft in Verbindung steht. Kierkegaard schreibt hierzu treffend: „Das Mögliche ist für die Freiheit das Zukünftige und das Zukünftige für die Zeit das Mögliche.“ (Kierkegaard 2012, S. 550) Damit ist gemeint, dass die Zukunft eben nicht

⁵⁸ In diesem Sinne schreibt auch Bossong: „Das Gelingen eines Handelns löst eine Spannung, die jedem Handeln vorausgeht, und vermittelt so eine Hochstimmung. [...] Wenn das Handeln misslingt, wie es dem Süchtigen widerfährt, löst sich die Spannung nicht, sondern sie führt zur Wiederholung, d. h. zu einem neuen Versuch, die Lösung herbeizuführen.“ (Bossong 2015, S. 100) Da es sich bei der Zwangsstörung um eine „Sucht nach Sicherheit“ (Althaus et al. 2013) handelt, wie es der Buchtitel von Althaus et al. nahelegt, scheint diese Überlegung Bossongs durchaus auch auf das Wiederholen im Zuge des Zwangsrituals anwendbar.

⁵⁹ Es soll an dieser Stelle darauf hingewiesen werden, dass jede Beschreibung von Zeitlichkeit ihren Ausgangspunkt in der Gegenwart nehmen muss, um zu beschreiben, wie aus ihr heraus sich das momentane Erleben in seine ekstatischen Horizonte der Zukunft und Vergangenheit hinein erstreckt. In diesem Sinn haben Vergangenheit und Zukunft nur insofern ihre Wirklichkeit, indem sie sich präsentisch als retentionale und protentionale Horizonte zeitigen, sei dies im Modus der Zu- oder Abwendung, d.h. der Eröffnung oder Verdeckung dieser Horizonte.

festgelegt und determiniert ist. Ihr ist es eigen noch offen zu sein und damit liegt „ihr spezielles Sein im Möglichsein“ (Wandruszka 2014, S. 232), das sich erst noch zu verwirklichen hat. Nun wurde bereits erörtert, dass ich in meiner Zwangsstörung der Möglichkeit nicht gerade aufgeschlossen gegenüberstand. Das Neue, Ungefähre und Unvorhergesehene übte auf mich keine lockende, anziehende und anspornende Wirkung aus. Vielmehr überwiegte ihre drohende, ängstigende und verunsichernde Dimension. (vgl. Wandruszka 2014, S. 225f.) Erinnert sei hier an die Schilderung im zweiten Kapitel, wo beschrieben wurde, dass sich nach meiner Matura die Zukunft als bedrohlicher und unwägbarer Möglichkeitshorizont vor mir ausbreitete, vor dem ich zurückschrak und vor dem ich im Studium Schutz suchte. Mit Angehrn kann gesagt werden, dass ich in meinem Streben nach Sicherheit darauf bedacht war mich

auf das Kommende, Unvorhergesehene ein[zu]stellen, es soweit wie möglich vorweg[zu]nehmen, ein[zu]schränken, [zu] beherrschen [...] In den rigiden Formen des Sicherheitsdenkens [...] verknüpft sich das Interesse an Dauer mit [...] der Reduzierung des Möglichen: nicht als Öffnung einer Zukunft, die alles vermag, sondern als deren Bindung. Erstrebt ist eine bestimmte Zukunft, in der kein wirklich Neues sich ereignet. (Angehrn zit. nach Koch 2013, S. 18)

Im vorigen Kapitel wurde ausführlich beschrieben, wie ich versucht habe diese Sicherheit im Zuge des Rituals zu erzwingen. Die absolute Ordnung sollte dabei jede Form von Offenheit ausschließen, jegliche Veränderung verhindern. Es handelt sich um den Versuch starr am Vorhandenen festzuhalten (vgl. Straus 1960, S. 210) und Vergänglichkeit auszuschalten (vgl. Lang 2017b, S. 31), indem im saccadierten Verhalten versucht wird eine komplette Kontrolle in allen Bereichen des Lebens zu etablieren. Bevor aber die Saccadierung aus Sicht der Zeitlichkeit Gegenstand der Betrachtung sein wird, sollen noch ein paar Worte über den Zukunftsbezug verloren werden.

3.6.2 Zukunftsbezug – Zwischen Antizipation und Erschrecken

Dieser stellte sich mir, wie gerade angesprochen, als bedrohlich und verunsichernd dar. Es herrschte ein Vorgefühl, das sich auf eine unbestimmte Bedrohung richtete. Es fand eine ständige „Antizipation eines Unheils“ (Fuchs und Micali 2013, S. 53) statt, das in seiner Ungewissheit über mir schwebte. Ein weiteres Mal geht es an dieser Stelle also um die Angst⁶⁰, wobei hier ihre zeitliche Struktur im Vordergrund steht. Dabei gilt es zu differenzieren: Es „ist zu unterscheiden zwischen dem schreckhaften *Angsterlebnis* und einer habituellen *Angstbereitschaft*, einer ‚Ängstlichkeit‘ (GW XI, 421)“ (Waldenfels 2015, S. 120). Die bereits angesprochene antizipative Gerichtetheit der Angst, die sie als „negativen Erwartungsaffekt“

⁶⁰ Schon Aristoteles fasst sie als „Vorgefühl drohenden Übels“ (zit. nach Waldenfels 2015, S. 122).

(Fuchs und Micali 2013, S. 53) auszeichnet, entspricht dabei der Angstbereitschaft.⁶¹ Ihr zeitlicher Modus kann als Bevorstehen beschrieben werden, als ein „Vorweg-Sein, [das] die ‚äußere‘ und ‚innere‘ Welt auf die Gefahren hin abtastet“ (Gondek 2015, S. 203), um somit vor dem Bedrohenden und Bevorstehenden zu schützen bzw. um sich auf dieses vorzubereiten. Es geht hier darum das plötzliche Hereinbrechen des Schrecklichen zu verhindern, also das schreckhafte Angsterlebnis als aktuellen Affekt abzuwenden, das sonst unvorbereitet und wie aus heiterem Himmel eintreten würde. Dazu mobilisiert die Angst die Phantasie, die sich die unbestimmt antizipierte Katastrophe auszumalen versucht. (vgl. Fuchs und Micali 2013, S. 53) Dies wurde bereits thematisiert als von einer unreinen Phantasie und der Blitzartigkeit ständig wechselnder Vorstellungen die Rede war. Daran soll nun angeknüpft werden. Ähnlich wie im Begriff des Grauens geht es hier um ein Changieren zwischen Angst und Furcht. Es wurde bereits darüber gesprochen, dass keine Angst ohne die Tastatur der Furcht auftritt und keine Furcht frei ist von untergründiger Angst. Auch hier stellt sich die Lage ähnlich dar. Einerseits wird versucht durch die Phantasie die Bedrohung vorwegzunehmen, um sich auf die Möglichkeit ihres Eintretens gefasst zu machen. Andererseits können die flüchtig aufblitzenden Furchtszenarien, wenn auch nur für einen unklaren Moment, derart grauenhaft und entsetzlich wirken, bevor sie wieder in der Unkenntlichkeit verschwinden, dass gerade durch sie der Schreck ausgelöst wird, was im nächsten Moment das Ritual auf den Plan ruft. Das Zusammenschrecken in seiner Plötzlichkeit und die auf es folgende Abwehr lassen sich somit als ein Abreißen der Kontinuität beschreiben. (vgl. Fuchs 1999, S. 81) Analog zum unentrinnbaren *Hier* im Angesicht des gehinderten „Weg“ kann also von einem unentrinnbaren *Jetzt*, einer Erfahrung von Gegenwart ohne Ausdehnung, gesprochen werden, die kurzfristig aus dem kontinuierlichen Gang der Erfahrung herausreißt und diesen durchbricht, wobei die Saccadierung im Zuge der rituellen Abwehr diese Unterbrechung auf Dauer stellt.

3.6.3 Saccadierung, Diskontinuität und Werdenshemmung

Durch sie kommt es nämlich über den Schreck hinaus zu einer Ausbreitung von Diskontinuität im zeitlichen Erleben. Es wurde bereits beschrieben, wie die Saccadierung in der rituellen Abwehr ein Handlungsinsgesamt durch ein zerlegendes Tun ersetzt. Es wird nun auf die Bedeutung dieses Tuns für das Zeiterleben fokussiert.

Die Zielgebundenheit und Zukunftsgerichtetheit des Gesunden und der Bewegungsschritt, in dem er auf Ziel und Zukunft zugeht, lassen die Etappen seines jeweiligen Tuns nur als unbetonte Phasen eines Handlungsinsgesamt erscheinen, das selbst vielleicht Teil ist eines noch weiter

⁶¹ Angst und hypervigilante Aufmerksamkeitsspannung stehen also in einem engen Verhältnis zueinander. Es könnte auch von einer Bereitschaftshaltung und Habacht-Stellung gesprochen werden, welche sich auf das womöglich bevorstehende Übel richten, das es unter allen Umständen zu vermeiden gilt.

gespannten Ganzen. [...] Gemessen an diesem Verhalten des Gesunden, zeigt das saccadierte Handeln des Anankasten eine völlig andere Zeitstruktur; rein deskriptiv schließt es in sich eine Zertrümmerung der lebensvollen Gliederung sich ereignender Handlungsabläufe. (von Gebattel 1954, S. 109f.)

Dieses Zitat verdeutlicht noch einmal, dass der Zwangsgestörte in einer diskontinuierlichen Zeiterfahrung gefangen ist. Besser gesagt: Er sperrt sich selbst in dieser ein. Denn die Zukunft macht ihm Angst. Er begegnet dem Unvorhergesehenen mit tiefem Misstrauen und ist dem Neuen und noch Kommenden feindlich gegenüber eingestellt. (vgl. von Gebattel 1954, S. 105f.) Anders ausgedrückt kann auch gesagt werden, dass sich der Zwangsgestörte nicht mehr auf die Zukunft hin spannt, sich nicht mehr auf diese hin entwirft. Auf mich bezogen war diesbezüglich die Rede von der fixen Idee, dass es in der Zukunft irgendwo ein Ziel geben musste, dass es so schnell wie möglich zu erreichen galt. Aber dieses Ziel verlor sich immer im Unkonkreten, blieb vage, war deshalb kaum anzuvisieren und somit konnte ihm nicht nachgegangen werden. Ich konnte keine Schritte setzen, um es zu verwirklichen, weil ich mich zu nichts entschließen konnte. Selbst der Flucht in die Vorstellung einer Schriftstellerexistenz, die sich mit Eintritt in das Studium gebildet hatte, fehlte das dazu nötige Engagement. Es war kein Entschluss aus Überzeugung und Leidenschaft, sondern aus Verzweiflung. Es handelte sich um eine Ausrede, mit der ich mich selbst beruhigen konnte, da es so den Anschein machte, dass ich ein Ziel verfolgte. Aber eigentlich wurde mit dem Leben nicht ernst gemacht, sondern es wurde ihm immer noch ausgewichen. Worauf es mit mir hinauswollte? Keine Ahnung und ich wollte es auch gar nicht wissen. Ich wollte nur in Ruhe gelassen werden und meinen Frieden haben vor den ständig andrängenden Fragen. Deshalb tiete ich auch sie weg und wies sie von mir.

Im Leben des Zwangsgestörten gibt es also keinen lebensvoll gegliederten Handlungsablauf. Die Tendenz ins Gestaltlose hängt mit der Perspektiv- und Ziellosigkeit des eigenen Lebens zusammen, welches somit den „Rhythmus des Beginnens und Vollendens“ (Straus 1960, S. 190) verliert.

Es fehlt dem zerlegenden Tun vor allem die Gliederung in ein Ebennoch, ein Augenblicklich und ein Nachher; statt dessen finden wir es aufgelöst in lauter Jetztpunkte: Jetzt tust du das, jetzt dies, jetzt das. Dadurch, daß das Hineinhandeln in die Zukunft aufgehoben ist, ist mitaufgehoben der normale, fließende Übergang von der Vergangenheit in die Zukunft, diese Selbstveränderung der Persönlichkeit durch die gleitende Veränderung ihres Verhaltens, dieser Fluß ihres Werdens, der sich dem Tun mitteilt. Das Fließen wird ersetzt durch das Fiat, das registrierende Kommando; das Sichereignen des Tuns durch den Willkürakt einer formalen Setzung motorischer Bewegungsphasen ohne Sinn. Das Vorwärtsstoßen der Handlung von Jetztpunkt zu Jetztpunkt setzt voraus eine Homogenisierung [sic!] der Zeit, was für die Handlungen einen Verlust ihrer Zeitgestalt bedeutet. Ruckartig und stockend erzwingt der Anankast den Anschein des Fortschrittes, der im Sinn des lebendigen Geschehens keiner ist. (von Gebattel 1954, S. 110)

Der Zwangsgestörte findet sich also gebannt an das *Hier* und *Jetzt*. Natürlich darf das nicht als ein Ankommen im Moment verstanden werden. Vielmehr hat er „weder einen Ort noch eine Stunde, in der [er] Ruhe findet; [er] hat kein Bleiben mehr, [...] ist aus dem gelebten Raum und der gelebten Zeit ausgeschieden.“ (Straus 1960, S. 190) Denn er ist ständig auf der Flucht, angefallen von den unheilvollen Gedanken, Triebregungen und Physiognomien seiner magischen Gegenwelt, die ihn der Unrast und Hetze aussetzen. Getrieben kommt er nie an ein Ziel, da es keinen Ausweg gibt, nur kurze durch das zeitraubende Ritual erkaufte Verschnaufpausen, „kleine Inseln verstätteter Belanglosigkeit im Ozean des ‚Verbotenen und Schlechten‘, auf denen vorübergehend, und auch dann nur mit Angst, Fuß gefaßt werden kann.“ (von Gebattel 1954, S. 99) Denn das Vergangene will die Perfektform nicht annehmen, drängt im nächsten Moment als Unerledigtes wieder heran (vgl. von Gebattel 1954, S. 112) und verlangt nach erneuter Abwehr, erneuter Wiederholung des Rituals. Darum kommt der Zwangsgestörte auch nicht von der Stelle.⁶² Seine Lage ähnelt mehr einer statischen Situation als einem dynamischen Lebensvollzug. (vgl. Heinze 2015, S. 27) Durch die zwanghafte Absicherung vor dem Ungefährten und Vorläufigen in einer absolute Sicherheit versprechenden Ordnung kommt das zielgerichtete und in die Zukunft ausgreifende Handeln zum Erliegen. Dem Zwangsgestörten wurde deshalb eine „Werdenshemmung“ (von Gebattel 1954, S. 118) unterstellt, ein „Nichtwerden-können“ und eine „Nichtverwirklichung der eigenen Gestalt“ (von Gebattel 1954, S. 128), die jede Form der Persönlichkeitsentfaltung und Selbstbestimmung verhindert. Infolgedessen kann das agierende und saccadierte Tun im Gegensatz zum Handlungsinsgesamt als eine Störung des „Handeln-könnens“ (von Gebattel 1954, S. 106) verstanden werden, die gerade darin ihren Ausdruck findet, dass der Zwangsgestörte in ruheloser Anspannung dauernd in Aktion ist. (vgl. von Gebattel 1954, S. 106f.)

3.7 Um den Preis der Freiheit

Damit steht nun der Aspekt der Freiheit im Mittelpunkt, wobei gleich von Anfang an darauf hingewiesen werden soll, dass es sich hier ausschließlich um Fragen der Handlungs- und Wahlfreiheit handelt, also darum, inwiefern ich mich in meinem Handeln und Wählen als frei erlebte. Gleich zu Beginn dieser Arbeit wurde darauf hingewiesen, dass die Abwandlung meiner zwangsgestörten Welt auch in Bezug auf die Aspekte der Möglichkeit und Unmöglichkeit bzw. des Könnens und Nichtkönnens zu beschreiben ist. Auch, dass es um eine

⁶² Die Welt des Zwangskranken wurde deshalb von verschiedenen Autoren, darunter auch von Gebattel und Straus, als eine Welt des Stillstandes beschrieben. (vgl. Weiß 2019, S. 89)

Verortung meiner Erfahrung zwischen Selbst- und Fremdbestimmung geht, die mit einer Darstellung von sich einschränkenden Freiheitsgraden und Spielräumen einhergeht. Dieses Vorhaben soll nun näher ins Auge gefasst werden. Dazu wird zuerst auf die Stellen in dieser Arbeit verwiesen, an denen auf diese Thematik bereits implizit Bezug genommen wurde, um davon ausgehend diese weiterzuentwickeln. In der Fußnote 7 z.B. war die Rede davon, dass sich mein Vorhaben mit der Psychopathologie in dem Punkt trifft, dass es um eine Beschreibung von Freiheitsgraden im Produzierenkönnen geht. Damit ist gemeint, dass Freiheit als mögliche Wahl zwischen Optionen erlebt wird.⁶³ In dieser Hinsicht beschreibt von Gebattel die Freiheit des Gesunden und die Verarmung dieser Freiheit beim Zwangsgestörten wie folgt:

Er [der Gesunde] weiß, daß der Mensch keine Präzisionsmaschine ist, und läßt darum in einem weiten Umkreis von Möglichkeiten das Belanglose zu Wort kommen, ohne sich auf allzu bestimmte Regeln des Verhaltens festzulegen. Für ihn hat auch das Ungefähre sein Recht, das Vorläufige seinen Sinn. Er lebt darum ständig in einer Atmosphäre der Freiheit, des So-, aber auch Anders-könnens, in einer gewissen losen und launischen Ungebundenheit seines Tuns. [...] Genau wo der Gesunde sich in der Freiheit seiner durch die Belanglosigkeit ihrer Vollzugsweise erheiternden Hantierungen tummelt, sehen wir den Anankasten der Nötigung zu starr festgelegten, stereotypen Vollzügen erliegen, während das objektiv wichtige Tun ausscheidet. Eine Verarmung an Freiheit setzt sich nun in der Festlegung belangloser Akte und Teilakte und deren Reihenfolge durch, Variationen gibt es nicht, Abwandlungen des Tuns sind verboten und schuldhaft. (von Gebattel 1954, S. 117)

Es geht also um ein „So-, aber auch Anders-können“, das dem Zwangsgestörten versagt ist. Er erlebt kaum Wahlmöglichkeiten mehr (vgl. Althaus et al. 2013, S. 35) und damit auch keine Wahlfreiheit, die durch einen Spielraum von Möglichkeiten definiert ist. (vgl. Waldenfels 2007, S. 126) Denn dieser Spielraum verengt sich immer weiter, bis der weite „Umkreis von Möglichkeiten“⁶⁴ zusammengeschrumpft ist „zu starr festgelegten, stereotypen Vollzügen“, die als Zwang, Nötigung und Müssen erlebt werden, also ex negativo auch als ein Nichtdürfen. (vgl. von Gebattel 1954, S. 117) Dieses Nichtdürfen wurde schon implizit im Rahmen der phobischen Besessenheit behandelt. Dort war die Rede von den allgegenwärtigen Tabudrohungen. Es gab Tabuzonen, tabuisierte Zahlen, tabuisierte Gedanken, Gefühle etc. Ständig kamen sie mir in die Quere, ständig wurde ich von ihnen angefallen und musste sie abwehren. Mir ging es ähnlich wie einer Patientin, von der von Gebattel Folgendes berichtet:

⁶³ Sartre bemerkt treffend: „[D]a diese Freiheit weder ein Gegebenes (*donné*) noch eine Eigenschaft (*propriété*) ist, kann sie nur sein, indem sie sich wählt. Die Freiheit des Für-sich ist immer *engagiert*.“ (Sartre zit. nach Vetter et al. 2004, S. 141) Dieses Engagement muss nicht notwendig als bewusster Akt verstanden werden, sondern kann auch als leibliches Engagement (vgl. Fuchs 1999, S. 318) aufgefasst werden, das sich vor jeder Überlegung auf bestimmte Ziele und Vorhaben hin spannt. In diesem Sinn schreiben de Haan et al.: „To feel free requires first and foremost that one can act in accordance with what one cares about. Consequently, we need to be able to engage in the world, to engage with others. And this engagement requires the ability to rely on one’s bodily skills as much as on our ability to reflect and deliberate.“ (de Haan et al. 2015, S. 14)

⁶⁴ Auch Merleau-Ponty spricht in Anlehnung an Minkowski von einer „Weite unseres Lebens“ oder einem „Bereich unseres möglichen Tuns“. (Merleau-Ponty 1974, S. 104) Ebenso von einem „Spielraum, der mir Freiheit gewährt“ (Merleau-Ponty 1974, S. 332), der aber durch bedrängende Ereignisse eingeengt werden kann.

„es entsteht ein ‚entsetzliches Gefühl von Gehetztheit‘, weil der ‚Apparat immer komplizierter wird‘ der Maßnahmen, die sie tun muß, ‚um das, was sie tun will, tun zu dürfen‘“. (vgl. von Gebattel 1954, S. 79)

Im vorigen Kapitel wurde gezeigt, dass der Zwangsgestörte deshalb dauernd in Aktion ist, also agiert anstatt zu handeln. Im zweiten Kapitel wurde festgestellt, dass es sich bei diesem Agieren um ein Ausweichen in die Symptombildung handelt und damit um eine Flucht vor sich selbst, die jedes selbstbestimmte Leben verhindert. Damit kann auch der Hinweis wieder aufgegriffen werden, dass Angst und Ängstlichkeit selbst zur Gefahr werden können, indem die Angstabwehr der Angst verfallen bleibt. In anderen Worten handelt es sich um eine Einschränkung von Möglichkeiten, einer zwanghaften Hemmung von Spontanität, die in ihrem Streben nach Angstersparnis den Preis einer fortschreitenden Lebenseinengung bezahlt. (vgl. Gondek 2015, S. 203)⁶⁵ Denn am Ende verselbstständigen sich die Zwangsmechanismen, verlieren ihre stützende und sichernde Funktion und werden selbst zum Verhängnis, indem sie enorme Energiemengen verbrauchen und jede Entwicklung blockieren. (vgl. Mentzos 2000, S. 25)

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass das Erleben der eigenen Unfreiheit auf die durch den Zwang verstärkte Zwiespältigkeit der eigenen Person zurückzuführen ist. Es war in dieser Arbeit schon des Öfteren die Rede von einer Selbstdissoziation, von Ambivalenzen, Konflikten, entgegengesetzten Tendenzen und einem anhaltendem Störungserleben, das abgewehrt werden musste. Mit all diesen Formulierungen sollte ausgedrückt werden, dass es in meinem Fall durch die Angst und den Zwang zu einer Selbstentfremdung oder Selbstentzweiung (vgl. Fuchs 2011, S. 575) kam, in der ich mich selbst aus der Hand gab und meine Autonomie aufgab, um Sicherheit zu gewinnen. Eine Strategie, die am Ende auch zum Verlust der Sicherheit führte. Dazu aber später mehr. Nachfolgend soll nun dargetellt werden, wie sich die Zwiespältigkeit und das Störungserleben mit den Begriffen der Intentionalität, der Responsivität und des Weltbezugs beschreiben lassen, um den phänomenologischen Aufweis meiner zwangsgestörten Welt abzuschließen.

⁶⁵ Es sei daran erinnert, dass ich mich mit dem Zwang gegen die Potentialität absichern wollte, indem ich mich vor der mit ihr einhergehenden Unbestimmtheit und Unkontrollierbarkeit verschloss. Kierkegaard bezeichnet eine solche Art der Verschllossenheit als „das Dämonische“ (Kierkegaard 2012, S. 584). Damit bezeichnet er eine Freiheit, die sich der Möglichkeit für die Möglichkeit verschließt und vor der Offenheit und dem Wählenkönnen flieht. Auch hat er davon gesprochen, dass eine solche in sich selbst gefangene Freiheit die Kommunikation nicht wünscht. (vgl. Kierkegaard 2012, S. 590f.) Damit muss nicht nur die zwischenmenschliche Kommunikation gemeint sein, sondern diese Bestimmung kann auch auf das Empfinden als einer vorprädikativen Kommunikation mit der Welt (vgl. Grüny 2004, S. 82) angewendet werden, was es erlauben wird, den Zwang im nächsten Kapitel in Hinblick auf seine Responsivität zu betrachten.

3.8 Intentionalität, Weltbezug und Responsivität

3.8.1 Terminologische Grundlagen

Dazu müssen vorab einige terminologische Fragen angegangen werden. Als erstes scheint es wichtig, das Verhältnis der Begriffe der Intentionalität und des Weltbezuges auszuführen. Darauf wurde schon kurz am Ende des ersten Kapitels eingegangen, wo die Intentionalität mit dem Zur-Welt-sein in seinem Bezugscharakter gleichgesetzt wurde. Grundsätzlich kann mit Bossong die Intentionalität allgemein wie folgt bestimmt werden: „*Intentionalität* kann mit *„gespanntem Gerichtetsein auf etwas“* übersetzt werden. Treffender erscheint mir jedoch das deutsche Wort *Bezogensein*, da in ihm weniger aktivische Bedeutung liegt.“ (Bossong 2015, S. 102) Hiermit ist schon eine grundsätzliche Differenz im Intentionalitätsbegriff angezeigt: Sie liegt zwischen einem aktiven Sichrichten-auf die Welt und einem eher passiven Bezogensein, In-sein oder Vertraut-sein mit der Welt. Diese Differenz bzw. Polarität wurde bereits angeschnitten, als von der gnostischen und pathischen Weltdeutung die Rede war. In der phänomenologischen Tradition stehen sich in diesem Zusammenhang die Begriffe der „Aktintentionalität“ und der „fungierende[n] Intentionalität“ (Husserl zit. nach Merleau-Ponty 1974, S. 475) gegenüber⁶⁶, die beide auf Husserl zurückgehen. Mit ersterem ist ein Bewusstsein von etwas gemeint, also eine bewusste Setzung eines Gegenstandes durch ein transzendentes Ego. Dieser Akt wird dabei in „Noesis“ und „Noema“ (Husserl zit. nach Gander und Breyer 2010, S. 155) aufgeteilt. Noesis meint dabei den Akt der Bezugnahme und Noema den Gegenstand dieser. (vgl. Dammann 2015, S. 55) Dabei handelt es sich vornehmlich um Wahrnehmungs-, Denk- und Vorstellungsinhalte eines absolut wachen Bewusstseins bzw. eines sich selbst durchsichtigen Intellekts. Husserl hat dann aber selbst durch seine konkreten Analysen gesehen, dass die Annahme eines solchen transzendentalen Egos problematisch ist und die Aktualität des Gegenstandsbewusstseins in der Potentialität und der Horizontstruktur, d.h. im Impliziten, ihre Bedingung hat, also in nicht vorgestellten Horizonten der leiblichen Existenz wurzelt. (vgl. Lévinas 1983, S. 128ff.) Er bemüht sich anschließend darum diesen Bereich vorintentionaler⁶⁷ Gegebenheiten, der dem wachen Bewusstsein zugrunde liegt, mithilfe der Begriffe der fungierenden Intentionalität und der Passivität zu beschreiben (vgl. Vetter et al. 2004, S. 406). Diese werden später von Merleau-Ponty aufgegriffen, um die

⁶⁶ Bei dieser Parallelisierung von gnostischer und pathischer Weltdeutung mit Aktintentionalität und fungierender Intentionalität handelt es sich mehr um eine Arbeitshypothese als um eine gesicherte Aussage. Es wird sich zeigen, inwiefern sie sich in Anschlag bringen lässt bzw. wo sie in Grauzonen führt und weitere Fragen aufwirft.

⁶⁷ Vorintentional im Verhältnis zur Aktintentionalität.

vorprädikative Einheit von Subjekt⁶⁸ und Welt zu thematisieren, die dem thetischen Bewusstsein vorausgeht. (vgl. Merleau-Ponty 1974, S. 15) Im Begriff des Zur-Welt-seins versucht Merleau-Ponty diese Einheit zu fassen, wobei diese Übersetzung womöglich immer noch den Charakter der Gerichtetheit zu sehr in Szene setzt.

Merleau-Pontys Grundbegriff „être-au-monde“ in seinem Doppelsinn bezeichnet: auf der einen Seite eben jenes Zur-Welt-sein, das der deutsche Übersetzer wählt, das Gerichtetsein auf die Welt, auf der anderen Seite ein der Welt Gehören, ein Von-der-Welt-Sein, wie man vielleicht sagen könnte (Grüny 2004, S. 87).

Es könnte zudem noch ergänzt werden: ein Von-der-Welt-ergriffen-Sein oder ein Von-der-Welt-affiziert-Werden. Denn das „au monde“ ist ein Dativ, von dem schon im Zusammenhang von Pathos und Response die Rede war. Hier ist nun die Stelle diese Begrifflichkeit wieder aufzugreifen und in die hier anzustellenden Überlegungen einzubinden.

Es wurde ausgeführt, dass es sich beim Zur-Welt-sein weniger um ein der bewussten Ich-Aktivität unterstehenden Intentionalität handelt (vgl. Fuchs 2011, S. 565) als vielmehr um einen ursprünglichen, diesen Akten zugrundeliegenden Weltbezug. Dieser verkörpert eine Intention des ganzen Seins vor jeder erkenntnismäßigen Gegenstandssetzung und stellt eine Weise der präobjektiven Sicht dar. (vgl. Merleau-Ponty 1974, S. 104) Auf dieser Ebene tritt also ein bewusstes Ich noch gar nicht auf. Es gibt hier kein souveränes und autonomes Subjekt, das den Erfahrungsprozess steuert und lenkt. Der Prozess spielt sich vielmehr noch auf der anonymen Ebene eines leiblichen Empfindens ab, in der sich die Erfahrung als Antwort⁶⁹ auf ein affektives Geschehen selbst vorausgeht. (vgl. Waldenfels 2015, S. 158) Mit Anonymität ist hier also gemeint, dass durch den Leib hindurch eine „Kommunikation mit der Welt“⁷⁰ stattfindet, „die älter ist als alles Denken.“ (Merleau-Ponty 1974, S. 296) Diese Kommunikation findet auf einer vorbegrifflichen bzw. vorprädikativen Ebene statt, die nicht bewusst gesteuert wird, sondern

⁶⁸ Wenn hier von einem *Subjekt* gesprochen wird, dann bewusst in Anlehnung an den französischen Subjektbegriff: „Bedenkenswert ist auch die Zweideutigkeit des frz. *sujet*, das sowohl den Patienten oder den Untertan wie auch das seiner selbst mächtige Subjekt bezeichnet. Lacan und Levinas machen sich diese Zweideutigkeit bei ihrer Umdeutung des Subjektbegriffs zunutze.“ (Waldenfels 2007, S. 99)

⁶⁹ Bezüglich dieses Antwortens bemerkt Waldenfels, dass es „ganz und gar vom Getroffensein her zu denken [ist], in der *Nachträglichkeit* eines Tuns, das nicht bei sich selbst, sondern beim anderen beginnt, als eine Wirkung, die ihre Ursache übernimmt. Der Antwortende tritt primär auf als der, *dem* etwas widerfährt und widerfahren ist. Diese Verzögerung lässt sich niemals aufholen; um sie aufzuholen, müßte ich mein eigenes ‚Vor-Sein‘ aufholen, obwohl dieses unauflöslich mit fremden Einwirkungen verquickt ist.“ (Waldenfels 2007, S. 59) Dieser Nachträglichkeit des Antwortens auf der einen Seite entspricht also eine Vorgängigkeit des Pathos auf der anderen Seite. Im Erfahrungsprozess ist man sich also immer schon voraus und gleichzeitig hinterher (vgl. Waldenfels 2007, S. 56), wobei Waldenfels diese zeitliche Struktur als „Diastase“ (Waldenfels 2015, S. 83) bezeichnet.

⁷⁰ Hier treffen sich die verschiedenen Begrifflichkeiten. Das leibliche Empfinden von Merleau Ponty mit dem Begriff des Pathos von Waldenfels und Straus: „Das Pathische gehört aber gerade zu dem Bestand des ursprünglichsten Erlebnis; es ist darum der begrifflichen Erkenntnis so schwer zugänglich, weil es selbst die unmittelbar-gegenwärtige, sinnlich-anschauliche, noch vorbegriffliche Kommunikation ist, die wir mit den Erscheinungen haben“ (Straus 1960, S. 151).

immer schon in Funktion ist und in diesem Sinne tritt der Leib als vorsubjektives, sprich noch anonymes Subjekt des Empfindens auf. Demgemäß schreibt Fuchs: „Im Bewußtwerden zeigt sich der Leib als etwas, das immer schon in Funktion, in einer anonymen und spontanen Tätigkeit begriffen war. Und dieses Sein des Leibes war doch schon mein Sein.“ (Fuchs 1999, S. 273) Es handelt sich beim Zur-Welt-sein also um einen Weltbezug, der nicht zu umgehen ist und der je schon vollzogen wurde, bevor dazu reflexiv Stellung bezogen werden kann. Merleau-Ponty spricht auch von

einem „intentionalen Bogen“, der um uns her unsere Vergangenheit, unsere Zukunft, unsere menschliche Umwelt, unsere physische Situation, unsere weltanschauliche Situation, unsere moralische Situation entwirft, oder vielmehr es bewirkt, daß wir in all diesen Beziehungen situiert sind. Dieser intentionale Bogen ist es, der die Einheit der Sinne, die Einheit der Intelligenz und die Einheit von Sinnlichkeit und **Motorik** [Herv. d. Autors] ausmacht. Er ist es, der in der Krankheit seine „Spannkraft“ einbüßt. (Merleau-Ponty 1974, S. 164f.)

Mit Grüny soll noch hervorgehoben werden, dass dieser intentionale Bogen eher als eine gewisse Spannung als eine zentrifugale Aktivität aufzufassen ist und selbst nicht etwas ist, für das aufgekomen werden kann, da er auf jener Ebene fungiert, auf der Aktivität und Passivität nicht zu trennen sind. (vgl. Grüny 2004, S. 87) Somit kann mit Fuchs in Anlehnung an Merleau-Ponty der intentionale Bogen abschließend als „Bezeichnung der selbsttätigen, nicht der Ich-Aktivität unterliegenden Intentionalität des Leibes“ (Fuchs 2011, S. 565) definiert werden. Dieser intentionale Bogen tauchte in dieser Arbeit schon unter dem Begriff des Handlungsinsgesamt auf, als von der Saccadierung die Rede war. Diese Ausführungen werden in Kürze aufgegriffen. Davor soll aber noch auf einen weiteren Begriff eingegangen werden, der für die anstehende Beschreibung meines zwangsgestörten Weltbezugs sehr hilfreich sein wird. Es handelt sich um den Begriff der „Transzendenz“. Dieser Begriff hat natürlich eine lange Tradition auf die hier nicht eingegangen werden kann. Im Rahmen dieser Arbeit ist es vor allem Heideggers Auffassung⁷¹, die im Vordergrund stehen wird und die Anknüpfungen daran durch Lévinas (vgl. Lévinas 1983, S. 132) und Merleau-Ponty (vgl. Merleau-Ponty 1974, S. 475). Hierbei geht es um die Frage nach dem Verhältnis von Subjekt und Welt und um die Feststellung, dass das Subjekt immer schon in einer Welt situiert und mit ihr vertraut ist. In den Worten von Merleau-Ponty ist das Subjekt also je schon orientiert und polarisiert auf die Welt hin

und alles verweist uns so auf den Gedanken des Subjekts als Ek-stase und auf ein aktives Transzendenz-Verhältnis zwischen Subjekt und Welt. Die Welt ist unabtrennbar vom Subjekt,

⁷¹ Heidegger versucht sich durch seinen Transzendenzbegriff kritisch von Husserls Aktintentionalität abzusetzen, indem er davon ausgeht, dass die Intentionalität als Bewusstsein von etwas in der Transzendenz des In-der-Welt-seins begründet liegt (vgl. Vetter et al. 2004, S. 459). Dabei betont er, dass es sich um eine „ekstatisch-horizontal fundierte Transzendenz“ (Heidegger 1967, S. 366) handelt.

von einem Subjekt jedoch, das selbst nichts anderes ist als Entwurf der Welt, und das Subjekt ist untrennbar von der Welt, doch von einer Welt, die es selbst entwirft. Das Subjekt ist Zur-Welt-sein und die Welt bleibt „subjektiv“, da ihre Textur und ihre Artikulationen sich vorzeichnen in der Transzendenzbewegung des Subjekts. (Merleau-Ponty 1974, S. 488f.)

Damit kann gesagt werden, dass die Begriffe des Zur-Welt-seins, der fungierenden Intentionalität, des intentionalen Bogens und der Transzendenz alle auf dasselbe hinauswollen: auf einen ursprünglichen Weltbezug, der sich auf der präreflexiven Ebene abspielt. Der Grund, warum alle in ihrem Zusammenhang ausgeführt wurden, anstatt für einen zu optieren, liegt darin begründet, dass im nächsten und den darauffolgenden Kapiteln mit Überlegungen und Zitaten gearbeitet wird, die auf alle diese Begriffe zurückgreifen. Damit es also zu keinen Verwirrungen kommt, wurde hier die terminologische Grundlage geliefert, um das Kommende richtig einordnen zu können. Damit kann nun mit der Beschreibung meines zwangsgestörten Weltbezugs begonnen werden.

3.8.2 Hemmung und Störung von Intentionalität und Weltbezug

Es soll gleich vorausgeschickt werden, dass sich sowohl eine Hemmung bzw. Störung der Aktintentionalität als auch der fungierenden Intentionalität feststellen lässt. Um dies verständlich zu machen, sei an die Feststellung angeknüpft, dass sich der Zwangsgestörte in zwei unterschiedlichen Welten bewegt, wobei die Welt des Pathischen eine immer stärker werdende Macht ausübt, die die gnostische Weltdeutung zurückdrängt, ohne sie aber ganz zum Verschwinden zu bringen. Im Sinne von Hoffmann kann auch gesagt werden, dass

[e]in zweites, vom bisherigen völlig verschiedenes Referenzsystem entstanden [ist]. Alles hat eine neue Bedeutsamkeit erlangt. Die Situationsdefinition des Zwangskranken ist insofern fluktuierend, als einmal mehr das normale, ein anderes Mal mehr das krankhafte Erfahrungs- und Bewertungssystem im Vordergrund steht. Neben den Sorgen und den Anforderungen des täglichen Lebens ist eine neue, ganz spezifische und quasi allgegenwärtige Bedrohung hinzugekommen. (Hoffmann 2005, S. 8)

Dadurch kommt es zu einer doppelt ausgerichteten Aufmerksamkeit. Einerseits versucht der Zwangsgestörte sich weiterhin so gut es geht auf die intersubjektiv geteilte Lebenswelt zu richten, um „den Notwendigkeiten des Lebens, im Beruf oder im Privatleben gerecht zu werden“ (Hoffmann 2005, S. 1). Andererseits muss er sich hypervigilant um die ständigen Bedrohungen aus der magischen Gegenwelt kümmern, was mit der Zeit zu einer nicht mehr bewältigbaren Überforderung führt. Es soll daher auch weniger von einer Fluktuation oder einem Hin- und Herschwanken gesprochen werden, als vielmehr von einem Überhandnehmen der magischen Gegenwelt, die es nur mehr erschwert möglich macht sich auf die gemeinsam geteilte Lebenswelt zu beziehen und sich in ihr zu engagieren.

Auf der Ebene der Aktintentionalität bedeutet dies, dass durch Angst und Zwang der geordnete intentionale Bewusstseinsstrom gestört und unterbrochen wird (vgl. Micali 2017, S. 45; Bürgy 2005, S. 297) und zwar durch die sich ständig einmischende Antizipation des Schrecklichen. Es ist in der Literatur auch von einer Denkstörung die Rede, mit der der Zwangsgestörte zu kämpfen hat, indem er dauernd von Affekten überwältigt wird (vgl. Heerlein et al. 2002, S. 226), die mit Angstvorstellungen einhergehen, die sich dazwischenschieben und die Noesis nicht mehr ungehindert an ihr Ziel kommen lassen. Stattdessen reißt die Kontinuität des Bewusstseinsstromes im Erschrecken vor den sich aufdrängenden Vorstellungen und Gedanken ab. Diese stellen somit Intrusionen dar, an denen der Zwangsgestörte hängenbleibt (vgl. Fuchs 1999, S. 81), die ihn ablenken und aufhalten, indem sie zeitraubende Gegenmaßnahmen erfordern. Die Einmischung und das persistierende Störungserleben sind also verursacht durch ein affektives Überwältigtwerden, das seinerseits auf eine Abwandlung des Pathischen zurückgeht. D.h., dass die Störung der Aktintentionalität durch eine Störung auf der Ebene der fungierenden Intentionalität⁷² verursacht wird, auf der sich der Zwangsgestörte nur mehr mit negativen Affekten, die eine sympathetische Kommunikation mit der Welt verhindern, konfrontiert sieht. Von Gebattel fragt sich in diesem Zusammenhang nun, wie es denn mit dem Transzendenzcharakter der zwangsgestörten Welt aussieht.

Grundsätzlich ereignen sich die Begegnungen des Anankasten, seine Zusammenstöße mit den Mächten der Entstaltung nicht im Leeren. Wenn auch nicht durchgängig an Gegenständen haftend, treten die physiognomischen Züge, die seine Aktion bestimmen, doch sehr vielfach von außen an ihn heran. Für sein eigenes Erleben ist es die Welt der Dinge, die sich in tabuhaften Bedeutungen ihm entgegenformt. Transzendenz liegt also vor, doch wird sie umgriffen von dem

⁷² Hier zeigt sich, dass sich die beiden Intentionalitätsbegriffe nicht streng voneinander trennen lassen. D.h., dass es sich um eine analytische Trennung eines synthetischen Ganzen handelt, was dazu führen kann, dass es zu Unschärfen kommt. Im Exkurs ins Gestaltlose wurde z.B. angedeutet, dass das Pathos nicht beunruhigt, solange es ins Gnostische übersetzbar, d.h. in vertraute Als-Strukturen einordenbar ist. Hierbei ist aber nicht nur die Ebene der Aktintentionalität angesprochen. Es geht nicht nur darum, das *Als* als mentale Representation aufzufassen, also um ein Bewusstsein von etwas als etwas. Das *Als* ist als „hermeneutisches Als“ mehr als ein begriffliches Bedeuten bzw. Sinnverstehen und liegt diesem vielmehr fundierend zugrunde. (vgl. Heidegger 1967, S. 159) Heidegger geht davon aus, dass schon auf einer vorprädikativen und unthematischen Ebene (vgl. Heidegger 1967, S. 149) etwas als etwas erscheint und dass uns die Dinge schon in einer vorgängigen Erschlossenheit vertraut sind. (vgl. Heidegger 1967, S. 86) Dieses *Als* ist dabei eingebunden in praktische Vollzüge, die mit dem Entwurf des Daseins zu tun haben. Dass etwas als etwas aufgefasst wird, ist also nicht als isolierter Akt zu begreifen, sondern eingebunden in ein System von Verweisungen, das Heidegger „Bewandtnisganzheit“ (Heidegger 1967, S. 84) nennt. Diese beschreibt er auch mithilfe der Begriffe des „Um-zu“ (Heidegger 1967, S. 86) und des „Um-willen[s]“ (Heidegger 1967, S. 84). Dabei fasst er das Um-willen als eine Möglichkeit des Daseins auf, auf das hin es sich entwirft und auf dessen Hintergrund die Welt und die Dinge im Rahmen des Bewandtnisganzen ihre noch vorprädikative Bedeutsamkeit erlangen. Somit wird durch das Polarisiertsein auf ein Ziel hin bzw. das Engagement in der Welt, der praktisch-faktische Umgang in der Welt geleitet. In diesem Sinne scheint das, was Waldenfels als „Begehren“ (Waldenfels 2007, S. 54) bezeichnet, in dem etwas in etwas erstrebt wird (vgl. Waldenfels 2007, S. 27), mit dem Um-willen Heideggers als Wollen (vgl. Heidegger 1967, S. 194) identifizierbar zu sein. In beiden spannt sich im Entwurf auf eine erstrebte Möglichkeit ein intentionaler Bogen, wodurch sich die Welt als Bewandtnisganzheit eines Handlungsinsgesamt darbietet. Aber hierbei handelt es sich lediglich um Andeutungen, die an dieser Stelle nicht näher ausgeführt werden können. Das Ineinander von Bedeuten und Begehren muss als Desiderat ausgespart bleiben und auch dem Zusammenhang zwischen Aktintentionalität und fungierender Intentionalität im gnostischen Wahrnehmen kann nicht weiter nachgegangen werden.

Immanenz-Charakter der anankastischen Gegenwelt. Man kann also durchaus behaupten, daß die physiognomische Welt des Zwangskranken eine imaginäre oder fiktive oder subjektive sei, muß sich aber hüten zu verkennen, daß den Charakteren des Verunreinigenden, Tabuierten usw. eine Art von physiognomischer Objektivität eigen ist, welche mit echter Transzendenz zu bezeichnen ist. Nur, daß sich das intentionale Transzendieren des Anankasten innerhalb der Immanenz seiner eigenen Besessenheit und Umsessenheit von den Mächten des „Antieidos“ abspielt. Von nichts anderem als von dieser besonderen Situation ist die Rede, wenn behauptet wird, Entweltlichung sei ein Hauptmerkmal der anankastischen Objektsphäre. (von Gebattel 1954, S. 124)

„Transzendenz liegt also vor, doch wird sie umgriffen von dem Immanenz-Charakter der anankastischen Gegenwelt.“ Das ist der entscheidende Passus, der noch einmal die These des Überhandnehmens untermauert. Die Transzendenz ist in der Immanenz der Gegenwelt gefangen, die in ihrer Negativität dauernd die aktintentionale Bezugnahme bzw. das gnostische Sichrichten-auf durchkreuzt, indem das Pathos angsterregender Gedanken und Anmutungen abgewehrt werden muss. Damit soll nun die Ebene der fungierenden Intentionalität näher betrachtet werden, indem die Abwandlung des Pathischen genauer bestimmt wird:

Was uns von dieser andersartigen Welt zu Bewußtsein kam, war eine Summe von Negationen. Vor allem fiel auf, daß die freundlichen, einladenden Daseinsmächte zugunsten der feindlichen, abstoßenden zurücktreten. [...] Und so verhält es sich mit allen Zügen der Welt, die zu Verbindung und Einung mit ihr rufen und insofern Erweiterung des eignen Daseins, Bewegung in die Welt hinein, Sichtummeln in ihr, Eindringen in sie, Eroberung, Freude, Betätigung, Ausbreitung usw. ermöglichen. Ja, daß die Welt des Anankasten auch durch den Ausfall des Harmlosen, Selbstverständlichen und Natürlichen charakterisiert sei, konnte deutlich gezeigt werden. Was Scheler das ekstatische Haben von Weltinhalten nennt, E. Straus die sympathetische Kommunikation, ist verhindert. Übrig bleiben Drohung und Abstoßung. (von Gebattel 1954, S. 125)

Der Begriff der sympathetischen Kommunikation soll nun aufgegriffen werden, um die Störung der fungierenden Intentionalität näher zu beschreiben. Die sympathetische Kommunikation ist nämlich im Grunde nur wieder das, was bereits als Zur-Welt-sein bestimmt wurde und somit weitgehend gleichbedeutend mit der fungierenden Intentionalität, die als leibliches Empfinden in Kommunikation mit der Welt steht. Dieses ist zwar kein Bewusstsein von etwas im Sinne eines bewussten intentionalen Aktes, aber trotzdem versteht Merleau-Ponty die Offenheit des leiblichen Subjektes der Welt gegenüber als eine Form von Bezug und Intentionalität. (vgl. Grüny 2004, S. 81) Nun ist aber die sympathetische Zuwendung und die Offenheit nur ein Modus der Kommunikation mit der Welt. Genauso kann der Weltbezug in einer antipathetischen Abwendung bestehen, also durch Verschlossenheit, Rückzug und Flucht (vgl. Waldenfels 2015, S. 165) charakterisiert sein, worauf auch Merleau-Ponty hinweist, wenn er die Intentionalität des Empfindens zwischen den Polen der Abduktion und Adduktion verortet. (vgl. Merleau-Ponty 1974, S. 251) Auch in dieser Arbeit war diese Thematik schon Gegenstand der Betrachtung, als mit Fuchs und Schmitz in Hinsicht auf das Raumerleben von Attraktion und Aversion und von Engung, Weitung und einem gehinderten „Weg!“ gesprochen wurde,

das eine Ausdehnung in den Umraum verhindert und das im Kontext dieses Kapitels als eine „Transzendenz des ‚weg von‘“ (Waldenfels 2015, S. 214) bezeichnet werden kann. Dieses „weg von“ in seiner ängstlichen Abwendung und als Fluchtbewegung kann mit Waldenfels als präreflexive Antwort (vgl. Waldenfels 2015, S. 120) bzw. „*Response*“ auf das „Pathos der Angst“ verstanden werden, welches „sich wie jedes Pathos auf originäre Weise in der Wirkung, die es in einem lebenden, leibhaften Selbst hervorruft“ (Waldenfels 2015, S. 119) manifestiert. Um es noch einmal auf den Punkt zu bringen: Das Pathos bezeichnet die Tatsache, dass das Selbst unumgänglich und immer schon empfindend mit der Welt in Kommunikation steht.⁷³ Diese Kommunikation spielt sich, wie bereits besprochen, auf der anonymen bzw. impersonalen (vgl. Waldenfels 2007, S. 99) Ebene des leiblichen Empfindens ab, vor jeder Reflexion und nicht von einem wachen Bewusstsein oder autarken Subjekt gelenkt. Es geht also um ein pathisches Beeindrucktwerden auf der einen Seite und ein präreflexives Erwidern auf der anderen Seite. (vgl. Blankenburg 2002, S. 20)⁷⁴ Beide Seiten wurden in Hinsicht auf den Zwang als Bedrohungsseite und Abwehrseite beschrieben. Deshalb soll an dieser Stelle nur kurz rekapituliert werden, um die bereits gewonnenen Einsichten in den Zusammenhang dieses Kapitels einzubinden.

Es wurde gezeigt, dass ich durch den Zwang versucht habe die Faktizität des Lebens zu umgehen, was auch als Versuch der Unausweichlichkeit doch irgendwie auszuweichen bezeichnet wurde. Dies kann hier auch als Flucht vor einem als gefährlich empfundenen Pathos in die Symptombildung bezeichnet werden, wobei die Symptome als Wirkung bzw. Response auf das Pathos der Angst verstanden werden können. (vgl. Waldenfels 2015, S. 145f.) In der

⁷³ Waldenfels drückt dies so aus: „Das Pathos ist nicht etwas, was uns angeht, es ist das Angehen beziehungsweise Angegangenwerden selbst“ (Waldenfels 2007, S. 196). An anderer Stelle spricht er auch von einer Unausweichlichkeit gegenüber dem Pathos und davon, dass auf es nicht nicht geantwortet werden kann. (vgl. Waldenfels 2015, S. 22)

⁷⁴ Hier wurde stark vereinfacht, da für die Zwecke dieser Arbeit nicht weiter ins Detail gegangen werden muss. Eine ausführliche Betrachtung müsste an dieser Stelle natürlich Waldenfels' Ausführungen zur responsiven Differenz ausführen, die in einem Wovon, von dem wir getroffen und affiziert werden und einem Worauf des Antwortens (vgl. Waldenfels 2007, S. 60) besteht. Darauf wird aber verzichtet und auch auf die mit der responsiven Differenz einhergehende Scheidung von Patient und Respondent. (vgl. Waldenfels 2015, S. 83) Zudem wird auch das, was Waldenfels Diastase nennt, vereinfacht als Vorgängigkeit der spontan-responsiven Lebensäußerung im Verhältnis zu einer nachträglichen Reflexion aufgefasst. Waldenfels geht seinerseits von einer „Vorgängigkeit dessen [aus], was uns affiziert, und einer Nachträglichkeit dessen, was wir darauf antworten.“ (Waldenfels 2007, S. 10) Er setzt die Diastase also zwischen Pathos und Response an. Dahingegen soll hier von einer Vorgängigkeit dieses ganzen Prozesses ausgegangen werden, der als spontane Responsivität bzw. fungierende Intentionalität bezeichnet wurde, der in seiner Anonymität dem wachen Bewusstsein entzogen sein Werk verrichtet und ihm so in einer vorgängig-unmittelbaren Lebensäußerung vorausseilt. Trotzdem sollte es diese Bestimmung aber erlauben weitere Überlegungen von Waldenfels miteinzubinden und mit ihm den Respondenten als kein einheitliches Subjekt zu denken, „sondern [als] ein *geteiltes Selbst*, das nie ganz und gar bei sich selbst ist“ (Waldenfels 2015, S. 85) und das sich in der Erfahrung selbst vorausgeht, indem es als Antwortender zwar von Anfang an mit im Spiel ist, nur eben nicht als Urheber. (vgl. Waldenfels 2015, S. 24)

Literatur ist in diesem Zusammenhang auch von „Antwortblockaden“ (Waldenfels 2015, S. 23) und „Irresponsivität“ (Waldenfels 2015, S. 278) als einem Kennzeichen von psychischer Krankheit die Rede. Damit soll nicht ausgedrückt werden, dass die Responsivität bzw. Kommunikation mit der Welt in seiner Gänze zum Erliegen kommt. Es kann ja nicht nicht geantwortet werden. In anderen Worten: selbst noch „die verweigerte Kommunikation ist eine Weise der Kommunikation“ (Merleau-Ponty 1974, S. 413) und selbst der Abbruch der Kommunikation findet in der Sphäre der Kommunikation statt (vgl. Grüny 2004, S. 151), sodass Phänomene wie Angst, Zwang und Schmerz als das „Empfinden selbst störende Formen des Empfindens“ (Grüny 2004, S. 168) aufzufassen sind.

Darauf aufbauend kann der doppelte Weltbezug im Rahmen meiner Zwangserkrankung abschließend mit den Begriffen der *Hyporesponsivität* und der *Hyperresponsivität* beschrieben werden. (vgl. Vetter et al. 2004, S. 463) Die *Hyporesponsivität* bezeichnet dabei die zunehmende Unfähigkeit auf die Anforderungen der intersubjektiven Lebenswelt zu antworten. Die *Hyperresponsivität* ihrerseits bezeichnet das überbordende Antwortgeschehen im Rahmen der magischen Gegenwelt. Als Bestandteile dieses Antwortgeschehens wurden bereits die Hypervigilanz und die Hyperreflexivität herausgearbeitet. Dabei ging es darum, dass alles Denken und jede Handlung einer vollkommen bewussten Überwachung unterstellt werden sollten, was zur Saccadierung des Handlungsinsgesamt führte.

Einerseits ist die Störung der Aktintentionalität, wie gezeigt wurde, durch eine Störung der fungierenden Intentionalität verursacht, wobei durch eine Abwandlung des Pathischen die Aufmerksamkeit abgezogen wird, die nun auf die Tabus und ihre zwangsrituelle Abwehr gerichtet ist und so dem gnostischen Sichrichten-auf immer mehr in die Quere kommt. Dabei wird durch Hypervigilanz und Hyperreflexivität im Zuge dieser Abwehr versucht die fungierende Intentionalität zu einem umfassend bewussten Akt zu machen. Andererseits kann also davon gesprochen werden, dass es, indem die spontane Responsivität bzw. das spontane „von-selbst“ (Fuchs 2011, S. 566) saccadiert und übermäßig kontrolliert wird, in weiterer Folge zu einer noch tiefergreifenden Veränderung der fungierenden Intentionalität kommt, die der sympathetischen Kommunikation mit der Welt bzw. dem Realisieren eines Handlungsinsgesamt oder eines intentionalen Bogens nicht nur in die Quere kommt, sondern ein selbstverständliches Leiben und Leben fast unmöglich macht. Davon soll jetzt die Rede sein.

4 Zwischen Zwang und Schmerz

4.1 Ein sich radikaliserender Zweifel

Dazu soll nach all den Explikationen und Analysen der erzählerische Faden wieder aufgegriffen und die Entwicklung meiner Kasuistik in ihrem weiteren Verlauf mitverfolgt werden. Ich befand mich mittlerweile im zweiten Semester meines Philosophie- und Germanistikstudiums, dem ich mich mit Eifer widmete. Vor allem die Philosophie zog mich in ihren Bann und zuerst noch unbemerkt focht ich in ihr noch einmal den Konflikt zwischen Sicherheit und Freiheit aus. Zum einen besuchte ich vor allem Lehrveranstaltungen zur Metaphysik und Ontologie. Zum anderen zogen mich die Skepsis und der Existenzialismus an. Anfangs noch überzeugt, dass ich mich im Sinne Platons vom Einzelnen zu lösen im Stande war, um im Streben nach dem Allgemeinen und Absoluten zur Schau der Ideen zu kommen, die eine substantiellere Welt erschließen, von der die unsere nur ein Abbild ist, krude auf Höhlenwände projiziert, ein schwacher Abglanz des im Licht der Erkenntnis geschauten Ewigen, Guten und Schönen, erfasste mich schon bald das philosophische Staunen, das mich schwindeln ließ und dem Schrecken und der Angst benachbart ist. (vgl. Waldenfels 2015, S. 21 und 80) D.h.: mir widerfuhr erneut eine existentielle Erschütterung, eine Verwunderung, Verunsicherung und Verwirrung, die alle weltlichen Seinsbezüge und gängigen Sinnzusammenhänge fraglich werden ließ und mich langsam aus der bis dahin akzeptierten Ordnung herausbrach. (vgl. Vetter et al. 2004, S. 168)⁷⁵ Anstatt also meine Sehnsucht nach etwas Festem und Bleibenden zu befriedigen, wies mich die Philosophie auf einen „ungesicherten Weg ins Offene“ (Micali und Fuchs 2017, S. 24). Ich wurde somit abermals aus dem gewohnten Gang der Dinge herausgerissen (vgl. Waldenfels 2007, S. 34) und weiter aus den tragenden Selbstverständlichkeiten des Alltags entwurzelt. (vgl. Fuchs 2014, S. 85)

Russell, der damals in einem meiner Seminare durchgenommen wurde, spricht in seinem Buch *Probleme der Philosophie* dies sogar emphatisch als Wert der Philosophie an:

Der Wert der Philosophie besteht im Gegenteil gerade wesentlich in der Ungewissheit, die sie mit sich bringt. Wer niemals eine philosophische Anwendung gehabt hat, der geht durchs Leben und ist wie in ein Gefängnis eingeschlossen: von den Vorurteilen des gesunden Menschenverstandes, von den habituellen Meinungen seines Zeitalters oder seiner Nation und von den Ansichten, die ohne die Mitarbeit oder die Zustimmung der überlegenden Vernunft in ihm gewachsen sind. So ein Mensch neigt dazu, die Welt bestimmt, endlich, selbstverständlich zu finden; die vertrauten Gegenstände stellen keine Fragen, und die ihm unvertrauten Möglichkeiten weist er verachtungsvoll von der Hand. Sobald wir aber anfangen zu philosophieren [...] führen selbst die alltäglichsten Dinge zu Fragen, die man nur sehr unvollständig beantworten kann. Die Philosophie kann uns zwar nicht mit Sicherheit sagen, wie die richtigen Antworten auf die gestellten Fragen heißen, aber sie kann uns viele Möglichkeiten zu bedenken geben, die unser Blickfeld erweitern und uns von der Tyrannei des Gewohnten befreien. Sie vermindert unsere Gewissheit darüber, was die Dinge sind, aber sie vermehrt unser Wissen darüber, was sie sein könnten. Sie schlägt die

⁷⁵ Das gilt sowohl für das ohnehin schon in Mitleidenschaft gezogene Relevanzsystem der intersubjektiv geteilten Lebenswelt als auch für die Ordnung meiner magischen Gegenwelt.

etwas arrogante Gewissheit jener nieder, die sich niemals im Bereich des **befreienden Zweifels** [Herv. d. Autors] aufgehalten haben, und sie hält unsere Fähigkeit zu erstaunen wach, indem sie uns vertraute Dinge von uns nicht vertrauten Seiten zeigt. (Russell 2003, S. 138)

Es wurde in dieser Arbeit bereits ausführlich über die Bedeutung des Zweifels gesprochen. Davon, dass der Zwang aus dem Zweifel erwächst, dass er mit unablässigem Grübeln, Bedenken und Überprüfen einhergeht und dass ich versuchte nach dem letzten Sinn aller Dinge zu fragen und das Leben von der Ordnung des Ganzen her zu bestimmen.

Durch die Philosophie machte ich nun die Erfahrung, dass dies unmöglich war. Alle meine metaphysischen Bemühungen scheiterten und mehr und mehr driftete ich in die Ungewissheit und den Zweifel ab. Diesmal aber antwortete ich darauf nicht mit dem Zwang. Vielmehr konnte der Zwang gegen den sich radikalisierten Zweifel nichts mehr ausrichten, sondern wurde von ihm zersetzt, indem er mir die Kontingenz aller Ordnungen und die Unmöglichkeit sich in einer absoluten Ordnung abzusichern unabweisbar vor Augen führte. Ich bewegte mich also im Bereich des befreienden Zweifels, der mir eine Dimension jenseits von Gut und Böse erschloss. Das erlaubte mir mich von jeglicher Form einer restriktiven Normativität zu emanzipieren und eröffnete mir einen ungeahnten Horizont des Intelligiblen, der, so schien es zuerst, eine freie Entfaltung meiner selbst bald ermöglichen würde.⁷⁶ Denn die Zwangssymptomatik nahm immer mehr ab. Ich konnte meinen Gedanken immer besser freien Lauf lassen. Ich fing an die volle Bandbreite der in mir aufsteigenden Vorstellungen und Impulse zu akzeptieren (zumindest mir selbst gegenüber). Aber hintergründig beschlich mich ein beunruhigendes Gefühl.

Im Kapitel 3.3.2 war bereits die Rede von einem unbestimmten Ziehen, das sich in Bein und Schulter bohrte. Hier ist nun die Stelle diese Andeutung wieder aufzugreifen und eine Thematik genauer ins Auge zu fassen, die in dieser Arbeit schon an vielen Stellen aufgetaucht und angesprochen wurde: die der Leiblichkeit. Die Angst und der Zwang und das durch sie evozierte Agieren waren nämlich nicht spurlos an mir vorbeigegangen. Erinnerung sei hier an die ständige Anspannung, den muskulären Dauertonus, die Engung und Beklemmung und die zur Abwehr ständig auszuführenden compulsiven Tics. Mit Wandruska lässt sich daran anknüpfend sagen, dass „heftige Affekte und Gefühle“ sich „nicht nur auf der Denk- und Verhaltensebene [aus]wirken, [...] sie können auch den Leib so massiv belasten, lähmen, erregen, auszehren, dass dieser wahrlich krank wird.“ (Wandruszka 2014, S. 236f.) Und das ist genau das, was

⁷⁶ Dass es sich hier um einen Prozess handelt, der erst ganz an seinem Anfang steht, wird auf den nächsten Seiten klar werden. Denn noch immer, und daran wird sich lange nichts ändern, versteckte ich mich voller Scham, verbarg ich meine körperlichen Symptome vor den anderen und ihren normalisierenden Blicken (vgl. Wehrle 2021, S. 21).

passiert ist. Der Zweifel manifestierte sich unmerklich, inkarnierte bzw. verkörperte sich und infizierte die Sphäre des Selbstverständlichen schlechthin: meinen Leib.⁷⁷

Es soll an dieser Stelle noch darauf hingewiesen werden, dass die Rede der Manifestation, Inkarnation und Verkörperung nicht als Transfer des Zweifels vom Psychischen ins Physische zu verstehen ist, als ob die Symptomatik von einem distinkten Bereich in einen anderen übergegangen wäre. Es wurde bereits davon gesprochen, dass psychische Krankheiten nicht als rein innere Prozesse verstanden werden dürfen, sondern sich über den Leib auch immer schon im Raum Ausdruck verschaffen, so wie das in der Beschreibung meines Agierens im rituellen Abzielen auf die Tabuzonen beschrieben wurde. Demgemäß war die Symptomatik immer schon leiblich präsent, was nur übersehen werden konnte, da die eigene Leiblichkeit bis an diesen Punkt noch kein Problem darstellte. Nun aber kam es aufgrund der körperlichen Belastung zu ersten Störungen, auf die sich der Zweifel nun ebenfalls stürzte, was dann zum Verlust der Kontrolle über meinen Körper führte. Diese Entwicklung wird nun in den nächsten Kapiteln dargestellt, wobei der Anfang dieses Prozesses im Zusammenhang mit dem Einfluss auf meine zwischenmenschlichen Beziehungen erläutert wird.

4.2 Leibliche Manifestation des Zweifels

Es kann dazu an der Feststellung einer Hemmung der fungierenden Intentionalität durch die Saccadierung und Kontrolle des spontanen „von-selbst“ angeknüpft werden. Dieses „von-selbst“ ist als Selbstvergessenheit nach Fuchs „Kennzeichen des gelungenen leiblichen Vollzugs“ und erlaubt es, „sich dem leiblichen Vollzug hinzugeben, sich nun gleichsam in die eigene Leiblichkeit fallen zu lassen“. Dabei wird „das fokale Bewusstsein aus der Handlung“ zurückgezogen „und auf das distale Ziel“ (Fuchs 2011, S. 566) gerichtet. In der Beschreibung der gehemmten fungierenden Intentionalität des Leibes lässt sich nun genau das Gegenteil feststellen. Der Leib wird einer hyperreflexiven Beobachtung unterstellt und jede spontane Lebensäußerung wird unterbunden. In meinem Fall hieß das: Ich konnte nichts geschehen lassen oder mich gehen lassen, aus Angst, die Kontrolle zu verlieren. (vgl. Fuchs 2011, S. 569) Der paradoxe Effekt dieses Verhaltens war dann der sich graduell einstellende Kontrollverlust, wie er im Kapitel 3.5.2 bereits angesprochen wurde und der jetzt und in den folgenden Kapiteln ausgeführt werden soll.

⁷⁷ Fuchs spricht z.B. davon, dass es sich beim Leib um „das *Selbsttätige* und das *Selbstverständliche*“ handelt und dass dieser „der ‚automatische‘ und anonyme Grund all unserer Lebensvollzüge“ (Fuchs 1999, S. 333) ist. Er ist mir vertraut und ich vertraue stillschweigend auf ihn, sodass sich so etwas wie ein Urvertrauen ausbildet, dass mich in der Welt verankert. (vgl. Grüny 2004, S. 165)

Anfangs machten sich, wie bereits behandelt, die Auswirkungen der Angst und des Zwangs auf meine Leiblichkeit unterschwellig als ein unbestimmtes Ziehen und Drängen in den Gliedern und als eine ruhelose Spannung bemerkbar. Aber ich schob das beiseite. Es lief doch sonst so gut. Ich konnte schon das Ziel vor Augen sehen. Bald, daran wollte ich nicht rütteln, würde ich mich uneingeschränkt zulassen und ausleben können. Nur das mit den Tics musste ich noch schnell hinter mich bringen. Dann stand dem Neuanfang nichts mehr im Weg. Ich war also um nichts klüger geworden und ging immer noch mit Scheuklappen durchs Leben. Der Effekt war, dass die körperlichen Symptome immer schlimmer wurden, bis sie nicht mehr von der Hand zu weisen waren und virulent ins Zentrum meiner Aufmerksamkeit rückten. Vor allem die Frage, was es mit diesem anhaltend-unguten Gefühl auf sich hatte, ließ mich nicht mehr los. Auf der einen Seite hatte ich nämlich meine Angst vor Krankheiten doch noch nicht überwunden, auf der anderen Seite fühlte ich mich von den anderen abgehängt und vom Leben generell immer mehr überfordert, was das Ziel des Neuanfangs immer weiter in die Ferne rücken ließ und meine zwischenmenschlichen Beziehungen immer mehr in Mitleidenschaft zog. So wurde ich zum Beispiel einmal in dieser Zeit von einem Freund zu einem Spaziergang eingeladen und hatte zu diesem Wintermarsch, wie er das nannte, nur widerwillig zugesagt. Mein Freund war ausgelassen. Was war das auch für ein Tag! Über der strahlend weißen Landschaft ein strahlend blauer Himmel und eine alles überstrahlende Sonne. Einfach blendend! Unter anderen Umständen hätte ich das vielleicht genießen können: die aufspritzenden Lichtfunken, die die Schneedecke sprenkelten und sich bei jedem Schritt neu anordneten oder die Regenbogenfarben, die sich an den gleißenden Schmelzwassertropfen versprühten. Jetzt aber war ich schon davon überfordert, mit meinem Freund Schritt zu halten. Ich wusste nicht, wie ich den Fuß aufsetzen sollte, um nicht das Gleichgewicht zu verlieren. Ständig stürzte ich und musste mich wieder fangen, um weiterzukommen. Als ob mitten in der Bewegung etwas aussetzen würde. Ich hatte schon leichte Kopfschmerzen bekommen und langsam drang das Licht unerbittlicher auf mich ein. Von überall sprangen Lichttanzen auf mich zu, funkelnde Klingen, die mir ins Auge drangen, knapp hinter der Stirn zustachen und unter meiner Schädeldecke einen hämmernden Druck in die Höhe trieben, der mich langsam irr werden ließ. Gott sei Dank ging es dann ein Stück im Waldschatten weiter, bis wir endlich wieder Weg unter den Füßen hatten, der in Richtung Straße führte. Nach ein paar Schritten auf dem neuen Untergrund kam ein erstaunter Kommentar von meinem Freund. Zufrieden lächelte er mir zu: Wie leicht es sich doch gehen lässt. Für gewöhnlich fällt das ja gar nicht auf. Jetzt aber, nachdem sie aus dem Schnee raus waren ... wie unbeschwert und frei nun alles abläuft ... Nicht zu fassen. Es kam mir wie der reine Hohn vor. Mein Bein glühte und mein Kopf schien sich öffnen und aufplatzen zu wollen. Ich gab mich deshalb geistig abwesend und

platzierte zerstreut Andeutungen, dass ich noch einiges für die Uni zu tun habe, um mich dann bei der nächsten Kreuzung, schon sichtlich in Gedanken vertieft, zu verabschieden und die Anstrengung des Tages zu Hause ausglühen zu lassen.

Durch Erfahrungen wie diese zog ich mich immer weiter zurück und ging solchen Situationen so gut es ging aus dem Weg. Das bedeutet nicht, dass ich zuvor sehr zugänglich und offen gewesen wäre. Es wurde zwar bereits davon gesprochen, dass es durch Angst und Zwang zu einer doppelt ausgerichteten Aufmerksamkeit kam, die es mir zunehmend erschwerte auf die Anforderungen der intersubjektiven Lebenswelt und damit auch auf die sie bewohnenden Mitmenschen zu antworten, aber ansonsten wurde der Aspekt der Intersubjektivität oder Zwischenmenschlichkeit großräumig ausgespart. Da aber im ersten Kapitel davon die Rede war, dass auch dieser Aspekt Gegenstand der Beschreibung meiner zwangsgestörten Welt sein soll, wird an dieser Stelle nun eingehender auf ihn eingegangen.

4.3 Zwischenmenschliche Folgen

Hierzu kann an die luzide Verrücktheit angeknüpft werden. Einerseits bei klarem Verstand wusste ich um die Sinnlosigkeit und Eigenartigkeit meiner Zwangshandlungen, konnte von diesen aber andererseits nicht ablassen. Hinzu kamen die aggressiven, obszönen und magischen Zwangsinhalte, die zum Gefühl womöglich geisteskrank zu sein beitrugen. (vgl. Lang 2017b, S. 21) Die Folgen waren Scham und Verheimlichung.⁷⁸ Zwangsgestörte sind bekanntlich wahre „Meister des Vertuschens“ (Althaus et al. 2013, S. 13). Das traf auch auf mich zu. Ich erfand immer neue Ausreden und traf strenge Vorsorgemaßnahmen (vgl. Althaus et al. 2013, S. 34), um nicht in Situationen zu geraten, die mich überforderten und womöglich das eigene schändliche Selbst zu Tage förderten.⁷⁹ Neben der Beobachtung durch die höheren Mächte, die mich aus den Tabuzonen heraus ins Visier nahmen, musste ich mein abweichendes und seltsames Verhalten also auch vor dem Blick meiner Mitmenschen verbergen. Zu allen Aufgaben, die ich wegen der mich ohnehin schon überfordernden Hypervigilanz zu erledigen hatte, kam also auch

⁷⁸ Fuchs zeigt in Anlehnung an Kluge auf, dass Scham und Verheimlichung Hand in Hand gehen: „Die Tendenz der Scham zur Verbergung zeigt sich auch etymologisch: ‚Scham‘ ist abgeleitet von der althochdeutschen Wurzel *scama* = ‚sich bedecken, zudecken‘; verwandt ist neuhochdeutsch Schemen – Schatten, verhüllte Gestalt (Kluge 1989).“ (Fuchs 1999, S. 286)

⁷⁹ Siehe dazu Aristoteles, der die Scham als „Furcht vor Schande“ (zit. nach Waldenfels 2015, S. 132) definiert. Zur Scham gehört also eine „elementare Selbstentwertung: Sich schämen bedeutet Unzulänglichkeit, Mißbilligung, ja Vernichtung durch prüfende, verächtliche, strafende Blicke.“ (Fuchs 1999, S. 287) Diese Blicke müssen aber nicht aktuell auf den sich Schämenden gerichtet sein, sondern können von diesem auch vorweggenommen werden. Deshalb kann Fuchs analog zum Gewissen, dass er als inkorporierte Stimme des Anderen (vgl. Fuchs 1999, S. 291) versteht, die Scham als „inkorporierte[n] Blick des Anderen“ (Fuchs 1999, S. 287) auffassen. Auf dieser Grundlage lässt sich die Scham schließlich analog zur Angst in einen aktuellen „Schamaffekt“ und eine „Schamangst“ (Seidler 2002, S. 126) ausdifferenzieren, wobei letztere in der Antizipation ersterer besteht.

noch die Antizipation der fremden Aufmerksamkeit (vgl. Fuchs 1999, S. 134) hinzu, durch die eine mögliche Entblößung zu verhindern war.

Es kann nun angenommen werden, dass sich mit dem Rückgang der Zwangshandlungen und Tics die Tendenz zur Verheimlichung auch aufzulösen begann. Dem war aber nicht so. Mittlerweile fühlte ich mich nämlich fremd im eigenen Körper, der ein Eigenleben zu entwickeln schien und mir nicht mehr richtig gehorchte. Waren es bis jetzt die Zwangsgedanken und Zwangshandlungen, die sich störend einmischten, so fing jetzt mein Körper an einem ungehinderten Lebensvollzug im Weg zu stehen.⁸⁰ Ein Zucken⁸¹ hier, ein Klicken da. Gelenkte knackten und knirschten und stechende Schmerzen blitzten durch Arme und Beine, in die ich mich nicht mehr auszubreiten wagte. Ich fing an zimperlich zu werden, zurückzuziehen und Schonhaltungen zu entwickeln, die nun ihrerseits versteckt werden mussten. Hierzu eine weitere Schilderung, in der es um den Weg von der Uni hin zu einem Qigong-Kurs geht, von dem ich mir erhoffte, mein Körpergefühl zurückzugewinnen.

Vielleicht war dieser Kurs genau das, was ich brauchte, hatte ich mir damals gedacht. Vielleicht fand ich so wieder einen Zugang zu meinem Körper und fand heraus, was denn nun nicht stimmte. Also hatte ich mich auch gleich eingeschrieben und machte mich nach einem langen und anstrengenden Uni-Tag auf den Weg dorthin. Puh! Im Aufzug schnaufte ich – endlich mal für mich – kurz durch, während ich in das Untergeschoss fuhr. Dann ging ich den leeren Gang entlang und trat ins noch nicht ganz Freie, ließ den Schatten der Unterführung mit ein paar Schritten hinter mir und kam im Grellen und Blendenden zu stehen. Dies waren die ersten warmen Tage des Jahres, die erste kräftige Frühsommersonne, die Rot und Gelb und Weiß hinter meinen Augenliedern flackerte und warm durch meinen Körper strömte. Kurz stand ich wie betäubt da, bis die Geräusche anbrandend zurückkamen. Ich öffnete die Augen und sah mich auf einmal umzingelt. Die Studis lagerten zuhauf auf der Ufermauer und in den Grasflächen zwischen Geh- und Radweg. Ihre Gespräche vibrierten, addierten sich zu einem an- und abschwellenden Rauschen, durchdrungen von verschiedenen Songs, die wabernd und wummernd von zahlreichen Wifi-Boxen ausgestoßen wurden. Aus einer Box pulste *Sonnentanz*. Aus einer anderen, um die eine Gruppe von Muskelteenboys prall aus ihren Tanktops hervorprahlten, protzte Bushido: „Sonnenbankflavour, Solariumflow, zur Hilfe hast du deine Kameraden geholt. Jungs schaut mir in die Kerbe, sagt mir jetzt wird's straiter,

⁸⁰ Rückblickend erscheint das als eine folgerichtige Konsequenz, wenn daran zurückgedacht wird, dass es sich bei der jahrelangen Saccadierung um ein zerlegendes Tun gehandelt hat, um eine Zerteilung von normalerweise fließenden Bewegungen bzw. eines Handlungsinsgesamt. Mein damaliges Ich aber konnte die Situation nicht derart aus der Distanz betrachten und wurde von den Ereignissen hilflos mitgerissen.

⁸¹ Dieses Zucken ist ein Überbleibsel der compulsiven Tics, das mich noch heute begleitet. Es handelt sich hierbei um eine nicht mehr hemmbare, unwillkürlich einschießende Kontraktion, eine ungerichtete Erregung, ein kurzes Stocken und Stutzen, das den Bewegungsfluss als spastischer Aussetzer unterbricht. Details dazu im Kapitel 7.3.

straiter, das ist der Sonnenbankflavour.“ Da erst fielen mir die Sonnenbrillen auf und ich begriff den Grund meines wachsenden Unbehagens. Es lag an dieser Flut von suchenden Blicken, dieser visuellen Durchleuchtung des Raumes, die nicht nur direkt ins Visier nahm, sondern durch die Sonnenbrillen auch abgeschirmt war, sodass ich unmöglich sagen konnte, worauf der Fokus in einem in der Tiefe sich verbreiternden Sichtfeld gerichtet war. Unter dieser zweifachen Art des Blickes stand ich also plötzlich unter Beobachtung und fuhr zusammen. Uh! Ich spürte einen Drang unter allen Umständen unentdeckt bleiben zu müssen. Ich war nicht bereit mir meine Schwäche einzugestehen, geschweige denn sie öffentlich zu zeigen. Nein! Nein! Nein! Nichts sollte nach außen dringen. Keinen Tic oder Fehltritt wollte ich mir erlauben. Unantastbar musste ich wirken, während ich meine physische Unsicherheit hinter einem unmerklichen Humpeln versteckte, mit dem ich die Promenade entlangschlich, darauf bedacht den Blicken auszuweichen und die in ihnen bekundeten Interessen an mir abprallen zu lassen, indem ich meinerseits den Blick senkte oder in der Ferne schweifen ließ, um ja nicht an einem der vielen zur Schau gestellten Vorzüge hängen zu bleiben und dabei ertappt zu werden.⁸²

Das Qigong machte die Sache dann auch nicht besser. Es gelang mir auch dort nicht loszulassen. Auch hier fühlte ich mich wie auf dem Präsentierteller, obwohl ich mir einen Platz ganz hinten an der Wand ausgesucht hatte. Zwar machte ich die Atem- und Entspannungsübungen gewissenhaft mit, stellte mir vor, wie auf einem dritten Bein zu sitzen, visualisierte die Schnur, die mich am Scheitel aufrichten sollte, aber mit Lockerheit und Entspannung hatte das nichts zu tun. Angestrengt fing ich schon nach einer halben Stunde leicht an zu zittern und war heilfroh als der Kurs endlich zu Ende ging.

Ein Freund, der sich auch eingeschrieben hatte, wollte danach noch etwas machen, aber ich wiegelte ab und ging aufgerieben nach Hause. Tief in Gedanken versunken stromerte ich durch die Stadt und versuchte auf jeden Schritt achtend der Sache auf die Spur zu kommen. Ich war schon fast zu Hause, ging gerade blockierten Schritts den Lohbach entlang, als ich stehen blieb, aber nicht wusste warum. Ich blickte versunken in die Spiegelung auf dem Wasser, bis mir das Bild, das ich nun schon eine ganze Weile betrachtete, bewusst wurde. Eine Lichtblüte trieb im Wasser. Umschlungen von Algen schälte sie sich aus einer dichten Baumkrone, über der der Nachthimmel auf dem Grund des Wassers silberne Wolken dahintrief. Verschwommen und traumartig sah ich den Wellen dabei zu, wie sie die leuchtenden Blütenstände pflückten und

⁸² In anderen Worten handelt es sich hier um eine Unterbindung der zwischenleiblichen Kommunikation (vgl. Fuchs 1999, S. 281), die sich in weiterer Folge immer weiter ausbreitet. Aufgrund meiner angegriffenen Leiblichkeit wurde es immer schwerer für mich meinen Mitmenschen in leiblicher Resonanz zu begegnen und mich mit ihnen affektiv abzustimmen (vgl. Fuchs 2002, S. 163) bzw. mich mit ihnen in einem gemeinsamen Stimmungsraum (vgl. Fuchs 1999, S. 249) aufzuhalten. Diesen Vorgang erfuhr ich als zunehmende Entfremdung vom zwischenmenschlichen Geschehen.

schimmernd davontrugen, bis sie in der Dunkelheit erloschen. Da fing ich mit einem Ruck heftig an zu zittern und konnte nicht mehr damit aufhören. Ich ging weiter, wollte schneller machen, um mich aufzuwärmen, aber mit jedem Schritt kroch dieses ungute Gefühl tiefer und mit jedem weiteren sank meine Selbstbeherrschung und steuerte auf den kurz bevorstehenden Kontrollverlust zu. Mit stark ausschlagendem Tremor hangelte ich mich gerade noch die Stufen des Nocksteigs hoch, stapfte im Staccato nach Hause, das Treppenhaus rauf und fingerte unkoordiniert an Jacke und Jeans rum, um mich auszuziehen und unter die Dusche zu stellen. Langsam schwang sich die Amplitude unter dem warmen Wasser aus und ich bekam mich wieder in den Griff. Doch die Beunruhigung blieb und der Zweifel wuchs.

4.4 Die rettende Liebe?

Wie bereits angesprochen verunsicherten mich solche Erlebnisse stark, sodass ich mich in meiner Alienation immer weiter in die Isolation zurückzog.⁸³ Und wenn ich dann doch einmal unter Leuten war, dann hatte ich stets das Empfinden einer unbestimmten Distanz zwischen mir und dem Geschehen bzw. meinen Mitmenschen. Ich befand mich auf seltsame Art und Weise außerhalb des Geschehens und stand ihm mehr als neutralem Beobachter gegenüber, der „die Ziele, Relevanzen und Regeln derer, die er beobachtet, nicht teilt, da er ‚nicht mitmacht‘“. Dass es sich hier um eine Schutzmaßnahme handelte, begriff ich erst später. Ich hatte mich in die „Dritte-Person-Perspektive“ zurückgezogen, um nicht mitspielen zu müssen. Ich redete mir ein nur mehr daran interessiert zu sein „herauszufinden, was da gespielt wird.“ (Waldenfels 2015, S. 336)

Trotzdem geschah irgendwie das Unvorstellbare, ein Wunder – ich hatte mich verliebt! Nach all den Jahren der Einsamkeit, des Abgeschnittenseins von der Welt und der unmöglichen Flucht vor den sie bevölkernden Negationen, zeigte sie sich nun von ihrer anziehenden Seite und rief zur sympathetischen Einigung. Ich gehe davon aus, dass es sich bei der Liebe ebenso wie bei der Angst um ein Widerfahrnis handelt. Nur ist das Pathos der Liebe im Gegensatz zu dem der Angst eine positive und zur Verbindung und zum Zusammenschluss aufrufende Macht. Sie trat mir im Blick einer Freundin meiner Cousine (ich werde sie A nennen) gegenüber, dem ich mich nicht entziehen konnte. Bisher hatte sie mich nie so angesehen, aber mit einem Mal kreuzte dieser neue Blick immer wieder flüchtig den meinen. Nicht beiläufig wie bisher,

⁸³ „Isolation ist das Sich-Zurückziehen von der Welt, das Alleine-Sein und Alleine-Bleiben [...] Alienation bedeutet, der mitmenschlich gemeinsamen Welt entrückt zu sein, der Welt fremd zu werden.“ (Hobl und Musalek 2002, S. 239)

sondern ... wie soll ich es beschreiben? Das war ein Blick, der etwas mit mir machte. Hinter dem tat sich eine ahnungsvolle Weite auf, die mich insgeheim anzog und zum Träumen brachte. All meine Gedanken kreisten nun um sie und stellten sich vor und malten sich aus, wie es wohl sein würde. Sie war zum Zentrum meiner Welt geworden und ließ die Hoffnung erneut aufleben, dass ich nun bald ein Leben frei von Zwang und Angst verwirklichen könnte. Schon immer hatte ich an die rettende und befreiende Macht der Liebe geglaubt. Aber hatte ich diesen Glauben nicht schon längst verloren? Auch wenn diese Liebe anfangs einen Schimmer wahrer Hoffnung enthielt, hatte sie nicht schon bald den Charakter einer Ausflucht angenommen? Versuchte ich nicht eher die sich inkarnierende Ausweglosigkeit zu vertreiben als mich wahrhaft in der Liebe zu engagieren? (vgl. Merleau-Ponty 1974, S. 431) Wie anders kann ich es erklären, dass ich mich immer ein Stück weit zurückbehielt und mich nie ganz fallen lassen konnte? Wie anders kann ich es erklären, dass sich diese Liebe mehr in der Phantasie als in der Wirklichkeit abgespielt hat, dass ich die Situationen als Anlass für eine poetische Reflexion nahm, in der ich Möglichkeiten durchspielte, zu denen ich mich in Wirklichkeit nicht mehr in der Lage fühlte? Im tiefsten Innern wusste ich nämlich, dass ich für die Liebe nicht bereit war. Unmöglich, dass ich mich in meinem Zustand jemandem öffnen konnte. Deshalb hielt ich die Verhältnisse unbewusst in der Schwebelage und erzeugte so die Situation eines baldigen Davors, das nicht auf seine Verwirklichung angelegt war, sondern poetisch genossen wurde. Ich flüchtete mich in die Phantasie, wurde zum Voyeur⁸⁴ meines nur mehr möglichen Lebens, weiterhin mit der Angst im Rücken. Nun aber nicht mehr in Form übernatürlicher Mächte, sondern in Form eines real sich entfaltenden und kurz bevorstehenden Übels.

Hierzu noch eine kurze Schilderung, die veranschaulichen soll, inwiefern meine sich körperlich manifestierenden Unzulänglichkeiten es mir nicht mehr erlaubten von der Liebe voll und ganz ergriffen zu werden und somit verhinderten, dass ich in ungehemmter zwischenleiblicher Resonanz selbstvergessen in einem gemeinsamen Stimmungsraum aufgehen konnte, was zuletzt auch die Liebe ihres rettenden Potentials beraubte: Ich hatte mich zu einem Nachspaziergang verabredet. Unter dem feinen Hauch milchigen Mondscheins ging ich mit A durch den Wald, bis wir an eine Hütte kamen. Eigentlich war es mehr ein Verschlag als eine Hütte, mit einem Tür- und Fensterloch, die mit düsterer Finsternis angefüllt waren. Uhh! Gespannt und mit langsamen und vorsichtigen Schritten traten wir ein und wurden von der

⁸⁴ Straus stellt dem normalen „Verlangen nach Näherung und Vereinigung“, das verstohlene und heimliche Tun des Voyeurs gegenüber, für den „das Allein-sein, das Ohne-Partner-sein [und] das Draußen-sein“ (Straus 1960, S. 181) charakteristisch ist. Davon ausgehend kommt er zu folgender Feststellung: „Der Voyeur nimmt also nicht an der Realität ursprünglich teil, sondern er hat sie nur durch Objektivation, d. h. als reflektiertes Wissen. Er macht den anderen zum Objekt an sich und für sich. Die Objektivierung erlaubt ein beliebiges Wiederholen in der Phantasie. Das Verhalten des Voyeurs ist kein sich explizierendes, ursprüngliches Werden wie das der Liebenden.“ (Straus 1960, S. 181f.)

Dunkelheit verschluckt. Ich fühlte mich eindeutig wohler als A. Ich schlich um sie herum, während sie im Verborgenen herumtastete. Ihr wurde langsam bange, denn ich war verschwunden. Ich war in die Stille abgetaucht und hatte mich nicht mehr zurückgemeldet. Da durchfuhr mich eine Welle der Euphorie. Ich setzte zu einem wackligen Sprung an und mit einem lauten Buh! sprang ich A an. Jetzt würde sie sicher aus der Hütte flüchten und lautschreiend und armefuchtelnd davonlaufen, dachte ich mir vergnügt – da war sie schon in meine Arme gestürzt, hatte sich fest an mich gezogen und in meiner Brust vergraben. Nah! Ich konnte ihren Herzschlag hören – so nah! –, ihren noch unregelmäßigen Atem, spüren wie sich ihre Brust hob und senkte und ... Zu nah! Es fehlte nicht mehr viel ... Weg! Bevor etwas geschah, das nicht mehr rückgängig gemacht werden konnte, ein Versprechen gegeben wurde, das nicht mehr zurückzunehmen, sondern nur mehr zu enttäuschen war. Auch wenn ich wollte, ich durfte nicht, konnte sie nicht lieben. Denn die Liebe will sich öffnen und geben, sich ausschütten und uneingeschränkt schenken. Aber das war nicht möglich. Ich musste fliehen, mich verstecken und zurückbehalten. Ich konnte mein Innerstes nicht nach außen kehren, alles heraus- und mich zulassen. Ich befand mich ja weit unter meinen Möglichkeiten. So ein gutes Gefühl bei der Sache, bei irgendeiner, egal bei welcher – ich wusste schon gar nicht mehr, wie sich das anfühlte. Wie ich es auch anstellte, es wollte sich nicht einstellen. Alles kam mir faul vor, im innersten Kern verdorben. Dieses ruhelose Ziehen. Es ging nicht mehr weg, sondern setzte sich immer mehr fest, kroch immer tiefer, wurde immer stärker. So sehr, dass es zu scheuern begann, zu brennen und mich immer mehr zermürbte. Nichts ging mir mehr reibungslos von der Hand. Immer mehr alltägliche Dinge fingen an mich zu überfordern. Und so sollte ich mich A offenbaren?

Ich löste die Umarmung. Wir gingen raus, traten unter den Mond, der hinter einem zerfledderten Wolkenteppich trübschimmernd den Nachthimmel marmorierte. Da hüpfte A vergnügt an mir vorbei, sprang hoch und hielt sich am Dachbalken fest – eins, zwei, drei – und ließ wieder los. Dann sah sie mich mit einem Blick an, in dem die Aufforderung lag, es ihr gleichzutun. Ich sprang, auch wenn ich mich innerlich dagegen sträubte, also ebenfalls hoch, hielt mich fest, zog mich rauf – scharfes Knacken – und senkte mich mit einem brennenden Schmerz wieder ab und ließ los. A war zufrieden. Sie ging weiter und scherzte mit mir im Schlepptau wie zuvor. Ich aber driftete langsam und unaufhaltsam immer tiefer in meine Schwermut und die Dunkelheit ab. Ich wollte die Sache nur mehr hinter mich bringen, sodass ich, als sich unsere Wege wieder trennen sollten, das erwartungsvolle Herumgedruckse durch ein paar Witzeleien entschärfte und A noch einmal mit dem impliziten Versprechen umarmte, dass, wenn nicht heute, es doch bald so weit sein würde.

Natürlich konnte das nicht ewig so weitergehen und so kam es, dass A nach mehr als einem Jahr des Hingehaltenwerdens an Silvester alles auf eine Karte setzte. Ausgerechnet an

Silvester! Dieser Tag war mir verhasst. Denn ich sah mich dann immer mit all den ihrer Zukunft entgegenfiebernden Menschen konfrontiert, während sich die meine nur zunehmend verfinsterte. Zufrieden wurde auf das erfolgreiche und denkwürdige Jahr zurückgeblickt, während das neue schon vorfreudig und gespannt erwartet wurde. Scheiße! A glänzte mich auch schon wieder mit ihren Augen an, in denen der von ihr gefasste Vorsatz leuchtete. Um Mitternacht war es dann so weit. Alle gingen raus, um das Feuerwerk anzuschauen. A wurde immer lustiger und ausgelassener. Sie kam immer näher, umschlang mich schließlich und flüsterte mir herausfordernd ins Ohr, dass sie mich jetzt umschubsen werde. Das soll sie mal versuchen! Ich hatte keine Chance. Wir stürzten unter dem trunken durch die Nacht taumelnden Feuerwerk in den weichen Schnee, kamen aufeinander zu liegen und in den im Reigen der Raketen glitzernden Augen von A zerplatzen all die Wünsche und Hoffnungen dieses Jahres, als ich mich mürrisch losmachte, anstatt unsere Liebe mit einem Kuss zu besiegeln.

4.5 Ekel und Schmerz am äußersten Tief meines Daseins

An diesem Punkt begann ich es endlich zu akzeptieren. Ich war verloren. Nicht einmal die Liebe konnte mich retten. Obwohl *akzeptieren* nicht das richtige Wort ist. Ich verleugnete meinen Zustand zwar nicht mehr, aber von Akzeptanz im Sinne von Zustimmung, Bejahung und Affirmation kann hier keine Rede sein. Vielmehr regte sich ein tief empfundener Ekel in mir. Sartre spricht davon, dass der Ekel das „existentielle Erfassen unserer Faktizität“ (Sartre 1984, S. 197) ist. Das hätte in meinem Fall die Lage nicht zutreffender beschreiben können. Denn Fakt war, dass ich mich selbst nicht mehr ausstehen konnte. Die Tage nach Silvester waren von einem Ausbruch des Widerwillens gegen mich selbst gekennzeichnet, dem ich mich resigniert hingab. (vgl. D'Annunzio 2016, S. 288) Ich versenkte mich in mein Elend, überließ mich der Verzweiflung, der Trägheit und Taubheit. Eine große Müdigkeit hatte von mir Besitz ergriffen. All die Monate, in denen ich die Fassade des jungen, eifrigen, verliebten Studenten aufrecht zu erhalten versucht hatte, forderten nun ihren Tribut. All die Möglichkeiten, die zum Greifen nah schienen, waren nun in eine unendliche Ferne gerückt. Der Spielraum, von dem im Zusammenhang mit der Wahlfreiheit bereits die Rede war, hatte sich nun bis zu dem Punkt verengt, wo er fast gegen Null ging. (vgl. Waldenfels 2007, S. 126) Ich war zu nichts mehr imstande bzw. war ich nicht mehr dazu bereit die Schmerzen in Kauf zu nehmen, um den sich mir bietenden Möglichkeiten nachzugehen. Denn was würde es bringen? Ich könnte sie ja doch nicht genießen. Der Schmerz würde mich ja doch nicht loslassen und mir so jede Erfahrung verleiden. Er würde verhindern, dass ich ganz dabei sein und mich dem Leben hingeben konnte.

Denn er zog die Aufmerksamkeit auf sich, störte die Kommunikation mit der Welt⁸⁵ und forderte auf mich nur mit ihm auseinanderzusetzen. Unabweislich drängte er mir meine Körperlichkeit auf, machte mir untrüglich klar, dass der Leib unser Tor zur Welt ist, „unsere Offenheit für etwas“ (Merleau-Ponty 1974, S. 42), die ich nun verloren hatte. In diesem Sinne stellt der Schmerz eine Art der *physischen Gewissheit* dar.⁸⁶ (vgl. Fuchs 1999, S. 106) Unbezweifelbar machte er mir begreiflich, dass es nur eins gab, das sicher war: die Unsicherheit – und machte mir klar, dass mir jetzt nur mehr eine Wahl blieb. Ich stand an dem Punkt, wo „zwischen Rettung und Untergang“ (D'Annunzio 2016, S. 288) gewählt werden muss. Einige Zeit haderte ich, ich war kurz davor allem ein Ende zu machen, aber schließlich war doch etwas aufgestanden in mir und ich wollte sehen, ob ich mit meinem Leben doch noch etwas anfangen konnte. Darum rekapitulierte ich erneut und versuchte meine Situation so gut ins Auge zu fassen, wie nur möglich, um von da auszugehen, wo ich mich auch wirklich befand. Ich gab mir eine Auszeit von zwei Jahren, um mich auf die Suche nach meiner verlorenen Leiblichkeit zu machen. Ich würde mein Leben in die Warteschleife hängen, mich zurückbehalten und mich nur mehr auf mich konzentrieren und darauf alles wieder ins Gleichgewicht zu bringen.

⁸⁵ Mit der Irresponsivität der Umwelt gegenüber, die mit einem Abzug der Aufmerksamkeit einhergeht, ist eine erste von vielen Parallelen zwischen Angst und Schmerz angesprochen, auf die bereits unter 3.8.2 hingewiesen wurde. Mehr dazu dann im Kapitel 6.

⁸⁶ Diese Gewissheit fegte die Phantasmen meiner Jugend weg, die ja durch mein Ausweichen vor ihnen schließlich diese realen Folgen gezeitigt und so paradoxerweise genau zu dem geführt hatten, was ich eigentlich vermeiden wollte.

5 Auf der Suche nach der verlorenen Leiblichkeit

Auch an dieser Stelle soll nun noch einmal rekapituliert werden. Dabei wird die ab 3.8.2 dargestellte Entwicklung so genau wie möglich zu analysieren versucht, denn wie inzwischen klar geworden sein sollte, stellte der Verlust meiner Leiblichkeit mittlerweile das zentrale Thema meines Lebens dar, sodass es mir wichtig erscheint die Verkörperung des Zweifels weiter herauszuarbeiten, um einen noch besseren Einblick in die von mir erlebte Leiblichkeit zu geben. Dazu sollen als erstes der Begriff des „Körperschemas“ und weitere relevante Begriffe definiert werden. Danach wird noch einmal ein Einblick in meine damalige Lebenswelt gegeben, der an die vorigen Kapitel anknüpft und es erlauben wird die erarbeitete Begrifflichkeit abschließend auf meine Situation anzuwenden.

5.1 Definition des Körperschemas und weiterer relevanter Begriffe

Das Körperschema wird grundsätzlich in ein perzeptives und ein motorisches bzw. funktionales unterteilt. Dabei ermöglicht das perzeptive Körperschema

die Orientierung „im Leib“, d. h. das räumliche In-Beziehungsetzen verschiedener Leibinseln relativ zueinander; es bezeichnet ferner die erlernte Identifizierung von gespürten Leibinseln und gesehenem Körper, die uns etwa ermöglicht, dem Arzt die Stelle zu zeigen, an der es weh tut. (Fuchs 1999, S. 126)

Das perzeptive Körperschema entspricht also dem, was auch als „Propriozeption“ (Wehrle 2021, S. 12) bezeichnet wird, also das Wissen des Leibes um seine Lage im Raum, als auch um die Lage seiner Glieder zueinander. Dieses implizite Wissen steht in engem Zusammenhang zum motorischen Körperschema. Dieses „leitet als leibliche Disposition die auf äußere Ziele gerichtete Bewegung [und] konstituiert eine situative Räumlichkeit, die den Leib mit den zu verrichtenden Aufgaben verbindet.“ (Fuchs 1999, S. 126) Hierbei handelt es sich also um erworbene und erlernte Fähigkeiten, um Vermögen und Gewohnheiten (vgl. Wehrle 2021, S. 21), die es als „gerichtete leibliche Motorik“ (Fuchs 1999, S. 67) erlauben selbstverständlich mit der Welt und den Dingen in ihr umzugehen. Somit kann das Körperschema zusammenfassend als „das praktische und unmittelbare ‚Wissen‘ um unsere räumlich-körperliche Position und unsere konkreten Bewegungsmöglichkeiten unserer Glieder in der intersensorischen Welt“ (Wehrle 2021, S. 10) definiert werden.

Um nun den Begriff des Körperschemas an die in dieser Arbeit angestellten Überlegungen anzuschließen, sei noch einmal darauf hingewiesen, dass es sich beim Körperschema um eine leibliche Gerichtetheit bzw. Gespanntheit auf Aufgaben und Ziele in der Welt handelt. Merleau-Ponty spricht auch davon, dass der Leib auf „seine Aufgabe hin polarisiert ist, *auf diese hin*

existiert und auf sich selbst sich zusammennimmt, um sein Ziel zu erreichen“. Er kommt dann zu dem Schluss, dass in diesem Sinn „das Körperschema letztlich nur ein anderes Wort für das Zur-Welt-sein meines Leibes“ (Merleau-Ponty 1974, S. 126) ist.

Auch der Begriff des Körperschemas kann also in den Konnex von Zur-Welt-sein, fungierender Intentionalität, intentionalem Bogen und Transzendenz eingefügt werden, wobei sich mit ihm vor allem die leibliche Dimension der menschlichen Existenz eingehender beschreiben lässt. Dazu kann an die Bestimmung angeknüpft werden, dass durch den Leib hindurch eine Kommunikation mit der Welt stattfindet, die älter ist als alles Denken. Merleau-Ponty spricht auch davon, dass dem „Ich denke“ ein „Ich kann“ (Merleau-Ponty 1974, S. 166) vorausgeht und meint damit die präreflexive motorische Bezugnahme des Körperschemas, die er als ursprüngliche Intentionalität auffasst. (vgl. Weidtmann 2020, S. 184) Es handelt sich hier um die oben angesprochenen erworbenen Fähigkeiten, Vermögen und Gewohnheiten, die sich im Begriff eines implizit fungierenden leiblichen Könnens zusammenfassen lassen, das zeitgemäßer auch als *know how* bezeichnet werden kann. (vgl. Bermes 2020, S. 84) Dieses *know how* entspricht dem praktischen und unmittelbaren Wissen um meine Möglichkeiten in der Welt. Diese Unmittelbarkeit bzw. das direkte Zur-Welt-sein des Leibes, das vor jedem Denken schon bei seinen Zielen und Aufgaben ist, ist aber nur eine scheinbare Unmittelbarkeit. Für die Erfahrung stellt sich das Gefühl der Unmittelbarkeit ein, aber in Wahrheit steht hinter dieser Unmittelbarkeit ein Vermittlungsprozess, der, solange er ungestört ist, nur nicht ins Bewusstsein rückt. Deshalb versteht Fuchs in Anlehnung an Plessner den Leib als „vermittelte Unmittelbarkeit“ (Plessner zit. nach Fuchs 2011, S. 566), die mit der Transparenz des Leibes wie folgt zusammenhängt: „Der Leib als Medium vermittelt uns mit der Welt, bleibt aber selbst transparent, und so wird unsere Beziehung zur Welt eine unmittelbare.“ (Fuchs 2011, S. 566) Fuchs spricht diesbezüglich ebenfalls in Anlehnung an Plessner von einer „Polarität von vorbewußt-unbemerkt, ‚tragendem‘ und widerständigem, ‚trägem‘ Leib – von Leib und Körper.“ (Fuchs 1999, S. 126)⁸⁷ Was ist es nun aber, das trägt? Wie kommt es dazu, dass sich das Gefühl der Unmittelbarkeit ausbildet? Um diese Fragen zu beantworten, scheint die von Merleau-Ponty getroffene Unterscheidung zwischen „aktuelle[m] Leib“ und „habituelle[m] Leib“ (Merleau-Ponty 1974, S. 107) hilfreich zu sein. Denn es ist eben der aktuell sich im Vollzug befindliche Leib, der durch den habituellen Leib getragen wird (vgl. Fuchs 1999, S.

⁸⁷ In dieser Arbeit wird grundsätzlich von der Unterscheidung zwischen einem implizit fungierenden und präreflexiv gelebten Leib auf der einen Seite und einem als Hindernis und Widerstand erscheinendem Körper auf der anderen Seite ausgegangen. (vgl. Fuchs 1999, S. 136) Es sei aber bemerkt, dass diese Terminologie nicht stringent durchgehalten wird. Vor allem in den persönlichen Schilderungen werden aufgrund ästhetischer Erwägungen Körper und Leib des Öfteren synonym verwendet.

68), wobei letzterer auch als „implizites Gedächtnis“ (Fuchs 1999, S. 316) oder „Leibgedächtnis“ (Fuchs 2014, S. 89) bezeichnet werden kann. Dieses Leibgedächtnis ist im Unterschied zum „reflexiven oder personalen Gedächtnis“ (Fuchs 1999, S. 316), welches rückschauend erinnert und vergegenwärtigt (vgl. Fuchs 1999, S. 316), durch eine bestimmte Form des Vergessens gekennzeichnet, das Fuchs Implikation⁸⁸ nennt und das zu dem oben angesprochenen impliziten leiblichen *know how* führt. Unter Implikation versteht er die

Einbildung ganzheitlicher Verlaufsgestalten in das Leibgedächtnis. Wenn wir etwa Schreiben, Klavierspielen, Tondrehen oder Tanzen lernen, führen wir zunächst *mit* der Hand oder *mit* dem Fuß gezielte Einzelbewegungen aus. Aus dem wiederholten, übenden Zusammensetzen solcher Bewegungen resultiert eine *Automatisierung*, welche die Einzelbewegungen nach und nach zu einer „Figur“ integriert und als solche in den unreflektierten leiblichen Gesamtvollzug aufnimmt. Man weiß nicht mehr, wie man tut, was man tut. Ein selbstverständlicher Handlungsbogen hat sich gebildet, eine im Vollzug unhörbar mitschwingende Bewegungsmelodie. (Fuchs 1999, S. 328)

Dieser Vorgang der Implikation bezeichnet also den Übergang von einem expliziten zu einem impliziten Wissen. (vgl. Fuchs 1999, S. 327) Durch Habituation, also wiederholte Einübung, verleibt sich der Leib das Vermögen ein, mit den Dingen seiner Welt in gewohnter Weise umzugehen, bis ein implizites Gedächtnis entsteht, „das von der Gesamtheit der durch die Gewohnheit organisierten sensorisch-motorischen Systeme gebildet wird“ (Bergson 1919, S. 147). „[I]n Form von vertrauten Bewegungsgestalten“ (Fuchs 1999, S. 317) ist dieses Gedächtnis in den Händen und Füßen, wobei sich deren motorische Gerichtetheit wie von selbst einstellt, sodass Aufgaben ausgeführt werden, ohne dass über sie nachgedacht werden müsste. Es bedarf also keines vermittelnden Gedankens. Es muss kein „Umweg über irgendeine Vorstellung“ (Merleau-Ponty 1974, S. 168) genommen werden. Denn der Leib hat bereits verstanden. Durch die Gewohnheit verankert er uns in der Welt⁸⁹, sodass wir leibend und lebend die „Übereinstimmung erfahren zwischen Intention und Vollzug“ (Merleau-Ponty 1974, S. 174) und vollständig in Bezug und Umgang aufgehen. (vgl. Grüny 2004, S. 244)

Damit sollte nun hinlänglich klar gemacht worden sein, dass das Können gerade darin besteht, „das explizite Wissen wieder *zu vergessen*, d. h. es in das implizite leibliche Gedächtnis eingehen zu lassen.“ (Fuchs 1999, S. 317)

⁸⁸ Fuchs charakterisiert das personale oder reflexive Gedächtnis auch durch den Begriff der Explikation, dem er die Implikation gegenüberstellt. „[D]as Gegenstück zur Implikation ist die *Explikation*, die Vergegenwärtigung eines erlebten Inhalts im bewußten, autobiographischen Erinnern.“ (Fuchs 1999, S. 318)

⁸⁹ Es stellt sich ein Erleben von Einheit und Kongruenz ein, denn „[b]y projecting an aim toward which it moves, the body brings unity to and unites itself with its surroundings; through the vectors of its projected possibilities it sets things in relation to one another and to itself.“ (Young 1980, S. 147)

5.2 Vom Verlust der natürlichen Selbstverständlichkeit

Auf dieser Grundlage kann das mir widerfahrere nun als eine der Implikation gegenläufige Bewegung beschrieben werden, die Fuchs Explikation des Impliziten⁹⁰ oder pathologische Explikation nennt.

Die Störung des Lebensvollzugs manifestiert sich andererseits in einer Auflösung der Gewohnheiten, Gestalteinheiten und impliziten Koppelungen, die der Intentionalität des Leibes zu Grunde liegen. Übergreifende intentionale Bögen von Wahrnehmung und Handlung lösen sich auf, sodass Einzelelemente störend in den Vordergrund treten. Diese Phänomene habe ich als *Explikation des Impliziten* oder *pathologische Explikation* bezeichnet. (Fuchs 2011, S. 574)

Aufgrund der angesprochenen Doppeldeutigkeit des Begriffs der Explikation soll in diesem Kontext lieber von „Entkörperung“ oder „disembodiment“ (Fuchs 2011, S. 571) gesprochen werden.

Diese [Entkörperung] besteht in einer schleichenden Desintegration leiblicher Gewohnheiten und Handlungsabläufe, die gerade das Selbstverständliche und Alltägliche immer fragwürdiger und problematischer erscheinen lässt. [...] Hier zerfallen die impliziten Koppelungen beziehungsweise sensomotorischen Syntheseleistungen und müssen durch bewusste Planung und Ausführung ersetzt werden. Es gelingt den Patienten nicht mehr, einen einheitlichen Handlungsbogen zu realisieren und sich dabei auf selbstverständliche Weise ihres Leibes zu bedienen. Dies führt zum Verlust der Spontaneität, zur zunehmenden Selbstbeobachtung und Hyperreflexion. Jede noch so geringfügige Handlung bedarf einer gezielten Aufmerksamkeit und Willenstätigkeit, gewissermaßen einer „cartesischen“ Einwirkung des Ich auf seinen Körper. Nicht umsonst sprechen die Patienten oft von einem Bruch zwischen sich und ihrem Körper, fühlen sich innerlich ausgehöhlt oder wie leblose Roboter. Denn das Gefühl des Lebendigseins beruht darauf, den eigenen Leib gewissermaßen zu bewohnen und sich durch ihn selbstverständlich auf die Welt richten zu können. [...] Kranken drängt sich gerade das als unabweisbares Problem auf, was der Gesunde *vergessen* hat, weil er es schon gewohnt war, bevor er danach fragen konnte: wie es möglich ist, in der Welt zu sein, zu handeln, zu leben. Gerade das Vergessene, das heißt das im leiblichen Gedächtnis gewohnt und vertraut Gewordene, ist dem Kranken nicht mehr verfügbar. (Fuchs 2011, S. 571f.)

Angestoßen wurde dieser Prozess der Entkörperung bei mir durch den Zwang und die Saccadierung. Dort nahm die Auflösung der intentionalen Bögen ihren Anfang. Zudem kam es durch die ängstliche Abwehr zu einem körperlichen Dauertonus und die permanente Fluchtbewegung verhinderte das sympathetische Sichrichten auf Ziele und Vorhaben in der Welt. Auch vom Verlust der Spontanität und von der Hyperreflexion war schon die Rede, wobei im Zuge des Kontrollfanatismus versucht wurde die fungierende Intentionalität zu einem vollständig bewussten Akt zu machen, wodurch das „von-selbst“ des selbstverständlichen Lebensvollzugs durchkreuzt wurde. Saccadierung und Hyperreflexion führten also in Verbund mit Angstspannung und Zwangsdruck zu den ersten körperlichen Symptomen in Form des

⁹⁰ Es sei darauf hingewiesen, dass diese Wendung bereits im ersten Kapitel verwendet wurde, als vom Nachdenken über die präreflexive Dimension der Erfahrung die Rede war. Dabei handelt es sich nicht um das hier von Fuchs ins Auge gefasste Phänomen, sondern um eine Explikation im Rahmen des reflexiven Gedächtnisses.

unbestimmten Ziehens in den Gliedern, gefolgt von knackenden und knirschenden Gelenken. Schmerzen verspürte ich dabei anfangs noch fast keine, aber meine noch bei weitem übertriebene Angst vor Krankheiten schenkte all dem ein obsessives Maß an Aufmerksamkeit. Es wurde bereits von einer sich inkarnierenden Ausweglosigkeit gesprochen. Es soll nun gezeigt werden, wie sich diese mir immer weiter aufdrängte. Als erstes dazu eine weitere Schilderung, die vom Ende des ersten Semesters berichtet: Ich hatte mir meinen Weg durch die Grüppchen gebahnt, die sich vor dem Vorlesungssaal gebildet hatten und in denen sich meine Kommilitonen noch einmal untereinander versicherten, ob sie denn die eine oder andere Frage, bei der sie unsicher gewesen waren, richtig beantwortet hätten. Erleichterte Seufzer, begeistertes Lachen, sogar überschwängliche Jubelrufe konnte ich beiläufig wahrnehmen. Aber auch zerknirschte Gesichter, Schmollmünder und Kulleraugen, die mit Zuversicht aufgemuntert und getröstet wurden, zogen an mir vorbei. Den Inhalt der Gespräche blendete ich aus. Ich war mir meiner Sache sicher und wollte einfach nicht verstehen, wie sich jemand mit dem Stoff schwertun konnte, den ich selbst lediglich als Anlass nahm, um darüber hinaus in die Tiefe zu gehen. So hatte ich also heute Morgen meine Überlegenheit ausgekostet, dabei aber nicht bemerkt, dass ihr eine tieferreichende Verachtung zugrunde lag. Das ging mir erst jetzt auf, da sie erneut als Neid das Wort ergriff, während ich mit dem Rad in Richtung Innenstadt fuhr: Haben die denn keine anderen Probleme? Diese Weltuntergangsstimmung! Wegen so einer Sache. Ach! Die Armen, Weinerlichen, Trostbedürftigen. Die wissen doch gar nicht, was Probleme sind. Die lassen ihren Körper einfach vergessend hinter sich, und genießen ausgelassen ihre Uneingeschränktheit, während mir selbst alles nur immer schwerer und schwerer fiel. Z.B. dieser Sprung im Pedal. Bei jeder Umdrehung dieser Widerstand, diese Hemmung der Bewegung, die mit einer flüchtigen Unsicherheit einherging, die sich als ein blanker Moment äußerte, in dem ich kurz nicht wusste, wie mir geschah und in dem das Ziehen sich weiter einbrannte.

Boah, endlich war die erste Steigung geschafft. Eigentlich hatte ich schon jetzt genug. Scheiß auf die Party! Scheiß auf das rauschhafte Vergessen, die Belohnung für das ECTS-Wahnsinnssemester. Es konnte mir gestohlen bleiben. Aber es gelang mir mein als Wut getarntes Selbstmitleid zu bezwingen, während ich mich in abfallenden Serpentinien die Abfahrt hinunterschlängelte. Immerhin hatte ich die Strecke extra ausgeforscht, um dem unguten Gefühl auf die Spur zu kommen. Da verbot es sich also so schnell aufzugeben und vielleicht kam ich ja bei der nächsten Steigung, der ich nun erneut euphorisch entgegenfieberte, dahinter, was da nicht ganz rund lief. Lässig bog ich um die Kurve – Haarnadel. Danach ging es gleich steil bergauf. Ich schaltete runter. Unterste Scheibe. Trat an. Gang runter. Tritt. Gang runter. Tritt. Usw., bis es irgendwann keinen Gang mehr runter ging und der unterste nicht leicht genug war. Während ich versuchte rund zu bleiben, fingen meine Knie nun auch

vermehrt an zu knirschen. Da war immer wieder ein Knacken, das nicht besonders schmerzhaft war, sich aber komisch zermürend anfühlte. Trotzdem ruckte ich verbissen und wackelig vorwärts, quälte mich in abgehackten, zittrigen Schlangenlinien den Hügel rauf, bis ich geschafft oben stand und absteigen musste. Ein kaltes Kribbeln hatte sich in meinen Händen ausgebreitet, das von der Schulter auszustrahlen schien. Ich schüttelte mich aus. Als ich wieder mehr Gefühl in den Gliedmaßen hatte, stieg ich wieder auf, rollte los und glitt über das feuchte Pflaster, das im Laternenlicht schimmernd den Eindruck erweckte, als ob ich durch ein Gemälde von Leonid Afremov fahren würde. Das hob meine Laune wieder, nachdem sie erneut eingebrochen war ...

Nach der Party schwang ich mich dann noch einmal aufs Rad und rauschte los. Jetzt würde ich der Sache schon auf die Spur kommen. Keine Frage. Aber das war alles zu ungenau, zu fahrig, zu überdreht und wie ich mich auch abstrampelte, ich bekam dieses ungute Gefühl nicht weg, schaffte es nicht, der sich inkarnierenden Ausweglosigkeit zu entkommen. Zwar war sie gedämpft und durch den Rausch in wattige Tiefen verpackt, doch da. Immer, überall, absolut. Es sei hier auch noch einmal an den Qigong-Kurs erinnert und daran, dass die Einfühlerei die ganze Sache immer schlimmer machte. Denn je mehr ich darauf achtete alles richtig zu machen, desto mehr hatte ich das Gefühl, dass nichts mehr in Ordnung war, was mich manchmal tobsüchtig bis an den Rand der Verzweiflung trieb. Wenn es z.B. zu einem schmerzenden Knacken und Stechen kam, wie es im Rahmen des Nachspazierganges im Kapitel 4.4 beschrieben wurde, dann folgte unmittelbar darauf eine Hitzewallung, die wütend in mir aufstieg und sich Luft machen wollte. Solche Anfälle mehrten sich mit der Zeit, da ich wieder angefangen hatte Sport zu machen. Mir war klar geworden, dass die einseitige Vergeistigung, die ich am Anfang meines Studiums betrieben hatte, nicht gerade förderlich für mein körperliches Wohlbefinden gewesen war. Darum wollte ich diesem Ungleichgewicht entgegenwirken, übertrieb es dabei aber maßlos. Wieder einmal wollte ich so schnell wie möglich mein Ziel erreichen, ohne darauf zu achten, von wo ich eigentlich ausging. Nach eineinhalb Semestern der fruchtlos gebliebenen metaphysischen Bemühungen kam mir also auf einmal die Idee wieder einmal Laufen zu gehen. Hibbelig kramte ich meine Laufschuhe hervor und hastete los. Draußen knallte die Sonne aufs Pflaster und verlangte mir schon das erste Stück bergauf in Richtung Wald einiges ab. Schnaubend und schwitzend fing ich dann im Schatten der Bäume an zu joggen. Aber es wollte sich kein richtiger Rhythmus einstellen. Die Probleme der Philosophie verfolgten mich. Außerdem schoben sich in die mit nervöser Eile geladene Aufregung einzelne Angstderivate ein und verlangten abgewehrt zu werden. Ich bemühte mich aber nach Leibeskräften die Energie, die ungerichtet durch meine Nervenbahnen flippte, unter Verschluss zu halten. Ich wollte unter keinen Umständen die Blicke der anderen Jogger auf mich ziehen, die mich mittlerweile der Reihe nach überholten.

Dabei war ich in der Schule doch auch sportlich vorne dran gewesen. Na gut. Zum Ende hin waren einige an mir vorbeigezogen, denen ich früher überlegen war. Ok ... ein-, zweimal war ich auch ausgezuckt, hatte nachgetreten und einem Freund sogar einmal die Finger verstaucht. Natürlich durfte man sich nicht so gehen lassen, aber das konnte es auch nicht geben! Was lief denn schief? Jetzt leg dich doch einmal ins Zeug! feuerte ich mich an und wollte Gas geben. Aber da blitzte ein stechender Schmerz durch mein Bein. Scheiße! Wie eklig sich das anfühlte. Ich versuchte mich zu beruhigen und die Überdrehtheit runterzufahren, während ich leicht humpelnd zurückging. Aber es ließ mir keine Ruhe. Es brannte nach – dieses Ziehen, das nicht mehr lockerlassen wollte. Dann kam ich an dem Gerüst vorbei, wo ich mir zuvor noch voller Tatendrang vorgenommen hatte ein paar Klimmzüge zu machen. Vielleicht bekam ich wenigstens das noch hin. Ich hing also da, fand aber nicht die Kraft, um mich hochzuziehen, probierte herum und mit Schwung – Kacke! – krachte und stach es auch in der Schulter. Fuck! Verfickte Scheiße! flammte die Unruhe von neuem auf, während der Drang das sich ausbreitende Jucken wegzuticen immer ärger wurde. Ich konnte mich kaum noch beherrschen, hielt den Freakout aber zurück. Ausgelaugt und doch unter Strom eilte ich nach Hause, um mir in wild zuckender Ekstase die Kleidung vom Leib zu reißen und unter die Dusche zu stürzen. Nach und nach beruhigte ich mich unter dem kalten Wasserstrahl. Auch das komische Ziehen fuhr langsam zurück, aber die Zweifel hatten sich mir eingebrannt und unterschwellig wurde ich von einer diffusen Unsicherheit erfasst.

Damit sollte nun die fortschreitende leibliche Manifestation des Zweifels anschaulich genug geschildert worden sein, damit nachvollzogen werden kann, wie er sich mir als inkarnierende Ausweglosigkeit einbrannte, bis ich im Schmerz die physische Gewissheit erlangte, dass ich nicht mehr Herr meiner Lage war, die sich mir nach Silvester wie folgt darstellte: Ich stand am Bahnhof und war von dem kurzen Spaziergang dorthin schon kaputt. Ich schwitzte und kam mir zerteilt vor, so als würde der eigene Körper kein Ganzes mehr bilden. Nichts griff mehr einheitlich ineinander, sondern alles hing durch, war schlaff, von Spannkraft keine Spur und überall zog es – rastlos – stach und schmerzte es und in keiner Position konnte ich mehr lange aushalten, geschweige denn zur Ruhe kommen oder abspannen. Denn jede Lage überforderte mich, zerrte und drängte darauf wieder gewechselt zu werden. Es war mir einfach alles zu viel. Ich war so dermaßen überfordert und verunsichert, so fremd im eigenen Körper, dass ich es nicht mehr schaffte, in meinem rechten Bein schmerzfrei Spannung aufzubauen und über es Druck auszuüben. Das haftete irgendwie nicht mehr richtig, hing da nur so leblos weg. Genauso wie mein linker Arm: federleicht und unbelastbar. Überhaupt kam ich mir seltsam verzogen vor, irgendwie asymmetrisch und gebrochen, zersplittert wie eine kubistische Anhäufung. Und dann noch all diese Menschen und diese Hitze im Zug. Die schweißgesättigte Luft, die mir die Nase hochstieg. Die Kleidung, die sich auf meiner Haut festsaugte. Etwas

ausziehen! Das war mein einziger Gedanke, aber derart eingepfercht leider undenkbar. Der Widerspruch triggerte den Drang. „Kaskaden von ungerichteten Emotionen“ (Melle 2016, S. 42) schossen durch meinen Körper hindurch, feuerten wild durcheinander, durften aber nicht ausagiert werden. Krampfhaft schnürte es mich zusammen. Wie von Insekten übersät krabbelte ein Kribbeln über meinen Rücken. Dann fing es unter meinem Schulterblatt an zu jucken, zu brennen. Die Stelle wurde immer heißer, bis das Brennen schließlich in einen tauben Schmerz überging, der sich pochend mit meiner Stirn synchronisierte, während die Wallungen immer heftiger anbrandeten. Wie sollte ich nur endlich wieder zu einer Mitte finden, wie all die Extreme und entgegengesetzten Tendenzen ausgleichen? Ich hatte keine Ahnung, nachdem sich nun auch mein Körper zergliedert hatte und lose umherirrte. Ich wusste zwar noch, dass ich einmal ganz gewesen war, ineinandergegriffen und wie die anderen Selbstverständlichen keinen Gedanken an die korrekte Motorik hatte verschwenden müssen, aber leb- und leibhaft erinnern konnte ich mich nicht daran. Mit den Zwangsroutinen hatten sich einfach zu viele Bugs eingeschlichen. Ich konnte schon gar nicht mehr richtig hochbooten, musste mich überlasten, um zu funktionieren, die Abstürze und Ausfälle durch Schonhaltungen kompensieren, mit denen ich verzärtelt die Teile meines Körpers zurückhielt, in die ich mich wegen der Schmerzen nicht mehr auszubreiten wagte.

5.3 Zusammenfassende Analyse des veränderten Körperschemas

Diese ganze Entwicklung lässt sich nun mit der zuvor erarbeiteten Begrifflichkeit wie folgt zusammenfassen: Zuerst machte sich mein Körper aufgrund von Angstspannung, Saccadierung und Zwangsdruck in seiner Widerständigkeit und Materialität⁹¹ durch nicht mehr hemmbare Zuckungen und ein unbestimmtes Ziehen bemerkbar, die den ungehinderten leiblichen Vollzug anfangen zu stören. Die Zuckungen gingen auf die habituelle Einverleibung der kompulsiven Tics zurück, welche als Reaktionsbildung auf die Angst zu einem belastenden Dauertonus führten und damit zum unbestimmten Ziehen. Anfangs noch beiseitegeschoben, drängten sich mir diese Störungen mit der Zeit immer mehr auf. Selbstverständliche Bewegungen wie Gehen und Radfahren setzen mir immer mehr Widerstand entgegen und konnten nicht mehr ungehindert ausgeführt werden. Es stellte sich daher kein Gefühl der Unmittelbarkeit mehr ein, weil die „schweigende Vermittlung“ (Fuchs 1999, S. 127) durch den Leib langsam versagte. Mein Leib war nicht mehr durch seine Transparenz gekennzeichnet, sondern wurde opak. (vgl. Fuchs 2011, S. 566) Er verschwand nicht mehr als Medium der Vermittlung, verbarg sich nicht

⁹¹ Die Materialität des Leibes ist gerade das, was „in der ungehindert ihren Gang gehenden, unproblematischen Erfahrung nicht in Erscheinung tritt“ (Grüny 2004, S. 99). Sie tritt erst hervor, wenn sich das Schwere, Lastende und Widerständige als phänomenale Gegenwart des Körpers im Leib bemerkbar macht. (vgl. Fuchs 1999, S. 125)

mehr, indem er sich handelnd in selbstverständlicher Kongruenz mit der Welt zusammenschloss, sondern trat als Last und Hindernis hervor. (vgl. Fuchs 1999, S. 125) Merleau-Ponty spricht davon, dass hier die Vertrautheit und Kommunikation mit dem Gegenstand, also der Welt, unterbrochen ist. (vgl. Merleau-Ponty 1974, S. 159) Es wurde in diesem Zusammenhang auch von der Polarität zwischen einem tragenden und einem trägen Leib gesprochen. Eine andere Beschreibung, die sehr treffend ist, liefert Grüny, der Leders Begriff von „dys-appearance“ (Leder 2007, S. 84) heranzieht und davon ausgehend die gerade besprochene Polarität wie folgt formuliert: „Während der Leib in der funktionierenden Erfahrung als solcher verschwindet (disappears), kommt es hier [bei der dys-appearance] zu einem mit negativem Vorzeichen versehenen Auftauchen“ (Grüny 2004, S. 221). Indem also der Körper aus dem transparenten und impliziten Fungieren in die explizite Aufmerksamkeit tritt, kommt es zu einer Inkongruenz zwischen Intention und Vollzug. Für mich bedeutete dies Folgendes: Ich versuchte mich zwar noch in der Welt in gewohnter Weise zu bewegen, aber mein aktueller Leib konnte nicht mehr ungehindert auf meinen habituellen Leib zurückgreifen, der „nichts anderes als die *fortwährende Tätigkeit der Vermittlung* [ist], der Übergang von Potentialität in Aktualität, oder (in Aristoteles' Begriffen) von *dynamis* in *energeia*.“ (Fuchs 1999, S. 143) Wie gerade gezeigt wurde, war eben diese Vermittlung unterbrochen. Schleichend kam mir also mein Leibgedächtnis abhanden. Implizite Kopplungen lösten sich auf, übergreifende intentionale Bögen verloren ihre Spannkraft. Es kam zu einer „Partikularisierung“ (Fuchs 2011, S. 575) innerhalb meiner Leiblichkeit, in deren Zuge mein Leib sich meiner Verfügung entzog, indem mein Körper stellenweise in seiner Unverfügbarkeit hervortrat.⁹² Diese Partikularisierung bestand in einer Desintegration der leiblichen Einheit, in der einzelne Teile ein Eigenleben zu entwickeln schienen und den Gesamtablauf hemmten, indem sie in ihrer Eigentätigkeit gegen die Tätigkeit des Ganzen beharrten. (vgl. Fuchs 1999, S. 131)

Diese Beschreibung der Partikularisierung, in der Fuchs auf Hegel zurückgreift, weist auffällige Gemeinsamkeiten mit der Beschreibung einer „inhibited intentionality“ (Young 1980, S. 147), also einer gehemmten Intentionalität durch Iris Young auf, von der nun die Rede sein soll, da auch in dieser Arbeit bereits des Öfteren von einer Hemmung der fungierenden Intentionalität gesprochen wurde. Zwar geht es Young bei ihrer Beschreibung konkret situierter Leibkörper

⁹² Diese Partikularisierung hatte schon durch die Angst und den Zwang ihren Anfang genommen. Bereits durch diese Phänomene kam es zu einer „Selbst-Entfremdung oder ‚Selbst-Entzweiung‘“ (Fuchs 2011, S. 575) wie Fuchs schreibt. Dabei tritt etwas in mir selbst in seiner Unverfügbarkeit gegenüber, verselbständigt sich und entgleitet damit der eigenen Kontrolle.

vornehmlich um den Einfluss von Gender auf das leibliche Vermögen (vgl. Wehrle 2021, S. 15), aber meine Ausführungen werden zeigen, dass ihre Analysen auch auf meinen Fall übertragbar und anwendbar sind. Denn auch sie spricht davon, dass durch die gehemmte Intentionalität „the connection between aim and enactment“ (Young 1980, S. 147) unterbrochen wird, wodurch es zu einem Bruch zwischen den Möglichkeiten in der Welt und dem eigenen Vermögen kommt.⁹³ Dies drückt sich in einer diskontinuierlichen Bewegung aus, in einem Verlust der leiblichen Einheit. Die Welt ist für Young also mit „opacities and resistances“ bevölkert „correlative to [the body's] own limits and frustrations.“ (Young 1980, S. 147) Innerhalb des „Ich kann“ meines fungierenden Leibes trat also ein „Ich kann nicht“ (Husserl zit. nach Vetter et al. 2004, S. 623) meines in seiner Materialität im Wege stehenden Körpers hervor. Ich verlangte mir aber weiterhin ab in der Welt zu funktionieren, wollte mir anfangs nicht eingestehen, dass ich zu vielem eigentlich nicht mehr in der Lage war. Es kam zu folgender Ambivalenz: „[My body] project[ed] an aim to be enacted, but at the same time stiffen[ed] against the performance of the task.“ (Young 1980, S. 147) Young spricht auch davon, dass die gehemmte leibliche Intentionalität darin besteht, dass sie „simultaneously reaches toward a projected end with an ‚I can‘ and withholds its full bodily commitment to that end in a self-imposed ‚I cannot.‘“ (Young 1980, S. 146) Die gehemmte Intentionalität ist also durch eine „zweideutige Transzendenz“ (Wehrle 2021, S. 16) charakterisiert, die bewirkte, dass ich nicht mehr voll in meinen Möglichkeiten engagiert war. Ich konnte mich nicht mehr loslassen, hielt zurück, zog zurück und schrak zurück, wenn mir mein Körper schmerzhaft meine Grenzen aufzeigte, sodass ich mit der Zeit eine Haltung entwickelte, die Young „double hesitation“ (Young 1980, S. 143) nennt. Diese ist einerseits durch ein fehlendes Vertrauen charakterisiert, auf die Valenzen der Umwelt angemessen reagieren zu können. Die andere Seite dieses Zögerns ist die Angst, sich zu verletzen, wobei der eigene Leib mehr als eine zerbrechliche Belastung als das Medium für die Verwirklichung der eigenen Ziele erlebt wird. (vgl. Young 1980, S. 143f.) Deshalb wird die Aufmerksamkeit mehr auf den eigenen Körper als auf die Ziele gerichtet, die durch ihn hindurch erreicht werden sollen, sodass gesagt werden kann, dass das Können „beständig durch eine übermäßige Aufmerksamkeit auf den Körper als ‚Objekt der Sorge‘ unterbrochen“ (Wehrle 2021, S. 16) wird. Diese Sorge kann auch als Antizipation des Schmerzes aufgefasst werden, die mich in Schonhaltungen ausweichen ließ, bis mir mein Leibgedächtnis vollkommen abhandengekommen war, indem der Schmerz

⁹³ Diese Feststellung ist ganz im Sinne von Fuchs, wenn dieser von einem Missverhältnis „zwischen den Potenzialen der Person und den Valenzen ihrer Umgebung“ (Fuchs 2015, S. 205) spricht.

meinen habituellen Leib derart umstrukturiert hatte⁹⁴, dass sich mein Körperschema schließlich als das eines verzärtelten Spastikers darstellte, dessen Extremitäten sich vom Rest seines Körpers losgelöst hatten und der sich wie auf einem modernen Gemälde (vgl. Fuchs 1999, S. 103) in seine Einzelteile zerlegt vorfand. Aufgrund des drohenden Schmerzes wagte ich es schließlich nicht mehr mich in meinem Körper auszubreiten, um mich auf die Welt hin zu spannen und die Möglichkeiten in ihr zu ergreifen. Denn wie Straus treffend bemerkt: „Der Fülle muß man gewachsen sein. Die reich besetzte Tafel lockt nur den Gesunden und schreckt den Kranken.“ (Straus 1960, S. 203)

⁹⁴ Grüny gibt zu bedenken, dass der habituelle Leib Veränderungen gegenüber einigermaßen träge ist. Er versucht sich z.B. noch eine Zeit lang in gewohnter Weise in der Welt zu bewegen, macht aber als aktueller Leib immer wieder schmerzhaft Erfahrungen, die in ihrer Chronifizierung zu einer Umstrukturierung des habituellen Leibes führen. Auf dieser Grundlage kommt Grüny dann zu dem Schluss, dass Gewohnheiten und Habitualisierungen nicht nur Ausdruck unseres Vermögens sind, unser Sein in der Welt zu erweitern, sondern auch eine Verarmung darstellen können. (vgl. Grüny 2004, S. 168)

6 Der Schmerz als Fortsetzung von Angst und Zwang

Wie am Ende des Kapitels 4.5 angesprochen machte ich mich an diesem Punkt angekommen auf die Suche nach meiner verlorenen Leiblichkeit. Bevor aber darauf eingegangen wird, wie sich diese Suche ausgenommen hat, soll noch kurz das Phänomen des Schmerzes erörtert werden und seine auffälligen Parallelen zur Angst und zum Zwang, die mir so lange nicht aufgefallen waren. Ich musste nämlich im Zuge dieser Arbeit feststellen, dass das Pathos des chronischen Schmerzes dem der Angst und des Zwanges verblüffend ähnlich ist, sodass ich mir nun eingestehen muss, dass ich die Angst und den Zwang nur scheinbar überwunden hatte, während sie mich doch noch immer, nur in neuer Gestalt, im Griff haben.

Um nun die Parallelen herauszuarbeiten, bietet es sich an, den Schmerz analog in seinem Einfluss auf die Aspekte der Räumlichkeit, Zeitlichkeit, Freiheit, Intentionalität, Responsivität und Zwischenmenschlichkeit darzustellen. Aufgrund des Umfangs dieser Arbeit ist dies aber nicht genauso umfassend möglich wie für die Angst und den Zwang. Es wird daher eher kursorisch vorgegangen, wobei des Öfteren Hinweise und Andeutungen reichen müssen.

Angefangen werden soll mit dem gerade angesprochenen Pathos des Schmerzes, also mit dem Schmerz als Widerfahrnis, seinem responsiven Charakter und seiner welt(v)erschließenden Funktion.

6.1 Das Pathos des Schmerzes

Dabei wird der Schmerz ebenso wie die Angst und der Zwang als eine „pathische Form des Empfindens“ (Grüny 2004, S. 106) aufgefasst, also als eine noch vorbegriffliche Kommunikation mit der Welt. Bereits im Kapitel 3.8.2 wurde davon gesprochen, dass Angst, Zwang und Schmerz als das Empfinden selbst störende Formen des Empfindens aufzufassen sind, es sich in Hinblick auf ihre Responsivität also um einen Abbruch der Kommunikation in der Sphäre der Kommunikation handelt. Anders ausgedrückt sind alle diese Phänomene durch Gegnerschaft, Widrigkeit und Negativität gekennzeichnet. D.h., dass sie bereits auf der präreflexiven Ebene abgelehnt werden und sich beharrlich der Affirmation verweigern (vgl. Grüny 2004, S. 266), indem sie als zu fliehend auftreten (vgl. Grüny 2004, S. 259) und somit zu Entzweiung, Verfremdung und Diskontinuität führen. Es soll in diesem Zusammenhang auch daran erinnert werden, dass es sich sowohl bei der Angst als auch beim Schmerz um einen gehemmten Fluchtimpuls handelt. Diese Parallele soll nun als erstes im Fokus stehen. Es war bereits von einem gehinderten „Weg!“ die Rede und von einer unmöglichen Flucht im Angesicht einer physiognomischen Welt, die mir auf Schritt und Tritt auf den Fersen war und mir kein „Wovor“ der Flucht bot, also kein konkretes *Etwas*, dem ich hätte entkommen können.

Ganz ähnlich stellt es sich nun beim Schmerz dar. „Der Schmerzgepeinigte [...] will ‚weg vom Schmerz‘, ‚die Wände hochgehen‘, ‚aus der Haut fahren‘. Doch der Schmerz läßt ihn nicht los, und so erfährt er sich als unentrinnbar an den eigenen Körper gekettet.“ (Fuchs 1999, S. 105f.) Ganz in diesem Sinne bemerkt auch Achelis: „Es ist zunächst für alle Schmerzformen zu bemerken, daß stets eine Tendenz zum Fliehen, zum Zurückziehen, zum ‚fort‘ überhaupt mit erlebt wird“ (Achelis 1925, S. 61). Auch beim Schmerz lässt sich also ein unentrinnbares *Hier* und *Jetzt* feststellen. Über Letzteres wird noch gesprochen. In Bezug auf das unentrinnbare *Hier* soll an dieser Stelle noch hervorgehoben werden, dass auch die Vermeidungshaltung, also das Ritual mit seinen beschwichtigenden Zwangshandlungen gegenüber den ängstigenden Regionen bzw. Tabuzonen eine Parallele zu den schmerzvermeidenden Schonhaltungen darstellt. (vgl. Fuchs 2015, S. 207f.) Wie gesagt: ich versuchte irgendwie auszuweichen, davonzukommen und mich zurückzuziehen, sei es vor der Angst oder dem Schmerz. Dabei kam es auch beim Schmerz zu der bei der Angst festgestellten Ambivalenz von Zu- und Abwendung. Auch der Schmerz hatte Appellcharakter. Er glich einer Aufforderung, der ich mich nicht entziehen, der ich aber zugleich auch nicht Folge leisten konnte. (vgl. Grüny 2004, S. 35) Ich kam dem Schmerz nicht mehr davon, konnte ihm in keine Schonhaltung ausweichen. Er ließ mich nicht zur Ruhe⁹⁵ kommen, indem er in seiner Chronifizierung die Welt, ähnlich wie die Angst, auf das „Wovon der Flucht“ (Grüny 2004, S. 158) reduzierte.⁹⁶ Gerade dadurch also, dass ich den Schmerz ständig floh und fernhalten wollte, hielt ich an ihm fest, wandte ich mich ihm und den in ihrer Materialität hervortretenden Körperteilen zu. In dieser „unausgesetzten Zuwendung zu einer vergeblichen Abwendung“ (Grüny 2004, S. 35) rückte der Schmerz immer weiter ins Zentrum meiner Aufmerksamkeit und störte somit den Bezug zur Welt, der sich im Rückzug mehr und mehr zum Entzug wandelte. Insofern reißt der Schmerz ebenso wie die Angst den Menschen aus seiner Weltbeziehung heraus (vgl. Fuchs 1999, S. 104f.) und erschwert bis verunmöglicht es dem Schmerzgepeinigten sich „in die Welt auszudehnen“ (Scarry zit. nach Grüny 2004, S. 35). In dieser „Tendenz zur Totalisierung“ (Grüny 2004, S.

⁹⁵ Es sei in diesem Zusammenhang auf die diffuse Unruhe und den ziellosen Bewegungsdrang im Angesicht der Angst und auf die ausweglose Flucht vor ihr verwiesen. Auch hier ist eine Parallele zum Schmerz gegeben. Grüny spricht nämlich in Hinblick auf den Schmerz von einer „Flucht ohne Richtung“ (Grüny 2004, S. 126) und dass die Körperbewegungen Ersatzhandlungen darstellen für eine Bewegung, die nicht vollzogen werden kann. An einer anderen Stelle spricht er auch von einer „hektischen Aktivität“ (Grüny 2004, S. 120) des schmerzenden Körperteils, vor dem ein tatsächlicher Rückzug nicht möglich ist und gerade durch den blockierten Impuls die Dringlichkeit des Schmerzes ins Unerträgliche wachsen lässt. Das Gefühl des Getriebenseins setzt sich also im Schmerz fort.

⁹⁶ Grüny spricht auch von einer „alles beherrschende[n] blockierte[n] Fluchtbewegung“ (Grüny 2004, S. 137).

43) erinnert der Schmerz an die Phänomene der Allgegenwart und phobischen Besessenheit.⁹⁷ Vor allem Delhom hebt diesen Punkt hervor, wenn er dem Schmerz zuspricht, dass er „eine Art ‚Besessenheit‘ bewirken [kann], durch die das Bewußtsein seine Aufmerksamkeit von der Verletzung nicht ablenken kann“ (Delhom 2000, S. 289). Dabei kommt es natürlich auf die Intensität und die (Un-)Erträglichkeit des Schmerzes an, inwiefern dieser es nicht mehr erlaubt, sich auf die Welt zu spannen und zu richten. Dabei kann es soweit kommen, dass der unerträgliche Schmerz „jede andere – auch prä-reflexive Form des Bewußtseins [ausschließt], und zwar nicht so, wie eine Möglichkeit im Moment der Wahl andere Möglichkeiten ausschließt, sondern indem es [das unmittelbare Bewusstsein des Schmerzes] jede Auswahl unmöglich macht.“ (Delhom 2000, S. 285)

Neben dieser Totalisierung im Augenblick des Schmerzes kommt, wenn der Schmerz wieder nachlässt und den Schmerzgepeinigten wieder einigermaßen freigibt, noch eine antizipative Struktur hinzu, durch die die Zukunft durch den Schmerz besetzt wird. Dazu aber mehr im Kapitel 6.4. Hier sei noch hervorgehoben, dass es sich bei dieser Antizipation um eine Parallele zu der bereits getroffenen Unterscheidung zwischen einem schreckhaften Angsterlebnis und einer habituellen Angstbereitschaft handelt. Wie gezeigt, wird im Moment des plötzlich auftretenden Schmerzes, dieser von einem nicht steuerbaren Zurückzucken begleitet, in dem sich eine vehemente Ablehnung bekundet und das ebenso plötzlich und ruckartig auftritt wie der Schmerz selbst. Diese Rückzugsbewegung gehört sogar intrinsisch zum Schmerzerleben und konstituiert es in seiner Widrigkeit. Denn wie es Grüny treffend ausdrückt: „[D]ie Bewegung ist es, die den Bruch als Bruch erscheinen läßt“ (Grüny 2004, S. 113). Bei einem nicht chronifizierten Schmerz von nicht sehr hoher Intensität dauert es aber meist nicht lange, bis „man sich wieder ‚gefaßt‘ hat und die Dinge, Sinne und Gliedmaßen wieder ihre vertrauten Positionen eingenommen haben und verfügbar geworden sind.“ (Grüny 2004, S. 116) Der Schmerz ist bald wieder vergessen, das Vertrauen erneut gefasst und der selbstverständliche Umgang mit der Welt wiederhergestellt. Aber beim chronischen Schmerz liegt die Sache anders. Hier wird der Schmerzen Leidende durch die ständige ängstliche Antizipation vor dem erneut eintretenden Schmerz in den Bann geschlagen (vgl. Grüny 2004, S. 264) und versucht dessen Eintreten durch vorsichtige Planung des eigenen Alltags und durch die bereits besprochenen Schonhaltungen möglichst zu vermeiden. In Hinblick auf meine Kasuistik kann also gesagt werden, dass mich die Angst in gewandelter Form immer noch im Griff hatte: als

⁹⁷ Delhom beschreibt anschaulich, dass der Schmerz „den Bezug zur Welt in dem Sinne [verändert], dass seine Richtung keine nach außen gerichtete intentionale Bewegung ist, sondern zentripetal wird, und dass er die Tendenz hat, sich zu totalisieren, das heißt keinen Platz mehr für Einstellungen zu gewähren, die nicht von ihm besetzt und sogar besessen sind.“ (Delhom 2007, S. 227)

Algophobie, also als Angst vor dem Schmerz.⁹⁸ Denn auch in Hinblick auf den Schmerz fürchtete ich einen nicht wieder gut zu machenden Fehler zu begehen, einen Fehltritt, der die endgültige Unmöglichkeit bedeutete, dass alles wieder gut werden konnte. In dieser Hinsicht muss zugegeben werden, dass ich an diesem Punkt auch mein obsessives Wesen noch nicht wirklich überwunden hatte, sondern dass sich nur die Art der Obsession geändert hat. Noch immer war ich blockiert, noch immer war die Kommunikation mit der Welt gestört. Noch immer konnte ich mich nicht in diese ausbreiten oder mich ihr zuwenden⁹⁹, sondern schrak vor ihr zurück, konnte mich vor dem Schmerz aber in keinem Winkel verstecken. (vgl. Grüny 2004, S. 203f.) Nachdem nun das Pathos des Schmerzes besprochen wurde, soll gezeigt werden welchen Einfluss die Tendenzen der „Materialisierung“ (Grüny 2004, S. 43) und „Totalisierung“ auf mein Erleben des Raumes und meine zwischenmenschlichen Beziehungen hatte.

6.2 Einsam in einem abgetrennten Raum

Ebenso wie für die Angst ist es auch für den Schmerz charakteristisch, dass dieser den Schmerzen Leidenden einengt und vom gemeinsamen Lebensraum abschnürt. (vgl. Fuchs 1999, S. 105f.) Es wurde in diesem Zusammenhang bereits davon gesprochen, dass ich es nicht mehr wagte mich in meinen Leib auszubreiten, um mich auf die Welt hin und damit in den Raum hinein zu spannen und die sich mir bietenden Möglichkeiten zu ergreifen. Ich schrak vielmehr vor der Berührung mit der Welt zurück. Da sich Raum nun aber „nur einem Wesen, das in seiner Leiblichkeit eine expansive Struktur besitzt, das in Antrieb, Drang und Trieb ‚auf etwas aus ist‘ und über sich hinausgreift“ (Fuchs 1999, S. 120) eröffnet, kann gesagt werden, dass der Raum durch die restriktiven Tendenzen des Schmerzes limitiert und begrenzt wird (vgl. Young 1980, S. 150). In anderen Worten kommt es zu einer räumlichen Einschränkung oder Fixierung, die die räumlichen Horizonte des Handelns verengt und in schweren Fällen beinahe zum Verschwinden bringt. Hier zeigt sich also erneut, dass die Erfahrung von Raum an das leibliche Können gebunden ist.¹⁰⁰ Diesbezüglich war in dieser Arbeit schon die Rede von einem Missverhältnis zwischen den Potenzialen der Person und den Valenzen ihrer

⁹⁸ Diese Algophobie kann auch als ein Angstderivat auf leiblich-körperlicher Ebene beschrieben werden.

⁹⁹ „Die Normalität des Umgangs mit der Welt, deren Voraussetzung eine Zuwendung zu ihr ist, wird unterbrochen und kann solange nicht wiederaufgenommen werden, wie mit dem Schmerz die zentripetale Kraft überwiegt.“ (Grüny 2004, S. 37)

¹⁰⁰ „For Merleau-Ponty there is a distinction between lived space, or phenomenal space, and objective space, the uniform space of geometry and science in which all positions are external to one another and interchangeable. Phenomenal space arises out of motility and lived relations of space are generated by the capacities of the body's motion and the intentional relations which that motion constitutes.“ (Young 1980, S. 149)

Umgebung, auf das nun näher eingegangen wird. Angenommen jemandem werden beide Beine amputiert, dann verliert diese Person dadurch die Fähigkeit zu gehen. Sie kann sich im Raum nur mehr insofern bewegen als dieser als behindertengerecht zurechtgemacht ist. Treppen, hohe Absätze oder unwegsames Gelände werden zu unüberwindlichen Hürden, die dieser Person ihre Grenzen in Form von *kinästhetischen Unmöglichkeiten* aufzeigt. Evensen und Standal sprechen hier von „spatial restrictions [that] are lived as ‚impossibility““ (Evensen und Standal 2017, S. 2). Zur Exemplifizierung greifen sie auf Toombs zurück, die von folgenden Unmöglichkeiten ihres eigenen Lebens berichtet: „the impossibility of taking a walk around the block, of climbing the stairs to reach the second floor in my house, of carrying a cup of coffee from the kitchen to the den“ (Toombs 2001, S. 247).

In meinem Fall, und das gilt für chronische Schmerzpatienten im Allgemeinen, ist die Sache nicht ganz so eindeutig.

Zum einen beinhaltet er [der chronische Schmerz] keine offensichtliche und in ihrem Umfang klare Einschränkung des Spielraums wie etwa ein gelähmtes oder amputiertes Glied, sondern führt auf eher diffuse Weise zu einer globalen Veränderung, die über das Wegfallen bestimmter Bewegungsmöglichkeiten weit hinausgeht. Was er kann und was nicht, muß der chronisch Schmerzkranken anders als der Querschnittsgelähmte Tag für Tag oder gar von Moment zu Moment neu ausloten (Grüny 2004, S. 169).

Um nun mein Raumerleben unter Einfluss des chronischen Schmerzes angemessen zu beschreiben, wird noch einmal auf Young und ihre Beschreibung der gehemmten Intentionalität zurückgegriffen. Es wurde bereits besprochen, dass ich, wenn ich mich durch ein „Ich kann“ auf die Möglichkeiten meiner Welt hin spannte, dieses „Ich kann“ sogleich von einem „Ich kann nicht“ gestört und gehemmt wurde. Es lässt sich also auch hier eine gleichzeitige Attraktion und Aversion feststellen. Einerseits wollte ich meinen Möglichkeiten nachgehen und mich in ihnen engagieren, aber gleichzeitig schreckte ich vor ihnen zurück aufgrund der Antizipation des womöglich eintretenden Schmerzes. Somit kommt es zu einer seltsamen Verschränkung von Anwesenheit und Abwesenheit des Möglichen. Waldenfels spricht auch von einem „gebrochenen Bezug“, der einer „Ferne in der nächsten Nähe“ (Waldenfels 2007, S. 194) entspricht. In meinem Fall ließe sich auch von einem Entzug im zurückziehenden Bezug sprechen. Damit soll ausgedrückt werden, dass die sich mir bietenden Möglichkeiten immer weiter in die Ferne rückten, obwohl sie in gewisser Weise noch immer zugänglich gewesen wären. Aber zugänglich nur mehr in einem defizitären Modus, da ich nicht voll und ganz im Erleben aufgehen konnte. Denn die Unmittelbarkeit und die Selbstvergessenheit wurde beständig durch die Aufdringlichkeit des Schmerzes unterbrochen.

Was bedeutete dies nun für meine zwischenmenschlichen Beziehungen? Es wurde schon davon gesprochen, dass der Schmerz vom gemeinsamen Lebensraum abschnürt, welcher immer schon

ein sozialer ist, mit Mitmenschen bevölkert, von denen ebenso Appelle und Aufforderungen ausgehen und die ebenso Ziel unseres Handelns und Wollens sein können. Als von der magischen Gegenwelt die Rede war, wurde gezeigt, dass diese intersubjektiv geteilte Lebenswelt immer mehr durch ein zweites Relevanzsystem in den Hintergrund gedrängt wurde. Ähnliches lässt sich für den Schmerz konstatieren. Auch hier kann davon gesprochen werden, dass sich der Schmerzen Leidende in einer anderen Welt bewegt wie die anderen.

Tatsächlich könnte man hier davon sprechen, daß der Schmerz „zwischen der eigenen Realitätswahrnehmung und der Realität der anderen eine unüberwindbare Mauer errichtet“ (KS, S. 12). [...] [D]enn sie bewegen sich sozusagen in unterschiedlichen Welten: eine voller Spielräume und Aufforderungen, in die hinein man sich ausdehnen, „zu der“ man sein kann, und eine undifferenziert und pathologisch, die nur den Rückzug erlaubt bzw. einen zurückstößt. So wenig sich der nicht Betroffene in der auf das Wovon der Flucht reduzierten Welt wiederfinden kann, so wenig hat der Schmerzen Leidende noch Zugang zu der in sich differenzierten Welt des alltäglichen Umgangs, in der sich die Anderen selbstverständlich bewegen. (Grüny 2004, S. 157f.)

Eine solches unüberwindbares Ausschließungsverhältnis stellt sicherlich die Ausnahme dar und gilt nur für einen in seiner unerträglichen Intensität alles überschattenden Schmerz. Aber dieser Passus macht noch einmal deutlich, inwiefern die Tendenz zur Totalisierung die Aufmerksamkeit von der gemeinsamen Lebenswelt und damit vom gemeinsamen Lebensraum abzieht. Zwar ist dieser Raum in seinen Relevanzen und Valenzen noch nachvollziehbar. Der Schmerzen Leidende kann also die Perspektive des Gesunden teilen, aber für ihn selbst ist sie überlagert von der unabweislichen und schmerzhaften Gewissheit, dass es sich hier nicht um die eigenen Bewegungsmöglichkeiten handelt, sodass der Raum in seiner Unzugänglichkeit erlebt wird. Meine Mitmenschen führten mir in dieser Hinsicht also jedes Mal meine eigene Unzulänglichkeit vor Augen. Ich fühlte mich abgehängt und durch die anderen überfordert. Jedem Interesse, jeder freundlichen Einladung und Aufforderung musste ich ausweichen, weil ich wusste, dass ich keiner Aktivität mehr gewachsen war. In diesem Sinne kann also durchaus davon gesprochen werden, dass sich „der Schmerz als Unterbrechung der Verankerung in der sozialen Welt darstellt“ (Grüny 2004, S. 39) und dass er einsam macht und als isolierend empfunden wird, indem der Schmerzen Leidende sich gezwungen fühlt sich von der Welt und den anderen abzuwenden. Grüny spricht hier auch von einer „erzwungenen Abwendung“ in Hinblick auf die „Aufforderungen der Anderen“ (Grüny 2004, S. 157). Dabei handelt es sich um einen Schutzmechanismus. Der Schmerzen Leidende versucht sich einzureden, dass ihn die Welt der anderen nichts mehr angeht und dass er an dieser Welt nicht mehr interessiert ist. Aber eigentlich geht sie ihn doch etwas an, nur

liegt [es] im eigenen Interesse, dieses Interessiertsein möglichst auszuschalten. Die blockierte Bewegung des Schmerzes zwingt den Betroffenen sozusagen dazu, sich ausschließlich ihr zu- und von den Anderen abwenden zu *wollen*, zu wollen, daß die unerträglichen Ansprüche aufhören

oder zumindest aus der aktuellen Wahrnehmung verschwinden. Das Desinteresse muß mit aller Kraft aufrechterhalten werden. (Grüny 2004, S. 157)

In dieser Hinsicht spielte die Scham wiederum eine entscheidende Rolle für mich. Denn grundsätzlich war ich ja nicht total aus der Welt gefallen und unüberwindbar von den anderen abgeschnitten. Es hätten sich immer noch Möglichkeiten des gemeinsamen Erlebens geboten. Das hätte aber erfordert, dass ich mir selbst und den anderen meine eigenen Einschränkungen eingestanden hätte. Dazu war ich aber nicht bereit. Noch immer vertuschte ich meinen Zustand, verheimlichte, wie es um mich stand und zog mich so noch weiter zurück. Die Rückzugsbewegung vor dem Schmerz geht also einher mit dem Rückzug aus der Welt und vor den Menschen in ihr. Zu diesem Zweck hatte ich mir die im vorigen Zitat angesprochene Haltung des Desinteresses angewöhnt, eines wertfreien und urteilslosen Desinteresses wohlgemerkt. Unter Menschen mimte ich so den Unbeteiligten und Uninteressierten. Denn nur so kommst du weg! Weg von den Aufforderungen und damit auch von der Gefahr in einem unachtsamen Moment entdeckt und bloßgestellt zu werden. Mit peinlicher Genauigkeit versuchte ich also, der Schamangst¹⁰¹ noch immer verhaftet, nach außen möglichst unberührt und teilnahmslos zu wirken, ganz so, als wäre ich aus dem Spiel genommen. Darum hing ich, wie bereits angesprochen, mein Leben in die Warteschleife. Die Welt sollte mich erst wieder zu Gesicht bekommen, wenn ich mich nicht mehr derart weit unter meinen Möglichkeiten befand und wieder in der Lage war vollständig an ihr zu partizipieren, d.h. die Weite meines Lebens voll auszuschöpfen.

6.3 Eingeengter Spielraum, kinästhetische Unmöglichkeiten und Freiheitserleben

Es wird womöglich aufgefallen sein, dass im vorigen Kapitel auch die Thematik der Freiheit bereits implizit miterörtert wurde. Das verwundert nicht, da das eigene Freiheitserleben eng an die Entfaltungsmöglichkeiten des Leibes im Raum geknüpft ist. Bei der leiblichen Räumlichkeit handelt es sich nämlich um eine „Situationsräumlichkeit“. Damit ist die „Situiertheit des Leibes gegenüber seinen Aufgaben und Möglichkeiten“ (Fuchs 1999, S. 67) gemeint. Nun wurde aber durch den Schmerz mein Spielraum des Möglichen immer weiter eingeschränkt. Der Schmerz zeigte mir die „Grenzen meiner Reichweite“ auf und wies mich in die „Schranken meiner Möglichkeiten“. (Fuchs 1999, S. 126) Die Weite meines Lebens nahm

¹⁰¹ Diese bewirkte in der Antizipation der fremden Aufmerksamkeit bzw. der normalisierenden Blicke der anderen, dass meine fungierende Leiblichkeit in der Öffentlichkeit noch weiter in den Hintergrund gedrängt wurde, indem sie von dem Bewusstsein meines allzeit sichtbaren Körpers überlagert wurde. (vgl. Wehrle 2021, S. 21) Anders ausgedrückt kam meinem ohnehin schon gehemmten Körperschema auch noch die Aufrechterhaltung eines unangetasteten Körperbildes in die Quere, an dem krampfhaft festgehalten wurde.

also immer weiter ab. D.h., dass sich der Bereich meines möglichen Tuns bzw. mein Spielraum des „So-, aber auch Anders-könnens“ verengte, um an das Kapitel 3.7 anzuknüpfen. Zwar war dieser Spielraum nicht vollkommen getilgt, aber es lag in meinem Interesse, ihn drastisch zu reduzieren. Jetzt aber nicht mehr im Streben nach Angstersparnis, sondern im Streben nach Schmerzersparnis. Wie beschrieben war ich nicht mit kinästhetischen Unmöglichkeiten in dem Sinne konfrontiert, dass bestimmte Handlungen und die Beteiligung an bestimmten Situationen völlig ausgeschlossen gewesen wären. Ich hätte mitmachen können, aber wäre nie ganz mit dabei gewesen, hätte mich nie ganz loslassen und dem Leben hingeben können, da der Schmerz meine Aufmerksamkeit nie ganz losgelassen hätte. Mit der Zeit frustriert aufgrund dieses unüberwindbaren Abstands zwischen mir und dem Geschehen, optierte ich (und hier flackert wohl ein nie ganz erloschener Funken der Freiheit auf) für den Rückzug aus dem, was mir im vollen Sinn ohnehin nicht mehr zugänglich war. Mein Leib hatte vorbegrifflich durch das „Ich kann nicht mehr“ (Grüny 2004, S. 152) verstanden, dass eine gelebte Gegenwart nicht mehr uneingeschränkt möglich war und das Leben so keinen Sinn mehr machte.¹⁰² Denn ich konnte mich nicht mehr dem spontanen Antwortgeschehen in der Kommunikation mit der Welt überlassen im Vertrauen auf meine eigenen Fähigkeiten und Potentiale. Stattdessen tat sich zwischen Intention und Vollzug eine immer größer werdende Inkongruenz auf, die mir die Welt und das Leben immer unverständlicher erscheinen ließ. Da ich mich also in der Gegenwart nicht mehr frei bewegen konnte, weil sie mir durch den Verlust meiner Vergangenheit nicht mehr schmerzfrei zugänglich war, warum mich vorübergehend nicht ganz aus ihr zurückziehen, um auf einen neuen Sinn in der Zukunft zu hoffen?¹⁰³

6.4 Zeitlichkeit des Schmerzes

Damit steht nun der Aspekt der Zeitlichkeit erneut im Mittelpunkt. Gerade war vom Verlust meiner Vergangenheit die Rede. Diesbezüglich sei an die Ausführungen zum habituellen Leib und zum Leibgedächtnis im Kapitel 5.1 erinnert. Dort sollte bereits angeklungen sein, dass

¹⁰² „The role of the body in generating these pragmatic senses is one of enactment. Through a set of bodily activities, we enact senses by putting the objects to the uses that disclose their senses. We do so through our bodily ‚I can‘, which may be anything from ‚I can eat with a spoon‘ to ‚I can drive a car.‘ Without this ‚I can‘ a person’s words lose their lived sense.“ (Mensch 2009, S. 74)

¹⁰³ Es sei darauf hingewiesen, dass ich mich nur aus der gelebten Gegenwart zurückgezogen habe, um mich meiner schmerzenden Gegenwart zuzuwenden, d.h. meinem Leib, den inkorporierten Schonhaltungen und falschen Bewegungsabläufen, um diese zu korrigieren und damit dem Schmerz ein Ende zu machen. Es handelt sich hier also um eine Art der selbstdurchgeführten, phänomenologischen Epoché, mit der dem pathologischen Weltbezug begegnet werden sollte (vgl. Micali 2014, S. 31) und mit der ich mich dem Leib als „Bedingung der Möglichkeit“ (Vetter et al. 2004, S. 332) des Erlebens reflexiv zuwandte, indem ich den ohnehin schon verhinderten Bezug zur Welt einklammerte.

„[d]ie Gewohnheit [...] die grundlegende zeitliche Struktur des Leibes“ ist und dass mit dieser Gewohnheit eine „implizite Vergangenheit“ (Fuchs 1999, S. 326) bzw. ein „apriorische[s] Perfekt“ gemeint ist, ein „Immer-schon-verstanden-Haben“ (Fuchs 2014, S. 94), das sich in meinem Fall aufgelöst hat und somit eine Diskontinuität zu meiner eigenen Vergangenheit entstehen ließ. Diese Diskontinuität kommt dadurch zustande, dass der habituelle Leib nicht mehr zwischen Potentialität (impliziter Vergangenheit) und Aktualität vermittelt. Diese Vermittlungstätigkeit wurde ja durch die Partikularisierung und Desintegration der leiblichen Einheit unterbrochen, wobei das hiermit gemeinte Hervortreten einzelner Körperteile in ihrer Unverfügbarkeit mit dem Begriff der Materialisierung gefasst wurde. Die Tendenz zur Materialisierung im Schmerz erschließt also einen Zugang zu dessen spezifischer Zeitlichkeit. (vgl. Grüny 2004, S. 244) Ebenso seine Tendenz zur Totalisierung, die, wie bereits klar geworden sein sollte, mit der Materialisierung Hand in Hand geht. Nachdem nun also der veränderte Vergangenheitsbezug bereits besprochen wurde, soll die Ausprägung von Gegenwart und Zukunft unter diesen beiden Aspekten des Schmerzes in den Blick genommen werden. Angefangen werden soll mit einer vertiefenden Erörterung des Einflusses der verlorengegangenen Vergangenheit auf meine erlebte Gegenwart. Es war bereits davon die Rede, dass im Schmerz ähnlich wie in der Angst die Erfahrung eines unentrinnbaren *Hier* und *Jetzt* gemacht wird. Es liegt also eine Gegenwartserfahrung vor, diese aber unterscheidet sich in ihrer Struktur von dem, was ein normales Zeiterleben oder eine gesunde Zeitlichkeit genannt werden könnte. Denn normalerweise wird die Gegenwart im Moment des spontanen Handelns als fließender Übergang von der Vergangenheit in die Zukunft erlebt, als ein Durchgangspunkt der werdenden bzw. sich selbst verwirklichenden Person und ihres intentionalen Bogens, der im Augenblick die Vergangenheit retiniert bzw. von ihr getragen wird und zugleich die Zukunft proteniert bzw. aufspannt, damit die relevanten sich bietenden Möglichkeiten ergriffen werden können. (vgl. Wandruszka 2014, S. 229) Dieses Fließen und Werden wird nun durch den Schmerz unterbrochen. Ähnlich wie bei der Angst und dem Zwang handelt es sich bei der Gegenwart des Schmerzes nicht mehr um einen Durchgangspunkt mit einem retentionalen und protentionalen Horizont, sondern um einen Fixpunkt ohne Ausdehnung, der den kontinuierlichen Gang der Erfahrung unterbricht. In diesem Sinne kann Grüny schreiben: „Die Struktur des Empfindens von Schmerz beinhaltet immer ein Moment von Fixierung, indem sie das Empfinden dominiert und so dessen ständigen Fluß ins Stocken bringt“ (Grüny 2004, S. 136). Durch den Verlust der Vergangenheit als Dimension der Vertrautheit büßte ich also auch die Gegenwart als Unmittelbarkeit eines ungehemmt fließenden Werdens ein, die mich mit einer im Entwurf anvisierten Zukunft verbunden hätte. Durch jeden plötzlich einschließenden

Schmerz wurde ich nämlich aus der sich vollziehenden und entfaltenden Gegenwart gerissen, indem die sich totalisierende Präsenz des Schmerzes die Aufmerksamkeit auf sich zog und mich festhielt. Solche Phasen des intensiven Schmerzes waren bei mir nur kurz und selten, wodurch ich nicht auf Dauer in einer ausdehnungslosen Gegenwart festgehalten wurde. Durch ein Schmerzerleben, das, wie beschrieben, vielmehr von einem dauerhaften und diffusen Ziehen und Brennen charakterisiert war, wurden die zeitlichen Horizonte also nicht vollkommen zum Verschwinden gebracht, sondern vielmehr durch den Schmerz besetzt. In Hinsicht auf den Horizont der Zukunft wurde bereits darauf hingewiesen, dass es für den chronischen Schmerzkranken charakteristisch ist, eine antizipative Struktur auszubilden, um sich gegen einen zu starken und womöglich überwältigenden Schmerzaffect zu schützen. Das ist die eine Seite der Antizipation. Einerseits befürchtete ich „das Eintreten dessen, was meine Fähigkeiten der Kompensation und der Bewältigung maßlos überschreitet.“ (Grüny 2004, S. 174) Andererseits hoffte ich natürlich auf eine Zukunft der Schmerzfreiheit. Der Horizont der Zukunft war also in zweierlei Hinsicht vom Schmerz okkupiert. Es könnte auch von einer doppelten Antizipation gesprochen werden. Einer Antizipation, die zwischen der Angst vor dem Schmerz und der Hoffnung auf sein Aufhören beständig hin- und herschwankt. Nun wurde im Kapitel 4.5 angesprochen, dass ich mir zwei Jahre gab, um mich auf die Suche nach meiner verlorenen Leiblichkeit zu machen. Ich hing mein Leben in die Warteschleife, zog mich aus der gelebten Gegenwart zurück und wandte mich meinem schmerzenden Körper zu. D.h.: Ich richtete mich nicht mehr vornehmlich meinen Leib durchschreitend auf die Aufgaben und Ziele in der Welt, sondern mein Leibkörper selbst wurde der Gegenstand meiner Intention. (vgl. Merleau-Ponty 1974, S. 148) Ich unterband also bis zu einem gewissen Grad die Transzendenz meines Leibes, da diese ohnehin schon gehemmt war und es nicht mehr erlaubte, dass ich in meinen Bewegungen und Wahrnehmungen vollkommen aufgehen konnte. (vgl. Fuchs 1999, S. 71) Durch diese Einklammerung versuchte ich mich auf meinen Körper rückzubesinnen und die lose umherirrenden Körperteile wieder zu einer Ganzheit zu integrieren, indem neue Bewegungsgestalten und Bewegungsmuster eingeübt wurden. Das sollte es mir erlauben mein Körperschema neu zu organisieren. (vgl. Merleau-Ponty 1974, S. 184) Dabei machte ich die Erfahrung, dass ich wieder den Umweg über die Vorstellung machen musste. (vgl. Fuchs 1999, S. 316) Wie hing das alles zusammen, welche Muskeln mussten bei welcher Bewegung zu welchen Anteilen arbeiten und angesteuert werden? Ich beobachtete deshalb das selbstverständliche Verhalten der Menschen um mich. (Eine neue Dimension des Voyeurismus?) Wie machten sie das, was mir so fremd geworden war? Ich versuchte mir die Verlaufsgestalten genau einzuprägen und auf meine Bewegungen zu übertragen. Es half nicht

viel. Jede Reproduktion fühlte sich komisch an. Meine Muskeln waren zu atrophiert, zu verkümmert, um gezielt angesteuert werden zu können. Zwei Jahre waren also viel zu optimistisch geschätzt. Nach zwei Jahren war ich noch kaum weitergekommen, hatte keine Ahnung, wie ich nicht in die habitualisierten Schonhaltungen ausweichen sollte, um nicht den kleinen Schmerz aus Angst vor dem großen in Kauf zu nehmen. Sogar nach zehn Jahren war der Schmerz immer noch das Zentrum meines Lebens. Ich war zwar weitergekommen, aber noch nicht so weit als dass ich mich dem Leben hätte stellen können. Noch immer hing mein Leben also in der Warteschleife. Noch immer hieß es ständig noch nicht, noch nicht und Geduld, Geduld. Aber langsam war ich mit meiner Geduld am Ende. Die doppelte Antizipation wurde mehr und mehr zu einer einfachen. Ich hatte kaum noch Hoffnung auf eine schmerzfreie Zukunft, sondern die Gegenwart des Schmerzes fing an unausweichlich auf meiner Zukunft zu lasten, da der Schmerz in seinem chronischen Charakter den „Index des Vorübergehenden“ (Grüny 2004, S. 167) immer weiter abgestreift hatte.

7 Depression und Melancholie

Erneut machte sich Verzweiflung breit. Es schien, als wäre ich verurteilt zum dauerhaften Leiden, wusste aber nicht, ob ich es dauerhaft ertragen könnte. (vgl. Grüny 2004, S. 172) All meine Anstrengungen, all mein Verzicht, nichts schien etwas gebracht zu haben. Ich ließ ein MRT meiner Knie machen, um herauszufinden, ob es sich bei meinem Leiden nur um einen Psychosomatismus handelte oder ob doch eine physische Ursache vorlag. Laut MRT war der Knorpel in meinen Knien stark abgenutzt. Es handelte sich zwar um keine Arthrose, es fehlte aber nicht mehr viel. Die jahrelange Fehlbelastung hatte mich nun also endgültig zum Krüppel gemacht, dem eine schmerzfreie Zukunft verwehrt bleiben würde. Ich sah langsam keinen Sinn mehr und driftete unmerklich in Melancholie und Depression¹⁰⁴ ab, der nächsten Phase meiner Kasuistik, die nun geschildert werden soll, bevor sie in den Zusammenhang meiner Ausführungen eingebunden wird.

7.1 Wohin mit mir?

Ich ... Ich habe dieses Wort lange vermieden. Ich bin mir aus dem Weg gegangen. Bin hierher zurückgezogen wegen einer Frau, die ich nicht liebe und einem Studium, dem ich keinen Sinn abgewinnen kann. Ich handle äußerlich, um den Anschein zu erwecken es geschähe etwas. Aber im Grunde geht nichts voran. Ich drehe mich im Kreis. Bewege mich auf Umlaufbahnen. Im Zentrum die Schwermut, deren Gravitation mich manchmal freizugeben scheint, mich dann aber wieder wie ein schwarzes Loch verschluckt.

Lange habe ich mir eingebildet, ich hätte mich mir selbst gestellt, indem ich schreibend hinter mir her, mich aufklären und so zum Sprung bereitmachen wollte. Ich substantivierte das unpersönliche Pronomen *man* und betitelte mich so als den Helden meiner Geschichte. Ich redete mir ein, dass ich schreibend Distanz zu diesem *Man* aufbauen und ihn auf Papier gebannt hinter mir lassen könnte, übersah dabei aber, dass ich ihn und meine Probleme geschaffen hatte, um mich und mein Leben – der fixen Idee des freien Schriftstellers folgend – als gestaltbaren Stoff zu gewinnen. Ich redete mir ein, dass ich im Dienste der Freiheit und nur für mich selbst schrieb, dem Schicksal, das über mich gekommen war, zu trotzen. Aber eigentlich stürzte ich mich in dieses, weil ich die Spontaneität und Unvorhersehbarkeit des Lebens nicht aushielt. Ich stürzte mich in eine bis heute andauernde Lebenskrise und einmal

¹⁰⁴ Beide Begriffe werden vorwiegend synonym verwendet, da es nicht um eine genaue Bestimmung von gegeneinander abgrenzbaren Krankheitsbildern geht, sondern um eine Beschreibung meiner eigenen Kasuistik, für die beide Begriffe wertvolle Hinweise liefern.

mehr stehe ich vor der Zukunft – ratlos – und schreibe in der Hoffnung, dass sich am Ende das Schreiben selbst aufheben und ins Leben übergehen wird.

Zeit meines Lebens wusste ich nicht wohin mit mir. Schon im Kindergarten wunderte mich die Selbstverständlichkeit, mit der die anderen Kinder von ihren Traumberufen sprachen. Ich hatte nie so etwas. Ich wusste nie, was die Zukunft bringen würde oder was ich einmal erreichen wollte. Denke ich an die Zukunft, wird immer alles diffus und uneindeutig. Das macht mich ruhelos. Worauf will das Leben mit mir hinaus? Was will ich vom Leben? Ich weiß es nicht und will mich mit diesen Fragen nicht beschäftigen. Mein einziges Interesse ist das Desinteresse. Ich halte mich aus den Dingen heraus und niemand geht mich etwas an. Warum muss sich die Welt auch immer so aufdrängen und versuchen mich zu vereinnahmen? Indem ich aber so von der Welt weg lebe, kommt sie mir hinterher und hat mich erneut eingeholt. Es gibt kein Entkommen. In der Flucht stürzte ich mich blindlings in das hinein, was ich vermeiden wollte. Aber wie eine Entscheidung treffen? Wie sich festlegen? So, dass es einem ernst sein kann? So, dass man nicht immer wieder von Anfang an Abschied nimmt?

Ich kann mich nicht hochraffen. Ich verbringe meine Tage damit, den Schatten beim Wandern zuzuschauen. Ich lese an ihnen die Zeit ab. Aus Gewohnheit und Langeweile, nicht aus Interesse. In ihr geht nämlich nichts vor sich. Auch wenn es so scheint als würde sich in der Welt etwas bewegen – es stimmt nicht. Im Grunde macht nichts, was geschieht, einen Unterschied. Es ist gleichgültig. Es lähmt mich. Das Leben bietet mir keine Möglichkeiten. Zumindest keine mit denen ich etwas anfangen könnte.

Der Tag schleicht. Ich werde auch heute zu keinem Entschluss kommen. Ich weiß es. Lange blaue Gardinen wiegen sich im Wind, bedecken die in den hohen und massig-weißen Wänden eingefassten Glasaugen. Dieser Raum ist mein Refugium. Die Welt erreicht ihn nicht. Ich verstecke mich und kann nicht gefunden werden. Es graut mir, wenn ich daran denke ihn wieder zu verlassen. Aber ich muss. Es geht nicht anders. Er ist an Bedingungen geknüpft, über die ich nicht verfüge. Eine Enklave gemauert aus Sachzwängen, denen ich kaum mehr in der Lage bin nachzugehen. Und obwohl mir alle Türen offen stünden, ziehe ich es vor sie zu verschließen. Sie bieten mir keinen Ausweg.

Ich höre Stiegen knarren. Assoziiere mit dem Geräusch bildhaft das Treppenhaus, das alte Holz, den grünen Teppich, den modrigen Geruch und stelle mir seltsame Begegnungen vor und skeptische Blicke. Ich muss an den Steppenwolf denken und stelle fest, dass ich mit ihm auf derselben Stufe der Sonderlichkeit zu stehen gekommen bin. Es hat gedauert. Aber ich bin

jetzt allein, abgeschieden und isoliert. Ich bewundere die Ausdauer und die Nachsicht der Menschen. Aber ich verstehe auch ihren Überdruß. Ich empfinde ihn ebenso.

Ich halte mir alles offen. Ich könnte es nicht ertragen die falsche Wahl zu treffen. Ich enthalte mich und will nicht wahrhaben, dass nicht zu wählen die falsche Wahl ist. Aber was soll ich tun? Handle ich so: Ich werde es bereuen. Handle ich anders: Ich werde es ebenso bereuen. So oder so: Ich werde es bereuen.

Es ist komisch. Diese Enge angesichts der Weite. Ich kann damit nicht umgehen. Ich versuche mich herauszuwinden. Verdrehe mich. Verbiege zu verkrampften Zerrgebilden meiner Selbst. Ich muss mich beruhigen, durchatmen, die Spannung lösen. Das Knacken, Knirschen, Ziehen und Zerren vernachlässigen. Ich will nicht wieder durchdrehen, dem Zwang verhaftet das, was nicht geht, wiederholen, bis es geht und das so lange, bis es gar nicht mehr geht. Und dann vollkommen ausrasten, um mich werfen, schlagen, schreien, toben und zerstören in blinder Wut, die Kleider zerreißen, wenn die Hitze in mir hochsteigt und den Kopf gegen die Wand schlagen, um dann nackt und gedemütigt dazuliegen – ohne einen Sinn zu sehen und ohne noch irgendetwas zu wollen, ohne Weinen zu können, nur mit dem Gefühl der äußersten Gefühllosigkeit, in der die Wut langsam wieder erstickt und untergeht.

Ich schleiche nur mehr durch die Tage. Nichts geht mich mehr etwas an. Menschen nehme ich nur mehr als bewegliche Objekte wahr, denen es auf der Straße, eigentlich in jeglicher Lebenssituation auszuweichen gilt. Keine Gesichter, keine Blicke, keine Nähe. Ich verschwinde, löse mich auf und verschlinge mich selbst, damit das alles aufhört. Ein Ende. Ich wünsche mir ein Ende. So sehr, dass es mir mehr und mehr egal wird, ob es einen neuen Anfang bedeutet.

Ich habe die besten Jahre meines Lebens, die nicht die besten waren, sondern die schlechtesten, sofern es nicht noch schlimmer kommt, damit verbracht mich zu verstecken und bereue jede Gelegenheit, die ich fahren ließ. Ich bereue alles, was sich mir geboten hat und das ich zurückgewiesen habe, weil für mich klar war: Ich bin noch nicht bereit. Jetzt aber gehen mich diese Dinge nichts mehr an. Ich verstehe nicht, wie ich mich nach ihnen sehnen konnte. Wie ich im Hinblick auf mein zukünftiges Leben das damals Gegenwärtige zurückstellen konnte. Was soll mir das Leben schon noch bieten? Ich habe keine Ziele. Ich will nichts mehr erreichen. Warum handelt eigentlich überhaupt irgendjemand? Nichts kann die Leere füllen. Denn sie ist die Fülle selbst und sobald du dich entscheidest, vernichtest du sie und es bleibt nur eine mögliche Wirklichkeit zurück, die alle anderen ausschließt. Festgelegt zu sein, nicht ausbrechen zu können, sich fragen zu müssen was sonst noch alles möglich gewesen wäre ...

das quält mich. Ich möchte nicht, dass mir jeder Moment die ungeheure Chance bietet mich zu entscheiden, endlich mit einem Leben ernst zu machen. Denn ich will sie alle und deshalb findet keines statt.

Es ist zu viel. Ich kann es nicht ordnen. Es überschwemmt mich, reißt mich mit, drückt mich unter Wasser. Ich erstickte. Wo ist die Hoffnung hin, wo die Träume? Ich kämpfte gegen die Angst und die Reue, gegen das Unmögliche, das mich aus Vergangenheit und Zukunft zugleich angreift, mich nicht vergessen, kein Ziel sehen lässt und lähmt. Die Horizonte sind verschwunden. Ebenso die aufregende Ahnung eines Lebens, in dem wieder alles offen sein wird. Ich kann es nicht mehr spüren. Es hat sich einfach zurückgezogen, ging auf Abstand. Alles spielt sich nun wie hinter einem durchsichtigen Schleier ab. Ich scheine unerreichbar geworden zu sein für die Welt und die Welt unerreichbar für mich. Das Leben meidet mich, während ich mich in meinem eigenen Dunstkreis langsam zersetze.

Ich rücke immer weiter in die Ferne. In immer längeren Phasen. Ich frage mich, ob ich einmal für immer wegbleiben werde. Auch wenn ich noch ab und zu hier bin – ich finde nichts, das mich hält. Und trotzdem kann ich nicht loslassen. Ich bin gefangen zwischen Angst und Reue. Zwischen einer Zukunft, die sich nicht festlegen und einer Vergangenheit, die mich nicht freigeben will. Jeder Anlauf führt mich so nur immer wieder dahin zurück, von wo ich ausgegangen bin: an den Nullpunkt. Dort, wo nichts mehr geht. Dort im Orbit, auf dem ich um eine unerreichbare Welt kreise. Dort, wo ich schon zu weit draußen bin, im Nichts, in der Unendlichkeit des Möglichen, das keine Anhaltspunkte mehr liefert und in dem ich nur mehr vor mich hintreibe. *Drifting and floating and fading away.*

7.2 Merkmale meiner Melancholie

Bevor nun die Analyse dieser Schilderung in Angriff genommen wird, sei noch einmal die Entwicklung meiner Kasuistik bis zu diesem Punkt zusammengefasst. Dies wird es erlauben, die Phase der Melancholie besser in den Zusammenhang meiner Ausführungen einzubinden und zu zeigen, inwiefern es sich bei ihr um eine Fortsetzung der bereits besprochenen Werdenshemmung handelt. Es ist dazu nicht nötig ganz an den Anfang zu gehen, sondern nur zurück bis zum zweiten Semester meines Studiums, also an den Punkt, wo die Philosophie langsam meinen Horizont öffnete und der Zweifel den Zwang zersetzte, sich aber auch langsam leiblich manifestierte. Im Kapitel 3.4.4 wurde bereits angesprochen, dass sich meine Einstellung in Hinblick auf eine notwendige teleologische Entwicklung des Lebens hin zur Selbstverwirklichung langsam änderte. Ich ging nicht mehr davon aus, dass ich in der Zukunft

zur Vervollkommnung und Vollendung kommen würde, dass ich mich in den Vollbesitz meiner selbst bringen könnte und ab diesem Punkt nur mehr Ruhe und Frieden herrschen würde. Ich begann zu verstehen, dass das Leben nicht aufhört zu werden und dass ich zum ständigen Aufbruch und Abschiednehmen bereit sein muss.¹⁰⁵ Dieses Verstehen war aber zu diesem Zeitpunkt rein intellektueller Art. Zu einem existentiellen Ausleben dieses Gedankens kam es nicht, da sich der Schmerz langsam über den geöffneten Horizont des mir möglichen Lebens legte, das deshalb in eine erhoffte Zukunft verschoben werden musste, in deren Antizipation ich die Gegenwart in die Warteschleife hing. Ich trat ein in die Phase des Noch-nicht, die weit über meine Erwartung hinaus andauerte. Diese ausgedehnte Gegenwart des Noch-nicht gewann dadurch den Charakter des Immer-noch und ließ die Frage nach dem Auf-immer? und Nie-wieder? virulent werden. Die Zukunft der Schmerzfreiheit verschwand also langsam, indem die Hoffnung auf sie ihre Spannkraft verlor. Je weiter sich die Zukunft nun verdunkelte, desto deutlicher breitete die Reue meine verschuldete Vergangenheit vor mir aus. Es war also nicht mehr eine nicht erinnerte Vergangenheit, die mich nicht losließ, weil ich sie nicht wahrhaben wollte und ihr stattdessen agierend auswich. Die Vergangenheit war nun nicht mehr im Dunkeln und bestimmte so meine Gegenwart. Ich hatte sie aufgeklärt und durchleuchtet. Überdeutlich trat nun jede Verfehlung peinlich hervor und ich trauerte um jede ungenutzte Möglichkeit, indem ich mir durch das *Was wäre, wenn ...?* eine Vorstellung zu machen versuchte, was versäumt wurde und mir im „Binswanger’schen ‚Hätte-ich-Doch‘“ (Schlimme 2015, S. 156) Selbstvorwürfe machte und mich für alles beschuldigte, was nun für immer verloren war.¹⁰⁶ Das autobiografische Erinnern, das mich aus den Fesseln meiner Vergangenheit befreien sollte, wurde nun also selbst zum Problem und hielt mich in meiner Vergangenheit fest.

Nach dieser kurzen Kontextualisierung sollen nun die kursorisch angesprochenen Zusammenhänge näher ausgeführt werden und damit auch die Merkmale meiner Melancholie unter Rückgriff auf die zuvor gegebene Schilderung. Begonnen wird damit, dass an dieser Stelle meine Werdenshemmung offensichtlich auf ihrem Höhepunkt angelangt war. Wenn meine präsentationale Gegenwart zu dieser Zeit betrachtet wird, dann wird unschwer ersichtlich, dass

¹⁰⁵ Es war dabei auch vom Sterben und Neugeborenwerden die Rede. Hier lässt sich eine auffällige Parallele zu von Gebssattel herstellen, der behauptet, dass die Hemmung des Werdens „die des immanen Sterbens mitenthält“ (von Gebssattel 1954, S. 15), sodass die Werdenshemmung auch als „Unfähigkeit, sterbend zu werden“ (von Gebssattel 1954, S. 16) bezeichnet werden kann, was einer Unfähigkeit loszulassen und die Dinge hinter sich zu lassen gleichkommt. Somit stellte die Melancholie auch eine Fortsetzung meiner Zwangssymptomatik in dem Sinne dar, dass es sich auch hier um eine Situation handelt, in der nichts aufgegeben werden kann.

¹⁰⁶ Es finden sich hier weitere Gemeinsamkeiten in den Symptomatiken. Sowohl in der Zwangsstörung als auch in der Melancholie lässt sich eine „Spannung zwischen dem Ich und dem Ichideal“ (Freud zit. nach Waldenfels 2015, S. 132) feststellen, die bei der Zwangsstörung zu ständigen Schuldgefühlen in Hinsicht darauf, das Falsche getan zu haben, führt und bei der Melancholie zu Schuldgefühlen nichts richtig bzw. eigentlich gar nichts getan zu haben.

der „Horizont prospektiver Möglichkeiten“ (Schmidt-Degenhardt 2002, S. 276) verschwunden war. Zugleich nahm die Vergangenheit aufgrund der jahrelangen Unterbindung der transzendierenden Selbstentäußerung (vgl. Schmidt-Degenhardt 2002, S. 280), bzw. der mangelnden Transzendenz auf die Welt hin (vgl. Kraus 2002, S. 175), die ich mir aufgrund des Schmerzes auferlegt hatte, den Charakter des Negativ-schuldhaften (vgl. Schmidt-Degenhardt 2002, S. 276) an. Auch führte die mangelnde Transzendenz dazu, dass die Schuld¹⁰⁷ immer weiter anwuchs, da ich mich zu nichts aufrufen konnte, nichts entscheiden konnte, nicht mehr wollen konnte und keine Wahl mehr treffen konnte.¹⁰⁸ Stattdessen ließ ich alles in der Schwebe, handelte rein äußerlich und ohne inneres und echtes Engagement, sodass das Ausmaß meines ungelebten Lebens und all meiner versäumten Möglichkeiten nur stetig anwuchs. (vgl. Fuchs und Micali 2013, S. 57) Die Schuld wog also immer schwerer, was damit zusammenhing, dass ich sozusagen aus der Zeit gefallen war. Aus der intersubjektiven Weltzeit wohlgerne oder der „erlebnistranseunten“ Zeit, wie sie auch genannt wird. Diese ging nämlich unbeirrt ihren Gang. Meine „erlebnisimmanente“ (Straus 1928, S. 642) Zeit bzw. „innere Werdezeit“ (von Gebattel 1954, S. 9) war aber ins Stocken geraten.

Der Depressive ist aus der gemeinsamen Zeit herausgefallen, gleichsam ein lebender Anachronismus geworden. Er lebt buchstäblich in einer anderen, einer zähflüssigen Zeit. Dennoch läuft die äußere, intersubjektive Zeit für ihn weiter, d.h. über ihn hinweg. Durch diese Abkoppelung wird sie für ihn zur leeren, nur noch vergehenden Zeit, die er nicht mehr erfüllen und gestalten kann, wie ein fortwährender Zuruf: „Vorbei!“ (Fuchs 2002, S. 163)

Kurz zusammengefasst ist die Melancholie oder Depression also gekennzeichnet durch eine mangelnde Transzendenz, die mit einer „Hemmung des vitalen Werdens zusammenhängt, in dem der Mensch sich in die Zukunft hinein und auf die Dinge zu bewegt.“ (Fuchs 1999, S. 62) Dadurch gerät die Entfaltung der eigenen Persönlichkeit ins Stocken. (vgl. von Gebattel 1954, S. 8) Mit dem Unvermögen sich in die Zukunft hinein zu zeitigen, tritt zugleich die Vergangenheit immer mehr in ihrer schuldhaften Dimension hervor. In meinem Fall hieß das, dass ich sie nicht mehr hinter mir lassen, nicht mit ihr abschließen (vgl. Fuchs 2002, S. 154)

¹⁰⁷ Der holländische Psychiater Kuiper, der selbst an Melancholie erkrankte, liefert in einer seiner Selbstschilderungen eine treffende Beschreibung des Schuldgefühls, so wie es sich auch für mich dargestellt hat: „Was geschehen ist, kann man nicht ungeschehen machen.“ Nicht nur die Dinge vergehen, sondern auch die Möglichkeiten verstreichen ungenutzt. Wenn man etwas nicht zur rechten Zeit tut, tut man es niemals mehr. [...] Das eigentliche Wesen der Zeit ist untüglbare Schuld.“ (Kuiper 1992, S. 155)

¹⁰⁸ „[D]er Depressive selber erfährt sich negativ, sieht an sich nur noch Mängel, leidet am Verlust all jener Fähigkeiten, die ihm vor dem Sturz in die Depression zu eigen waren. Er fühlt sich erschöpft, appetitlos, ohne alle Kraft und Antrieb, ohne Interessen, unfähig etwas zu wollen oder auch nur zu wünschen – es sei denn, von diesem Leiden erlöst zu werden. Sein Erleben deckt sich also exakt mit dem, was in medizinisch-psychiatrischer Perspektive unter einer Krankheit zu verstehen ist; er erlebt nämlich eine *Privation* in dem Sinne, dass ihm etwas oder vieles abhanden gekommen ist, was zum Gesund-sein gehört.“ (Holzhey-Kunz 2002, S. 188)

konnte. Sie verfolgte mich und drängte sich mir in endlosen reumütigen Erinnerungsschleifen auf. Fuchs schreibt hierzu treffend:

Es ist die Qual, nicht mehr vergessen zu können, sich ständig erinnern zu müssen und daher nie mehr in die Gegenwart zu gelangen. Die Herrschaft der Vergangenheit ist dabei nur die Kehrseite der erlahmenden Protensivität, des Mangels an Antrieb, an Bedürfnissen und Interessen, die sonst in die Zukunft weisen. (Fuchs 2002, S. 163)

Dieses Erinnernmüssen kann durchaus als eine Fortsetzung meiner Zwangsgedanken verstanden werden. Überdies lässt sich in der vorigen Schilderung auch immer noch ein zwanghaftes Verhalten feststellen, als davon die Rede war, dass ich angesichts schmerzender Bewegungen, das, was nicht ging, solange wiederholte, bis es ging, und das solange, bis es gar nicht mehr ging. Daraufhin kam es zu Wutanfällen, „Autoaggressionen[n] oder impulshaft-überschießende[n] Aggressionsausbrüche[n]“ (Csef 2000, S. 77), wie sie auch schon im Kapitel 5.2 beschrieben wurden. Auch hier lässt sich also eine Fortsetzung meiner Symptomatik in der Melancholie feststellen. Es soll an dieser Stelle auch darauf hingewiesen werden, dass im Kapitel 4.5 eigentlich schon eine depressive Episode geschildert wurde. Es war davon die Rede, dass die Tage nach Silvester durch einen Ausbruch des Widerwillens gegen mich selbst gekennzeichnet waren, dass ich mich der Resignation hingab, mich in mein Elend versenkte und mich der Verzweiflung, Trägheit und Taubheit überließ angesichts all der Möglichkeiten, die zum Greifen nah geschienen hatten, dann aber in eine unendliche Ferne gerückt waren. Der Unterschied zu damals war lediglich, dass jetzt auf keinen „prospektiven[n] Trost“ (Grüny 2004, S. 174) in der Zukunft mehr gehofft werden konnte.¹⁰⁹

Mit der gerade angesprochenen Taubheit soll nun das nächste ausschlaggebende Merkmal meiner Melancholie im Mittelpunkt stehen: des „Gefühl der Gefühllosigkeit“ (Kraus 2002, S. 177), das mit der Stimmung einer ausgedehnten Langeweile einhergeht. Auch hierfür spielt die unterbundene Transzendenz eine entscheidende Rolle, da durch sie ein „Mangel an stimmungsräumlicher Resonanz“ (Fuchs 1999, S. 216) entsteht. Es wurde besprochen, wie Angst, Zwang und Schmerz es mir immer schwerer machten meinen Mitmenschen in leiblicher Resonanz zu begegnen und wie ich dadurch immer weiter in die Alienation und Isolation getrieben wurde. Auch diese Entwicklung befand sich nun auf dem Höhepunkt. Ich war aus der intersubjektiven Zeit gefallen, gefangen in einer toten, endlosen „Zeit leerer, monotoner Repetition“, in der nichts mehr vor sich geht und in der „keine Dauer mehr entsteht.“ (Fuchs

¹⁰⁹ Aufgrund dieser auffälligen Übereinstimmungen scheint es naheliegend einen Zusammenhang bzw. eine Komorbidität zwischen Zwangsstörung und Melancholie anzunehmen. In der Literatur wird z.B. von einer „sekundären Depression“ gesprochen, die aus den „beeinträchtigenden Konsequenzen“ (Lang 2017b, S. 71) der Zwangssymptomatik hervorgehen kann.

1999, S. 216) In eins war ich ausgeschlossen aus dem intersubjektiven Stimmungsraum, eine zwischenmenschliche Anomalie, die sich immer mehr isolierte und in die eigenen vier Wände zurückzog.¹¹⁰ Ähnlich wie der Steppenwolf nahm ich wahr, „dass die Welt [mich] auf eine unheimliche Weise in Ruhe ließ, daß die Menschen [mich] nichts mehr angingen, ja [ich] selbst [mich] nicht, daß [ich] in einer immer dünner und dünner werdenden Luft von Beziehungslosigkeit und Vereinsamung langsam erstickte.“ (Hesse 2007, S. 56) Es wird in diesem Zusammenhang neben dem Gefühl der Gefühllosigkeit auch von einer „emotionalen Starre und Fixierung“ (Kraus 2002, S. 176), einer „emotionale[n] Resonanzstörung“ (Schmitz 1987, S. 276) und von einer Hemmung der affektiven Empfänglichkeit (vgl. Straus 1960, S. 138) gesprochen, die alle durch ein Unterdrücken des Ausdrucks zustande kommen, das in meinem Fall auf den durch den Schmerz erzwungenen Rückzug und das damit einhergehende Desinteresse zurückzuführen war. In diesem Sinne lässt sich die Depression ebenso wie die Angst, der Zwang und der Schmerz als eine Störung des pathischen Empfindens bzw. der Responsivität kennzeichnen, wobei das „pathische Grundthema“ die „Negation des Möglichen“ (Schmidt-Degenhardt 2002, S. 279f.) ist. Diese Negation drückt sich auf verschiedenen Ebenen aus, von denen im Zusammenhang mit der Zeitlichkeit der Melancholie bereits die Rede war. Es wurde gezeigt, dass zum einen in der Zukunft keine lockenden Möglichkeiten auf mich warteten, sondern dass die Zukunft sich nur mehr als Fortsetzung einer ständig durch den Schmerz unterbrochenen und besetzten Gegenwart ausnahm, die sich in ihrer Unerträglichkeit nur unvermindert wiederholen würde und vor der es kein Entkommen gab. Deshalb konnte ich mich zu nichts mehr aufraffen, nichts entscheiden, nicht mehr wollen und keine Wahl mehr treffen, was dazu führte, dass das Leben ungenutzt an mir vorbeiging und dabei die Schuld immer weiter anwuchs. In der Reue trauerte und wehklagte ich über die verstrichenen Möglichkeiten, indem ich von ihnen verfolgt wurde, dazu verdammt mir auszumalen, was hätte sein können. Sie stellt damit die retentionale Bewegung der melancholischen Trauer dar, die darüber hinaus durch den Verlust des protentionalen Horizonts charakterisiert ist und deren Gegenstand sich als Privation des Möglichen ausnimmt. Es könnte auch gesagt werden, dass die melancholische Trauer die Hoffnung aufgegeben hat, ohne sie hinter sich lassen zu können. Es handelt sich also um eine ambivalente Trauer, die nicht loslassen kann, obwohl sie darum weiß, dass das Betrauerte unwiederbringlich verloren ist, in meinem Fall sogar darum wusste, dass das Betrauerte vielmehr nie existiert hat, sodass hier von einer „Insistenz [eines]

¹¹⁰ Laut Fuchs handelt es sich hierbei um ein weiteres typisches Merkmal Depressiver. Sie verfügen „nur über einen eng umschränkten Lebensraum [und] [s]ie sind überidentifiziert mit den räumlichen Grenzen ihrer Wohnung“ (Fuchs 2015, S. 205).

unmöglichen Anspruchs“ (Holzhey-Kunz 2002, S. 195) gesprochen werden kann. Damit steht erneut das Trauma des Verlusts einer nur vermeintlichen Sicherheit im Fokus, das immer noch mein Leben bestimmte. Jetzt aber nicht mehr, indem ich durch mein Agieren im Zwang noch die Illusion einer 100%igen Sicherheit zu realisieren versuchte. Im Kapitel 3.4.1 wurde vom unmöglichen Wunsch, durch eigenes Tun und Vermeiden die Gefahren, die dem Menschsein immanent sind, besiegen zu können, gesprochen. Im Kapitel 3.4.4 von der falschen Hoffnung auf einen Zustand der Vollendung, in dem der Verlust der vermeintlichen Sicherheit wiederhergestellt werden könnte. Dieses Wünschen und Hoffen fehlt nun in der Depression. An die Stelle der vorhin angesprochenen Illusion war „eine resignative Desillusionierung getreten, die ein Agieren verunmöglicht[e]. Darum drückt sich in den depressiven Symptomen nur noch das Nein zu einem Leben unter nichtigen und zugleich unaufhebbaren Seinsbedingungen aus (Holzhey-Kunz 2014, 169ff.).“ (Holzhey-Kunz 2017, S. 143) Holzhey-Kunz führt diesen Zusammenhang weiter aus, wenn sie an einer anderen Stelle schreibt, dass die Symptomatik des Depressiven „dem radikalen Nein gegen die Faktizität des Seins“ entspringt, sodass die „melancholische Trauer [sich] von der normalen dahingehend unterscheidet, dass der Depressive nicht um einen konkreten Verlust traure, sondern um das Immer-schon-Verlorene, nämlich ein Leben, das grundsätzlich heil, geborgen, sinnvoll und unschuldig wäre.“ Nun könnte diese Desillusionierung „auch als befreiende Einsicht begrüßt“ werden, aber der Depressive weigert sich „die nun als unumgänglich erkannten Seinsbedingungen zu bejahen und einem Leben unter diesen Bedingungen zuzustimmen.“ (Holzhey-Kunz 2002, S. 195) In meinem Fall hieß das, dass ich meine Lage also nicht mehr wie im Zwang ignorierte und nicht wahrhaben wollte, aber zu einer Akzeptanz dieser kam ich auch jetzt nicht. Ich konnte mich nicht lösen von einer Hoffnung, die ich nicht mehr hegte, was der Grund für meine emotionale Starre und Fixierung war, die sich darin äußerte, dass ich einerseits „anhedonisch“ (Kraus 2002, S. 176) war, mich also über nichts mehr freuen konnte, und andererseits, dass ich zu keiner echten Trauer mehr in der Lage war, die im Loslassen und Hintersichlassen des Verlorenen besteht.¹¹¹ Stattdessen hielt ich verbissen und krampfhaft an meiner Weigerung fest, was auch erklärt, warum ich nicht mehr weinen konnte. Denn im Weinen wird leiblich und emotional losgelassen, es lockert sich „eine einengende, pressende Spannung“ (Fuchs 1999, S. 146). Somit bezeugt die leibliche Starre, die ich nicht imstande war zu lösen, dass sich ebenso die Entzweiung von meinem Körper in der Melancholie fortsetzte. Denn in der Melancholie sind „Schwere, Mattigkeit, Müdigkeit, Abgeschlagenheit [...]

¹¹¹ Die emotionale Starre und Fixierung führt nämlich zu einer „Behinderung des leiblichen Ergriffenwerdenkönnens von Gefühlen“ (Schmitz 1987, S. 276).

dominant“, womit „[d]as Körperlich-Dingliche des Leibes“, also „das Leib-Sein gegenüber dem ex-pressiv instrumentellen Leib-Haben“ hervortritt. Kraus spricht hier auch von einem „Chrematisch-werden (Körperlich-werden) des Leibes“, womit er die Unfähigkeit des Leibes meint, sich zu transzendieren, was seiner Meinung „einer somatischen, besser leiblichen Depersonalisation entspricht.“ (Kraus 2002, S. 176f.)

Dieses Kapitel abschließend soll nun nach dem Sinn und der Funktion der depressiven Symptomatik gefragt werden. Denn wie Holzhey-Kunz verstehe ich die Erfahrungen des Nichtkönnens in der Depression und Melancholie „nicht einfach als reine Defiziterscheinungen bzw. als Indikatoren für den Verlust von Verhaltensmöglichkeiten, sondern in einem positiven Sinne als bedeutungsvolle Existenzweisen, nach deren Intention und Funktion gefragt werden muss.“ Es handelt sich um „Weisen des Erfahrens und Antwortens“ (Holzhey-Kunz 2002, S. 190), also um eine vorbegriffliche Kommunikation mit der Welt, in der sich das Zur-Welt-sein in seiner (Ir-)Responsivität ausdrückt.

7.3 Mein Weg aus der Depression

Und dies gilt, wie hoffentlich klar geworden sein sollte, nicht nur für die Depression, sondern auch für die Angst, den Zwang und den Schmerz. All diesen Phänomenen, die bisher hauptsächlich in ihrer Negativität beschrieben wurden, wohnt eine positive Funktion inne, wie ich in einigen therapeutischen Sitzungen erkennen durfte. Ich hatte mich nämlich dazu aufgerafft mir Hilfe zu suchen, nachdem ich fast meine ganze Garderobe zerissen, Sachschäden an Türen, elektronischen Geräten etc. verursacht und mir fast meine Hand gebrochen hatte, während ich tobend auf eine Wand einschlug. Es kam dazu, weil ich diese Freakouts nicht mehr unter Verschluss hielt, sodass meine Eltern mitbekamen, wie es um mich stand. Ein erster Schritt aus der Verheimlichung, ein erster Schritt im Trauerprozess, als wir uns in den Armen lagen, ich ihnen alles beichtete und nach all den Jahren Tränen über mein Gesicht liefen.

In der Therapie nun konnte ich erkennen, dass es sich bei all meinen Symptomatiken um Schutzmechanismen¹¹² handelte. Die Angst, der Zwang und der Schmerz waren nicht meine Feinde. Sie wollten mir helfen, mich bewahren vor den Gefahren der Welt, auch wenn sie schließlich ein pathologisches Ausmaß angenommen hatten und selbst zur Gefahr wurden,

¹¹² In Bezug auf die Angst wurde darauf bereits in den Kapiteln 2, 3.2.3 und vor allem 3.6.2 eingegangen, als von der antizipatorischen Funktion der Angst die Rede war. Im Zusammenhang mit dem Zwang und dem Ritual sollte ebenfalls deutlich geworden sein, dass es sich hierbei um Abwehrmechanismen handelte, die vor Gefahren bewahren sollten und auch der erzwungene Rückzug im Schmerz (Kapitel 6.2) sollte vor einer Berührung mit der Welt schützen, die zu viel für mich war.

indem durch die Kompromissbildung nicht nur die Freiheit, sondern schließlich auch die Sicherheit verloren ging.

Ich erkannte auch, dass es sich in dem mir Widerfahrenen nicht um ein äußeres Schicksal handelte, das über mich gekommen war und dem es zu trotzen galt. Endlich begriff ich Hesses Rückgriff auf die Worte Novalis': „Schicksal und Gemüt sind Namen eines Begriffs.“ (Novalis zit. nach Hesse 2008, S. 80) D.h.: Es war alles mein Tun, mein Wollen, selbst in der Depression, in der das Wollen scheinbar unauffindbar ist. Ich war es, der sich gegen das Entscheiden entschied, das Wollen nicht mehr wollte. Ich war es, der in den Zwang, den Schmerz und die Depression, d.h. in die Symptombildung auswich und in die Werdenshemmung flüchtete, sich durch das Trauma, den Schmerz und die Reue festhalten ließ, um sich nicht mit seinen Möglichkeiten, seiner Freiheit und seiner Zukunft auseinanderzusetzen. Ich war es, der sich nicht in sein Schicksal loslassen konnte und sich an der Irresponsivität festklammerte, dem Abbruch der Kommunikation durch ein beständiges Nein. Es war also an der Zeit die Gegnerschaft zu beenden, dankbar zu sein und all die Stimmen der Negativität, die in der Depression immer lauter geworden waren, ähnlich wie damals die Zwangsgedanken, zu akzeptieren, ihnen zuzuhören, dem Dank weitere positive Stimmen folgen zu lassen, um den „Insuffizienzwahn“ (Kraus 2002, S. 180) zu durchbrechen. Denn eigentlich war ich ja hoch effizient in meinem Widerwillen, in meiner Blockade, in meinem „Nicht-mehr-wollen“, dieser „großen Müdigkeit“ (Nietzsche 2014, S. 111) „die mit einem Sprung zum letzten will.“ (Nietzsche 2014, S. 36) Nur gab es ein solches Letztes nicht und das wusste ich auch. Ich wusste, dass des Lebens Ruf an uns niemals enden wird. Ach, wie lange wusste ich das schon. Nun galt es endlich das intellektuelle Verstehen existentiell auszuleben, vom, wie es Kierkegaard ausdrücken würde, objektiven Denken zum subjektiven¹¹³ überzugehen und all das intellektuell verstandene in eine gelebte Praxis umzusetzen. D.h. ich musste erneut in eine Phase des Lernens eintreten. Es stellten sich mir wiederum drei Aufgaben, die eng miteinander verbunden waren. Die erste wurde bereits angesprochen. Sie bestand darin die Polyphonie des Selbst, die Pluralität des Ich, seine konflikthafte Struktur, seine Ambivalenzen und den Widerstreit der entgegengesetzten Tendenzen wieder in Balance zu bringen, das Streben nach einer exklusiven Einheit endgültig aufzugeben, um zu einer inklusiven Vielheit zu gelangen. Nur indem ich „[the] decentring of the Ego“ (Kearney 2003, S. 77) anerkannte, konnte ich die Selbstentzweiung, die Entfremdungs-, Depersonalisierungs- und Dissoziationserlebnisse als

¹¹³ In aller Kürze handelt es sich beim subjektiven Denken um „keine intellektuelle, sondern eine *existentielle* Leistung.“ (Thurnher 2002, S. 39) Ausschlaggebend ist hier die Leidenschaft bzw. das Engagement, mit dem ein Gedanke für das eigene Leben fruchtbar gemacht wird. (vgl. Thurnher 2002, S. 34) Oder wie Hesse sagen würde: „Nur das Denken, das wir leben, hat einen Wert.“ (Hesse 2008, S. 61)

Chance nutzen, um mich nun endlich durch den befreienden Zweifel vom Normativen, d.h. dem Gesollten (vgl. Nietzsche 2014, S. 30) zu lösen und zu versuchen ein außerordentliches Leben zu realisieren, das über die Grenzen der Ordnungen hinweg offen ist für das Unerhörte (vgl. Nietzsche 2014, S. 27), Undenkbare, das scheinbar Unmögliche und Widersprüchliche.¹¹⁴ Die zweite Aufgabe bestand darin, nicht mehr zurückzuwollen, sich nicht mehr zu quälen mit der Frage, warum das alles ausgerechnet mir geschehen war (vgl. Grüny 2004, S. 39) und sie stattdessen zur Ruhe kommen zu lassen. Es galt meine Faktizität zu übernehmen und alles „Es war“ in ein „So wollte ich es!“ (Nietzsche 2014, S. 179) umzuschaffen, wodurch der Widerwille und die Gegnerschaft ebenfalls aufgehoben werden sollten. Darüber hinaus bestand die dritte Aufgabe darin, mir, ähnlich wie damals bei den Zwangsgedanken, anzugewöhnen nicht mehr an meinen Schmerzen und Spasmen hängen zu bleiben. Um das Leben wieder in eine flexible und lebendige Gegenwart zu überführen, durfte ich mich nicht mehr gegen meine Stockungen und Störungen wehren, sondern musste versuchen sie im Werden vergehen und damit hinter mir zu lassen. Ich musste lernen mich nicht mehr hineinzusteigern, die Hitze und die Wut abklingen zu lassen, anstatt mich durch die Anschuldigungen eines unerfüllten Ideals zu obsessiven Wiederholungen hinreißen zu lassen. Es galt auch diesen letzten Zwang nun gut sein zu lassen, sich abzulösen von den falschen Hoffnungen und unmöglichen Wünschen. Und es galt nicht mehr ständig über die Schmerzen und Spasmen zu grübeln und sie dauernd antizipativ zu befürchten – und das sowohl kognitiv als auch körperlich. Denn was sind die Spasmen und Wehwehchen, die bis heute noch übriggeblieben sind, anderes als die immer noch verfestigte leibliche Gewohnheit der Zurückhaltung, die immer noch nicht überwundene ängstliche Antizipation des Schmerzes, „ein ersticktes Innehalten, ein Luftanhalten [...], ein in-sich-Zusammenziehen“ (Müller-Busch 2001, S. 26), Ansichhalten und Zurückschrecken? Ja, es ist, wie wenn man erschrickt. Also dieser kurze Moment, der sich der bewussten Kontrolle entzieht, in dem sich alles anspannt und bereit macht. So ähnlich ist es auch mit den Spasmen, nur dass es sich um eine ungerichtete Erregung handelt, die nicht weiß, wohin und fahrig immer wieder und überall dazwischenfunken kann. Dieser Moment lässt sich auch mit dem Augenblick vor dem Aufprall vergleichen. Nach einigen ungestörten Momenten, kommt mir noch immer der Gedanke, die Ahnung des Fehltritts, in den Sinn, ein vorausgesehenes „Vorsicht!“, begleitet von einem minimalen Stutzen und Zurückziehen. Meist ist es eben dieser Moment, in dem es piekst

¹¹⁴ Kearney merkt an einer Stelle an: „Once our defence mechanisms against alterity are thus suspended we either fall into psychotic breakdown or rise to a poetics of new images and an ethics of new practices.“ (Kearney 2003, S. 77) Wie meine Ausführungen gezeigt haben sollten, handelt es sich hier nicht um ein exklusives Oder. Vielmehr kann der Zusammenbruch als Chance für einen Neubeginn gesehen werden.

und sticht und wieder weh tut. Es gilt also diese eingefahrene Gewohnheit, diese leibliche Starre langsam zu lösen. Egal wie lange es dauert und ja nicht ein für alle Mal oder als letzte Hürde. Ich muss lernen mich in jeden Moment vertrauend loszulassen. Moment für Moment, unentwegt und ohne an einem festhalten zu wollen, ohne das Kommende aufhalten zu wollen, ohne die Möglichkeiten und das Ereignishafte des Lebens verhindern zu wollen. Vom komme, was da wolle zum wolle, was da komme.

8 Ein vorläufiges Ende

Ein großes Stück Vergegenwärtigung liegt nun hinter mir. Ein halbes Leben der Reflexion, des Nach-denkens, Erinnerns, der Explikation und Selbsterkenntnis. Anfangs hatte ich noch gedacht, dass ich dadurch an ein endgültiges Ziel gelangen könnte. Ich ging von einer notwendigen teleologischen Entwicklung hin zur Selbstverwirklichung aus, einer Art von psychischer Prädestinationslehre, die das Leben als Weg hin zu seiner Vervollkommnung und Vollendung dachte. Einmal dort angekommen würde Ruhe und Frieden herrschen, da ich mich in den Vollbesitz meiner selbst gebracht, d.h. durch eine ein für alle Mal vollzogene Bewusstwerdung das Ideal einer restlosen Aktualisierung und Selbstpräsenz realisiert hätte. Dieses Denken stand noch unter dem Vorzeichen der Flucht vor der Faktizität des Lebens, die meine kindliche Geborgenheit zu stören und zu untergraben begann und mich mit Angst und Schrecken heimsuchte. Tod, Krankheit, Schmerz und Leid. Diese Dinge durften nicht wahr sein. Daran durfte nicht gedacht werden. Darum wich ich in die Symptombildung aus, begegnete der Angst mit dem Zwang und erhoffte im magischen Ritual das Böse abwenden zu können, das in der Hand höherer Mächte lag, durch deren Huldigung ich mich in Sicherheit zu bringen versuchte. Im Agieren geschah das alles auf einer präreflexiven Ebene. Ohne einen klaren Gedanken und ohne, dass es mir ausdrücklich bewusst gewesen wäre, wich ich aus und floh vor dieser Seite des Lebens, der ich das Prädikat *böse* aufzudrücken gelernt hatte, wodurch es mich ex negativo in den Bann schlug und fortan verfolgte. Meine Welt wandelte ihr Gesicht. Das Pathos der Angst wurde bestimmend. Ich wurde nur mehr von gestaltfeindlichen, antieidetischen Anmutungen angegangen, die zu meiner Obsession wurden, indem ich sie durch das zwangsneurotische Zeremoniell fernzuhalten versuchte. Durch diese ausweglose Abwehr verlor ich immer mehr die Kontrolle. Eigentlich Selbstverständliches wurde auf einmal problematisch. Mein Leben schränkte sich mehr und mehr ein, bis ich an den Punkt gebracht wurde, wo mir klar wurde, dass ich nicht mehr länger wegsehen konnte, sondern das, was mit mir geschehen war, aufklären musste, um mich aus der heteronomen Vereinnahmung zu befreien. Ich begriff, dass mich das Damals als Problem des Heute im Griff hatte. Nun wollte ich dieses Damals in eine lebendige Gegenwart überführen und übersah dabei, dass ich zugleich bereits die nächste Fluchtbewegung vollzog und mich vor der Zukunft in die curriculäre Sicherheit des Deutsch- und Philosophiestudiums stürzte. Aber alles hat seine Zeit. Auch das wird mir noch dämmern. Schon bald konnte ich der Einsicht, dass alles wird und vergeht, weitergeht und wieder wird und vergeht, aufgrund des Studiums nicht mehr ausweichen, zumindest nicht mehr intellektuell, nachdem ich in meinen metaphysischen Bemühungen kläglich gescheitert war und mich nun dem Existenzialismus und dem (hoffentlich befreienden)

Zweifel zuwandte. Dieser zersetzte als philosophisches Staunen langsam den Zwang, indem mir ungeahnte Horizonte des Denk- und Fühlbaren aufgeschlossen wurden, wodurch ich, aus der Enge meiner manichäischen Weltsicht gewiesen, lernte die volle Bandbreite der in mir aufsteigenden Vorstellungen und Impulse zu akzeptieren. Ich blieb nicht mehr an den bösen und unrechtmäßigen Gedanken hängen. Die Angstspannung und der Zwangsdruck nahmen ab. Die Philosophie entfaltete ihre „definalisierend[e]“ (Waldenfels 2015, S. 309) Wirkung und ich verstand, dass sich das Leben nicht „teleologisch auf die Entfaltung einer Vorprägung verengen“ (Schlette 2017, S. 180) lässt. Aber diese Öffnung der Horizonte war nur ein Schimmer, eine flüchtige Ahnung, denn sogleich wurden sie wieder besetzt und in Beschlag genommen. Hintergründig beschlich mich ein beunruhigendes Gefühl. Eine Verunsicherung, die tiefer ging als alles Denken. Bedrohlich schwebte sie als sich beinahe unmerklich inkarnierende Ausweglosigkeit über mir und ließ meinen Körper immer mehr in seiner Materialität und Widerständigkeit hervortreten. Anscheinend musste ich am eigenen Leib erfahren, was es hieß, nicht sicher zu sein, um es wirklich akzeptieren zu können. So wurde der Schmerz mein Lehrmeister, ohne dass ich für seine Lektion bereit gewesen wäre. Ich beging den gleichen Fehler wie bei der Angst. Ich wich aus, ich hielt fern. Der Schmerz war mein Gegner und Feind. In seiner Widrigkeit machte er es mir unmöglich, ein glückliches und erfülltes Leben zu führen und verhinderte als negative Macht, dass ich mich in die Welt ausbreiten konnte, sodass diese genauso wie in der Angst auf das Wovon der Flucht reduziert wurde. Ich war also weiterhin besessen, nun aber vom Schmerz. In meiner Zuwendung zu seiner vergeblichen Abwendung hatte mich eine alles beherrschende Fluchtbewegung weiterhin fest im Griff. Und ebenso wurde ich weiterhin von der Vergangenheit fixiert und festgehalten, wenn auch in gewandelter Form. Denn nun war es nicht mehr ein uneingestandesenes und verdrängtes Trauma, das nicht durch das personale bzw. reflexive Gedächtnis erinnert werden wollte, sondern das implizite Leibgedächtnis, das mir durch die ständige leibliche Anspannung und die habitualisierten Abwehrbewegungen in Form von compulsiven Tics abhandengekommen war bzw. so umstrukturiert wurde, dass ein selbstverständliches Leiben und Leben nicht mehr möglich war und auf die Dauer immer weiter in Ferne des Unmöglichen rückte. Denn die Zeit des Schmerzes dehnte sich ungeachtet all meiner Versuche wieder Kontrolle über meinen zergliederten und lose umherirrenden Körper zu erlangen. Der selbst auferlegte Rückzug, das Unterbinden der Transzendenz und das Hängen des Lebens in die Warteschleife schienen zu meinem unabwendbaren Schicksal geworden zu sein. Jeder Schritt darüber hinaus zeigte mir nur qualvoll meine Grenzen auf, den unüberbrückbaren Abstand zwischen mir und dem Geschehen, den Menschen, der Welt. Ich bewohnte sie nicht mehr. Nicht mehr verweilte ich

im Reich der Lebenden. Zwar am Leben aber nicht mehr lebendig – ein Untoter¹¹⁵, der von seiner Vergangenheit in Form der Reue heimgesucht wurde, während sein zersetzter Leib ebenso in keine Gegenwart fand, in die er sich im Vertrauen fallen lassen konnte. Neben zwanghaft erinnerten Vorstellungsbildern verpasster Möglichkeiten ließ mich das Damals also auch aufgrund meiner Entkörperung nicht mehr los, durch die ein unbefangenes, ungehemmtes und uneingeschränktes Leiben unmöglich gemacht wurde. Derart nahm in dieser zweifachen Weise die Vergangenheit die Perfektform nicht mehr an, konnte nicht hinter mir gelassen werden, sondern drängte als Unerledigtes heran und unterbrach so den Fluss des Werdens, d.h. den Rhythmus des Beginnens, Vollendens und Neubeginnens. Und da, wer „nicht wird, vergeht“ (von Gebattel 1954, S. 8), trat die Selbstverwirklichung ab und löste sich in nur mehr Möglichen auf, dem Unverwirklichbaren.

Nun hatte die Zukunft wirklich nichts Unvorhersehbares mehr an sich. Sie bestand nur mehr in der ausgedehnten Wiederholung einer schmerzenden Gegenwart, deren Pathos ich mit Antipathie begegnete, die sich in Wutausbrüchen Luft machte, dabei aber im Begriff war im lautlosen Schrei der Apathie zu ersticken. Ich hatte mein Ziel also erreicht, ein Ende, einen zeitlosen Zustand der Unveränderlichkeit. Des Untoten Zukunft stand jetzt fest und war gebannt, indem er sich in seine eigene Vergangenheit verbannt hatte. Konnte ich das endlich einsehen? Es war schon immer die Zukunft gewesen, die mich beunruhigt hatte. Das Eintreten des Möglichen, Unvorhergesehenen, des Befürchteten und womöglich sogar heimlich Gewünschten. Es war das Pathos, das Angegangenwerden selbst, also das Leben in seiner Faktizität, in seiner Ereignishaftigkeit, das die Angst, den Zwang, den Schmerz und die Melancholie auf den Plan gerufen hatte. Allesamt Störungen des pathischen Empfindens, allesamt Ausdruck des Zweifels und des Zauderns, des Misstrauens in sich selbst und in die Welt. Allesamt Fixierungen, krampfhaftes Bemühen des Festhaltens und der totalen Kontrolle, nur damit ich um den Preis der Freiheit und Lebendigkeit eine Sicherheit realisieren konnte, die eigentlich gar keine war, an der ich vielmehr durch die Paradoxie zugrunde ging, dass abstirbt, wer nicht sterbend werden kann, sodass ich mir schließlich nichts sehnlicher mehr wünschte als den exogenen Tod, der mich von meiner Qual erlösen sollte. (vgl. von Gebattel

¹¹⁵ Von Gebattel beschreibt den Zustand der Melancholie an einer Stelle wie folgt: „In gewissem Sinn ist für unsere Patientin das Ende schon eingetreten. Sie ist, wie Melancholische häufig sagen, ja ‚schon am Ende‘. Der Weg in die Zukunft ist ihr versperrt. Obwohl lebendig, im Sinne der Physiologie, ist sie tot im Sinn des Werdendranges und der Selbsterfüllung.“ (von Gebattel 1954, S. 16) Dieses Totsein im Sinne des Werdendranges hängt paradoxerweise mit der Unfähigkeit zusammen sterbend zu werden, wobei Gebattel hier das immanente Sterben gegenüber dem exogenen Tod meint, also das Hintersichlassen von Möglichkeiten und Lebensabschnitten im Fortschreiten der persönlichen Entwicklung. (vgl. von Gebattel 1954, S. 15)

1954, S. 16)¹¹⁶ Es handelte sich also um eine Sicherheit, die nicht auf dem Vertrauen in sich und seine Fähigkeiten beruhte, sondern in der Versenkung in die Apathie und Irresponsivität, durch die ich mich vor dem Pathos verschloss, da mich nichts mehr etwas angehen sollte nach all den Jahren der Angst und des Schmerzes, d.h. der Ausuferung des pathischen Geschehens.¹¹⁷ Es sollte nun endlich schweigen. Es war zu viel für mich. So die lauteste Stimme in meinem Kopf, die Haupttendenz, die in der Negation eine absolute und totale Mehrheit anstrebte, aber glücklicherweise ebensowenig imstande war sich unverbrüchlich und einheitlich durchzusetzen. Ein kläglicher Rest an Ambivalenz blieb bestehen, dem ich es verdanke, dass ich mich dazu aufgerafft habe ein Bekenntnis meiner Melancholie zu verfassen¹¹⁸, das im Kapitel 7.1 wiedergegeben wurde. Dort war an einer Stelle die Rede davon, dass sich das Schreiben hoffentlich selbst aufheben und ins Leben übergehen werde. Die hier vorliegende Arbeit kann ebenso in Hinblick auf dieses Vorhaben gelesen werden. Noch einmal wollte ich einen Versuch starten und sehen, wie weit ich im Schreiben kommen konnte. Erneut wurde mir bewusst, dass ich mit dem Nach-denken noch lange nicht am Ende war, dass dieses vielmehr nie an ein Ende kommen kann, da man sich stets in der „Selbstvorgängigkeit“ (Waldenfels 2007, S. 62) voraus ist und sich nie ganz einholen kann. Die Reflexion und Explikation bleibt also „nachträglich und unvollständig“ (Bermes 2020, S. 84), bleibt eine unabschließbare Bewegung, ein ständiges Bemühen das Pathische ins Gnostische zu übersetzen, um damit umzugehen. Dazu bietet sich die Schriftlichkeit als „Medium der Distanz“ (Abraham 2008, S. 59) besonders an. Durch sie wurde es mir möglich das freie und außer Rand und Band geratene Pathos zu binden, ihm eine Form zu geben und *als etwas* bis zu einem gewissen Grad zu objektivieren und festzustellen. Denn ganz lässt sich das Pathos und mit ihm das leibliche Empfinden nicht in ein Noema, d.h. in einen vollständig transparenten Vorstellungsinhalt transformieren. (vgl. Vetter et al. 2004, S. 332) Und jeder Versuch einer absoluten „Feststellung“ (Fuchs 1999, S. 61) muss dem Ziel ein ausgewogenes Verhältnis zwischen Pathos und Gnostik herzustellen zuwiderlaufen. Es gilt also nicht vom einen Extrem in das andere zu kippen und das Verstehen nur als intellektuelles aufzufassen, das unter dem Diktat der Feststellung den gelebten Vollzug aus den Augen zu verlieren droht. Vielmehr muss ich nun aus der Distanz wieder in die „Unmittelbarkeit der Empfindung“ (Fuchs 1999, S. 61)

¹¹⁶ Wie Waldenfels treffend bemerkt: „Wer sich gegen das Pathos wehrt, wehrt sich gegen das Leben selbst – was durchaus möglich ist, wie wir wissen, aber nur um den Preis des Lebensverzichts, der Lebensauslöschung.“ (Waldenfels 2007, S. 125)

¹¹⁷ Waldenfels geht davon aus, dass sich „[p]athologische Phänomene [...] als Ausuferungen oder Fixierungen des pathischen Geschehens begreifen“ (Waldenfels 2007, S. 333f.) lassen. Meine hier dargestellte Situation zeigt, wie die Fixierung als Antwort auf die Ausuferung auf den Plan gerufen wird.

¹¹⁸ Diesem Rest an Ambivalenz verdanke ich auch, dass ich mich schließlich zur Therapie aufraffte, um die Polyphonie meines Selbst wieder ins Gleichgewicht zu bringen.

zurückfinden, aus der ich mich im Zuge dieser Arbeit erneut zurückgezogen habe, da den Leib zu verstehen und ihn zu erkennen nur heißen kann „ihn zu erleben [...] und in ihm selber aufzugehen“ (Merleau-Ponty 1974, S. 234) So will ich von jetzt an weiter das große Vertrauen üben, mich in jeden Moment los- und von den impliziten und fungierenden Horizonten tragen lassen, um die Übereinstimmung von Intention und Vollzug am eigenen Leib zu erfahren. Denn wie Fuchs, dem am Ende noch einmal das Wort überlassen werden soll, es treffend ausdrückt:

Vor allem aber muß die Reflexion, will sie praktisch werden, danach streben, selbst zur Zentralität des reinen Vollzugs zurückzukehren, nämlich das Eingesehene oder Erkannte zur „zweiten Natur“ werden zu lassen [...]. Das in der exzentrischen Position Explizierte muß immer wieder implizit, muß wieder vergessen werden, um eigentlich wirksam werden zu können. Dann schließt sich der Kreis wieder, der mit dem Bewußtsein aufgebrochen ist. Und so muß auch alles Reden vom Leib am Ende schweigen und ihm das Feld wieder überlassen. (Fuchs 1999, S. 335)

9 Literaturverzeichnis

- Abraham, Ulf (2008): Sprechen - Schreiben - Spielen. Filme im Blick eines medienreflexiven Deutschunterrichts. In: *Der Deutschunterricht* 2008 (3), S. 53–64.
- Achelis, J. D. (1925): Der Schmerz. In: *Zeitschrift für Sinnesphysiologie* (56).
- Althaus, David; Niedermeier, Nico; Niesken, Svenja Henrike (2013): Zwangsstörungen. Wenn die Sucht nach Sicherheit zur Krankheit wird. 2., aktualisierte Aufl. München: Beck.
- Angehrn, Emil (2017): Angst als Grundproblem der Philosophie. In: S. Micali und T. Fuchs (Hg.): Angst. Philosophische, psychopathologische und psychoanalytische Zugänge. 2., erweiterte Auflage. Freiburg, München: Verlag Karl Alber (Schriftenreihe der Deutschen Gesellschaft für Phänomenologische Anthropologie, Psychiatrie und Psychotherapie (DGAP), Band 6), S. 11–27.
- Bergson, Henri (1919): Materie und Gedächtnis: eine Abhandlung über die Beziehung zwischen Körper und Geist. 2. - 4. Tsd. / neu übers. von Julius Frankenberger: Jena: Diederichs. Online verfügbar unter <https://bibsearch.uibk.ac.at/AC01030918>.
- Bermes, Christian (2020): Maurice Merleau-Ponty zur Einführung. 4. unveränderte Auflage. Hamburg: Junius.
- Blankenburg, W. (1978): Grundlagenprobleme der Psychopathologie. In: *Der Nervenarzt* (49), S. 140–146.
- Blankenburg, W. (1979): Phänomenologische Epoché und Psychopathologie. In: Walter M. Sprondel und Richard Grathoff (Hg.): Alfred Schütz und die Idee des Alltags in den Sozialwissenschaften. Stuttgart: Ferdinand Enke Verlag.
- Blankenburg, W. (2002): Affektivität und Emotionalität. In: T. Fuchs und Christoph Mundt (Hg.): Affekt und affektive Störungen. Phänomenologische Konzepte und empirische Befunde im Dialog; Festschrift für Alfred Kraus. Unter Mitarbeit von Alfred Kraus. Paderborn, München, Wien, Zürich: Schöningh (Monographien zur klinischen Psychologie, Psychiatrie und Psychotherapie, 3), S. 17–33.
- Bossong, F. (2015): »Praktische« Phänomenologie im psychiatrisch-psychotherapeutischen Arbeiten von Roland Kuhn (1912-2005). In: Gerhard Dammann (Hg.): Phänomenologie und psychotherapeutische Psychiatrie. 1. Auflage. Stuttgart: Verlag W. Kohlhammer (Psychotherapie in Psychiatrie und Psychosomatik), S. 94–118.
- Broschmann, D. (2014): Der Schwindel der Freiheit - Blankenburgs differentiell-phänomenologische Typologie der Angst. In: S. Micali, T. Fuchs und Wolfgang Blankenburg (Hg.): Wolfgang Blankenburg - Psychiatrie und Phänomenologie. Orig.-Ausg. Freiburg, München: Alber (Schriftenreihe der Deutschen Gesellschaft für Phänomenologische Anthropologie, Psychiatrie und Psychotherapie (DGAP), Bd. 2), S. 200–219.
- Brudzinska, Jagna (2017): Angst und Individuation. In: S. Micali und T. Fuchs (Hg.): Angst. Philosophische, psychopathologische und psychoanalytische Zugänge. 2., erweiterte Auflage. Freiburg, München: Verlag Karl Alber (Schriftenreihe der Deutschen Gesellschaft für Phänomenologische Anthropologie, Psychiatrie und Psychotherapie (DGAP), Band 6), S. 156–177.
- Bürgy, M. (2000): Zur Frage des Zusammenhangs zwischen Zwangsstörung und Narzissmus. In: *Psychotherapie, Psychosomatik, medizinische Psychologie* 50 (5), S. 201–208. DOI: 10.1055/s-2000-13247.
- Bürgy, M. (2005): Psychopathology of obsessive-compulsive disorder: a phenomenological approach. In: *Psychopathology* 38 (6), S. 291–300. DOI: 10.1159/000088917.
- Bürgy, M. (2015): Über Depersonalisationserlebnisse. In: Gerhard Dammann (Hg.): Phänomenologie und psychotherapeutische Psychiatrie. 1. Auflage. Stuttgart: Verlag W. Kohlhammer (Psychotherapie in Psychiatrie und Psychosomatik), S. 174–185.

- Bürgy, M. (2019): Zur Phänomenologie der Zwangsstörung. Eine Übersicht. In: Hermann Lang und Gerda Pagel (Hg.): *Angst und Zwang*. Würzburg: Königshausen & Neumann, S. 74–88.
- Castoriadis, Cornelius (1987): *Gesellschaft als imaginäre Institution. Entwurf einer politischen Philosophie*. Wiss. Sonderausg. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Cooper, Sara (2000): OBSESSONAL THINKING - A DEFENCE AGAINST LOSS. In: *Br J Psychotherapy* 16 (4), S. 412–423. DOI: 10.1111/j.1752-0118.2000.tb00537.x.
- Csef, H. (2000): Tötungsimpulse und aggressive Hemmung bei Zwangskranken. In: Hermann Faller (Hg.): *Angst, Zwang und Wahn. Pathologie, Genese und Therapie; 40 Jahre Institut für Psychotherapie und Medizinische Psychologie Würzburg; Festschrift für Hermann Lang*. Unter Mitarbeit von Hermann Lang. Würzburg: Königshausen und Neumann, S. 74–80.
- Dammann, G. (2015): Der »Tod der Phänomenologie« in der Psychiatrie? In: Gerhard Dammann (Hg.): *Phänomenologie und psychotherapeutische Psychiatrie*. 1. Auflage. Stuttgart: Verlag W. Kohlhammer (Psychotherapie in Psychiatrie und Psychosomatik), S. 51–79.
- D'Annunzio, Gabriele (2016): *Lust*. Unter Mitarbeit von Albert Gier. Stuttgart: Reclam (Reclams Universal-Bibliothek, Nr. 9346).
- Delhom, Pascal (2000): Verletzungen. In: Mihran Dabag (Hg.): *Gewalt: Strukturen, Formen, Repräsentationen*. München.
- Delhom, Pascal (2007): Zerstörte Erfahrung. Eine Phänomenologie des Schmerzes. (Wittener Kulturwissenschaftliche Studien 4): Felix Meiner Verlag. In: *Phänomenologische Forschungen* (ISSN: 0342-8117).
- Demmerling, Christoph (2013): Philosophie der Angst. In: Lars Koch (Hg.): *Angst. Ein interdisziplinäres Handbuch*. Stuttgart, Weimar: Metzler, S. 31–41.
- Dybel, P. (2019): Die verschiedenen Gesichter der Angst. Pathologische und metaphysische Angst bei Blaise Pascal und Sören Kierkegaard. In: Hermann Lang und Gerda Pagel (Hg.): *Angst und Zwang*. Würzburg: Königshausen & Neumann, S. 56–74.
- Evensen, Kristin Vindhol; Standal, Øyvind Førlund (2017): "I Guess that the Greatest Freedom ...": A Phenomenology of Spaces and Severe Multiple Disabilities. In: *Indo-Pacific Journal of Phenomenology* 17 (2), S. 1–11. DOI: 10.1080/20797222.2017.1356628.
- Freud, Sigmund (1999): *Gesammelte Werke*, Bd. 17. Schriften aus dem Nachlaß 1892-1938. Frankfurt am Main: Fischer Taschenbuch Verlag (Gesammelte Werke Band 17).
- Fuchs, T. (1999): *Leib, Raum, Person*. Dissertation. Zweite Auflage (Fachbuch).
- Fuchs, T. (2002): Melancholie als Desynchronisierung. Ein Beitrag zu einer Psychopathologie der intersubjektiven Zeit. In: T. Fuchs und Christoph Mundt (Hg.): *Affekt und affektive Störungen. Phänomenologische Konzepte und empirische Befunde im Dialog; Festschrift für Alfred Kraus*. Unter Mitarbeit von Alfred Kraus. Paderborn, München, Wien, Zürich: Schöningh (Monographien zur klinischen Psychologie, Psychiatrie und Psychotherapie, 3), S. 153–169.
- Fuchs, T. (2011): Psychopathologie der Hyperreflexivität. In: *Deutsche Zeitschrift für Philosophie* 59 (4), S. 565–576. DOI: 10.1524/dzph.2011.0017.
- Fuchs, T. (2014): Wolfgang Blankenburg: Der Verlust der natürlichen Selbstverständlichkeit. In: S. Micali, T. Fuchs und Wolfgang Blankenburg (Hg.): *Wolfgang Blankenburg - Psychiatrie und Phänomenologie. Orig.-Ausg.* Freiburg, München: Alber (Schriftenreihe der Deutschen Gesellschaft für Phänomenologische Anthropologie, Psychiatrie und Psychotherapie (DGAP), Bd. 2), S. 80–98.
- Fuchs, T. (2015): Psychotherapie des Lebensraumes. Eine phänomenologisch-ökologische Konzeption. In: Gerhard Dammann (Hg.): *Phänomenologie und psychotherapeutische Psychiatrie*. 1. Auflage. Stuttgart: Verlag W. Kohlhammer (Psychotherapie in Psychiatrie und Psychosomatik), S. 200–215.

- Fuchs, T. (2016): Die Ästhesiologie von Erwin Straus. In: Thiemo Breyer, T. Fuchs und Alice Holzhey-Kunz (Hg.): Ludwig Binswanger und Erwin Straus: Verlag Karl Alber, S. 137–155.
- Fuchs, T.; Broschmann, D. (2017): Willensstörungen in der Psychopathologie. In: *Der Nervenarzt* 88 (11), S. 1252–1258. Online verfügbar unter https://www.klinikum.uni-heidelberg.de/fileadmin/zpm/psychiatrie/fuchs/Willensstoerungen_in_der_Psychopathologie.pdf, zuletzt geprüft am 03.04.2022.
- Fuchs, T.; Micali, S. (2013): Phänomenologie der Angst. In: Lars Koch (Hg.): Angst. Ein interdisziplinäres Handbuch. Stuttgart, Weimar: Metzler, S. 51–61.
- Gander, Hans-Helmuth; Breyer, Thiemo (Hg.) (2010): Husserl-Lexikon. Darmstadt: WBG (Wiss. Buchges.).
- Gebattel, Viktor Emil von (1954): Prolegomena einer medizinischen Anthropologie: ausgewählte Aufsätze: Berlin [u.a.]: Springer. Online verfügbar unter <https://bibsearch.uibk.ac.at/AC04641361>.
- Gondek, Hans-Dieter (2015): Angst, Einbildungskraft, Sprache. Ein verbindender Aufriß zwischen Freud - Kant - Lacan. Unveränd. Nachdr. der 1. deutschen Aufl. 1990. München: Boer (Reihe Forschungen, 1).
- Grüny, Christian (2004): Zerstörte Erfahrung. Eine Phänomenologie des Schmerzes. Zugl.: Witten, Herdecke, Univ., Diss., 2003. Würzburg: Königshausen & Neumann (Wittener kulturwissenschaftliche Studien, 4).
- Haan, Sanneke de; Rietveld, Erik; Denys, Damiaan (2015): Being free by losing control: what obsessive-compulsive disorder can tell us about free will. In: Walter Glannon (Hg.): Free Will and the Brain. Cambridge: Cambridge University Press, S. 83–102. Online verfügbar unter <https://philarchive.org/archive/RIEBFBv1>, zuletzt geprüft am 07.06.2022.
- Heerlein, A.; Rentería, P.; Richter, P.; Santander, J. (2002): Persönlichkeitsaspekte bei Zwangskranken und endogen Depressiven. In: T. Fuchs und Christoph Mundt (Hg.): Affekt und affektive Störungen. Phänomenologische Konzepte und empirische Befunde im Dialog; Festschrift für Alfred Kraus. Unter Mitarbeit von Alfred Kraus. Paderborn, München, Wien, Zürich: Schöningh (Monographien zur klinischen Psychologie, Psychiatrie und Psychotherapie, 3), S. 215–232.
- Heidegger, Martin (1967): Sein und Zeit. 11., unveränd. Aufl.: Tübingen: Niemeyer. Online verfügbar unter <https://bibsearch.uibk.ac.at/AC02314632>.
- Heidegger, Martin (1976): Was ist Metaphysik? In: Martin Heidegger (Hg.): Wegmarken. Unter Mitarbeit von Friedrich-Wilhelm von Herrmann. Frankfurt am Main: Klostermann (Gesamtausgabe / Martin Heidegger I. Abteilung, Veröffentlichte Schriften 1910-1970, Band 9), S. 103–122.
- Heinze, M. (2015): Wolfgang Blankenburgs Psychopathologie des Unscheinbaren. In: Gerhard Dammann (Hg.): Phänomenologie und psychotherapeutische Psychiatrie. 1. Auflage. Stuttgart: Verlag W. Kohlhammer (Psychotherapie in Psychiatrie und Psychosomatik), S. 23–36.
- Hesse, Hermann (2003): Klein und Wagner. Novelle. 1. Aufl., [Nachdr.]. Frankfurt am Main: Suhrkamp (Suhrkamp-Taschenbuch, 116).
- Hesse, Hermann (2004): Jedem Anfang wohnt ein Zauber inne. Lebensstufen. 13. Aufl. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Hesse, Hermann (2007): Der Steppenwolf. 1. Aufl. Frankfurt am Main: Suhrkamp (Suhrkamp-Taschenbuch, 3855).
- Hesse, Hermann (2008): Demian. Die Geschichte von Emil Sinclairs Jugend. 1. Aufl. Frankfurt am Main: Suhrkamp-Taschenbuch-Verl. (Suhrkamp-Taschenbuch, 3852).
- Hobl, B.; Musalek, M. (2002): Der Affekt als Bedingung des Wahns. In: T. Fuchs und Christoph Mundt (Hg.): Affekt und affektive Störungen. Phänomenologische Konzepte

- und empirische Befunde im Dialog; Festschrift für Alfred Kraus. Unter Mitarbeit von Alfred Kraus. Paderborn, München, Wien, Zürich: Schöningh (Monographien zur klinischen Psychologie, Psychiatrie und Psychotherapie, 3), S. 231–243.
- Hoffmann, Nicolas (2005): Phänomenologie der Zwangsstörungen. In: Hansruedi Ambühl und Klaus Bader (Hg.): Psychotherapie der Zwangsstörungen. Krankheitsmodelle und Therapiepraxis - störungsspezifisch und schulenübergreifend; 7 Tabellen. 2., überarb. und erw. Aufl. Stuttgart: Thieme (Lindauer Psychotherapie-Module), S. 1–12.
- Holzhey-Kunz, A. (2002): Depression und Subjektivität. In: T. Fuchs und Christoph Mundt (Hg.): Affekt und affektive Störungen. Phänomenologische Konzepte und empirische Befunde im Dialog; Festschrift für Alfred Kraus. Unter Mitarbeit von Alfred Kraus. Paderborn, München, Wien, Zürich: Schöningh (Monographien zur klinischen Psychologie, Psychiatrie und Psychotherapie, 3), S. 187–201.
- Holzhey-Kunz, A. (2015): Welche therapeutischen Konsequenzen hat Binswangers Konzept des Weltentwurfs? In: Gerhard Dammann (Hg.): Phänomenologie und psychotherapeutische Psychiatrie. 1. Auflage. Stuttgart: Verlag W. Kohlhammer (Psychotherapie in Psychiatrie und Psychosomatik), S. 79–93.
- Holzhey-Kunz, Alice (2017): Angst als philosophische Erfahrung und als pathologisches Symptom. In: S. Micali und T. Fuchs (Hg.): Angst. Philosophische, psychopathologische und psychoanalytische Zugänge. 2., erweiterte Auflage. Freiburg, München: Verlag Karl Alber (Schriftenreihe der Deutschen Gesellschaft für Phänomenologische Anthropologie, Psychiatrie und Psychotherapie (DGAP), Band 6), S. 119–145.
- Kearney, Richard (2003): Strangers, Gods, and monsters. Interpreting otherness. London, New York: Routledge.
- Kierkegaard, Søren (2012): Die Krankheit zum Tode, Furcht und Zittern, Die Wiederholung, Der Begriff Angst. Vollst. Ausg. 2005, 4. Aufl. München: Dt. Taschenbuch-Verl. (dtv, 13384).
- Koch, Lars (2013): Angst und Moderne. In: Lars Koch (Hg.): Angst. Ein interdisziplinäres Handbuch. Stuttgart, Weimar: Metzler, S. 5–20.
- Kraus, A. (2002): Melancholie: Eine Art von Depersonalisation? In: T. Fuchs und Christoph Mundt (Hg.): Affekt und affektive Störungen. Phänomenologische Konzepte und empirische Befunde im Dialog; Festschrift für Alfred Kraus. Unter Mitarbeit von Alfred Kraus. Paderborn, München, Wien, Zürich: Schöningh (Monographien zur klinischen Psychologie, Psychiatrie und Psychotherapie, 3), S. 169–187.
- Kraus, Alfred (2000): Existenzanalytische Aspekte der Raum-Phobien und ihrer Behandlung. In: Hermann Faller (Hg.): Angst, Zwang und Wahn. Pathologie, Genese und Therapie; 40 Jahre Institut für Psychotherapie und Medizinische Psychologie Würzburg; Festschrift für Hermann Lang. Unter Mitarbeit von Hermann Lang. Würzburg: Königshausen und Neumann, S. 28–46.
- Kuiper, Pieter Cornelis (1992): Seelenfinsternis. Die Depression eines Psychiaters. Frankfurt am Main: S. Fischer.
- Lang, Hermann (2000): Die Doppeldeutigkeit der Angst. In: Hermann Faller (Hg.): Angst, Zwang und Wahn. Pathologie, Genese und Therapie; 40 Jahre Institut für Psychotherapie und Medizinische Psychologie Würzburg; Festschrift für Hermann Lang. Unter Mitarbeit von Hermann Lang. Würzburg: Königshausen und Neumann, S. 53–68.
- Lang, Hermann (2017a): Das Phänomen Angst im Lichte der strukturalen Psychoanalyse. In: S. Micali und T. Fuchs (Hg.): Angst. Philosophische, psychopathologische und psychoanalytische Zugänge. 2., erweiterte Auflage. Freiburg, München: Verlag Karl Alber (Schriftenreihe der Deutschen Gesellschaft für Phänomenologische Anthropologie, Psychiatrie und Psychotherapie (DGAP), Band 6), S. 145–156.

- Lang, Hermann (2017b): *Der gehemmte Rebell. Struktur, Psychodynamik und Therapie von Menschen mit Zwangsstörungen*. 2. Auflage, 2017. Stuttgart: Klett-Cotta (Fachbuch Klett-Cotta).
- Leder, Drew (2007): *The absent body*. Chicago, Ill.: Univ. of Chicago Press.
- Lévinas, Emmanuel (1983): *Der Untergang der Vorstellung*. In: Wolfgang Nikolaus Krewani und Emmanuel Lévinas (Hg.): *Die Spur des Anderen. Untersuchungen zur Phänomenologie und Sozialphilosophie*. Freiburg (Breisgau): Alber (Alber-Reihe Philosophie), S. 120–139.
- Lévinas, Emmanuel (1984): *Die Zeit und der Andere*. Emmanuel Lévinas; Übers. u. mit e. Nachw. vers. von Ludwig Wenzler. Hamburg: Meiner.
- Melle, Thomas (2016): *Die Welt im Rücken*. 7. Auflage. Berlin: Rowohlt Berlin.
- Mensch, James (2009): *Violence and Embodiment // Embodiments. From the body to the body politic*. Evanston, Ill.: Northwestern Univ. Press (Northwestern University studies in phenomenology and existential philosophy), zuletzt geprüft am 02.07.2021.
- Mentzos, Stavros (1986): *Neurotische Konfliktverarbeitung. Einführung in die psychoanalytische Neurosenlehre unter Berücksichtigung neuer Perspektiven*. Frankfurt am Main: Fischer-Taschenbuch-Verlag (Fischer-Taschenbücher Geist und Psyche, 42239).
- Mentzos, Stavros (2000): *Angst, Zwang und Wahn als Modi der Konfliktverarbeitung*. In: Hermann Faller (Hg.): *Angst, Zwang und Wahn. Pathologie, Genese und Therapie; 40 Jahre Institut für Psychotherapie und Medizinische Psychologie Würzburg; Festschrift für Hermann Lang*. Unter Mitarbeit von Hermann Lang. Würzburg: Königshausen und Neumann, S. 20–28.
- Merleau-Ponty, Maurice (1974): *Phänomenologie der Wahrnehmung*. Unter Mitarbeit von Rudolf Boehm. Photomechanischer Nachdruck: Berlin: Walter de Gruyter & Co (De-Gruyter-Studienbuch).
- Merleau-Ponty, Maurice (1984): *Das Auge und der Geist. Philosophische Essays*. Hamburg: Meiner (Philosophische Bibliothek, 357).
- Micali, S. (2014): *Phänomenologie als Methode. Bemerkungen zur phänomenologischen Psychopathologie im Anschluss an Blankenburg*. In: S. Micali, T. Fuchs und Wolfgang Blankenburg (Hg.): *Wolfgang Blankenburg - Psychiatrie und Phänomenologie. Orig.-Ausg.* Freiburg, München: Alber (Schriftenreihe der Deutschen Gesellschaft für Phänomenologische Anthropologie, Psychiatrie und Psychotherapie (DGAP), Bd. 2), S. 13–33.
- Micali, S. (2017): *Angst als Erschütterung. Metaphysische und methodologische Ausführungen zur Angst: Eine Heidegger Kritik*. In: S. Micali und T. Fuchs (Hg.): *Angst. Philosophische, psychopathologische und psychoanalytische Zugänge*. 2., erweiterte Auflage. Freiburg, München: Verlag Karl Alber (Schriftenreihe der Deutschen Gesellschaft für Phänomenologische Anthropologie, Psychiatrie und Psychotherapie (DGAP), Band 6), S. 28–55.
- Micali, S.; Fuchs, T. (Hg.) (2017): *Angst. Philosophische, psychopathologische und psychoanalytische Zugänge*. Verlag Karl Alber. 2., erweiterte Auflage. Freiburg, München: Verlag Karl Alber (Schriftenreihe der Deutschen Gesellschaft für Phänomenologische Anthropologie, Psychiatrie und Psychotherapie (DGAP), Band 6).
- Müller-Busch, H. C. (2001): *Soziokulturelle Aspekte des Schmerzes*. In: Michael Bach (Hg.): *Schmerzen ohne Ursache - Schmerzen ohne Ende. Konzepte - Diagnostik - Therapie*. Wien: Facultas, S. 18–34.
- Nietzsche, Friedrich (2014): *Also sprach Zarathustra I - IV*. Neuausg., 14. Aufl. München: Dt. Taschenbuch-Verl. (dtv, 30154).
- Riederer, F.; Stamenkovic, M.; Schindler, S. D.; Kasper, S. (2002): *Das Tourette-Syndrom Eine Übersicht*. In: *Der Nervenarzt* 73 (9), S. 805–819. DOI: 10.1007/s00115-002-1270-y.

- Russell, Bertrand (2003): Probleme der Philosophie. 1. Aufl., [Nachdr.]. Frankfurt am Main: Suhrkamp (Edition Suhrkamp, 207).
- Sartre, Jean-Paul (1984): Tagebücher. Les carnets de la drôle de guerre. Neue, um ein bisher unveröff. H. erw. Ausg. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt (Rororo, 13292).
- Sartre, Jean-Paul (2014): Das Sein und das Nichts. Versuch einer phänomenologischen Ontologie. 1156 Seiten. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt-Taschenbuch-Verlag (Rororo, 13316).
- Sartre, Jean-Paul (Hg.) (2021): Der Existentialismus ist ein Humanismus und andere philosophische Essays 1943-1948. 11. Auflage. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt Taschenbuch Verlag (Rororo, 22713).
- Schlette, Magnus (2017): Die Angst der Selbstverwirklichung. In: S. Micali und T. Fuchs (Hg.): Angst. Philosophische, psychopathologische und psychoanalytische Zugänge. 2., erweiterte Auflage. Freiburg, München: Verlag Karl Alber (Schriftenreihe der Deutschen Gesellschaft für Phänomenologische Anthropologie, Psychiatrie und Psychotherapie (DGAP), Band 6), S. 177–197.
- Schlimme, Jann E. (2015): Depression, depressive Wertnehmung und Selbstbestimmungserfahrung. In: Gerhard Dammann (Hg.): Phänomenologie und psychotherapeutische Psychiatrie. 1. Auflage. Stuttgart: Verlag W. Kohlhammer (Psychotherapie in Psychiatrie und Psychosomatik), S. 147–161.
- Schmidt-Degenhardt, M. (2002): Die Bedeutung der phänomenologischen anthropologischen Forschung für die Psychiatrie der Gegenwart. In: T. Fuchs und Christoph Mundt (Hg.): Affekt und affektive Störungen. Phänomenologische Konzepte und empirische Befunde im Dialog; Festschrift für Alfred Kraus. Unter Mitarbeit von Alfred Kraus. Paderborn, München, Wien, Zürich: Schöningh (Monographien zur klinischen Psychologie, Psychiatrie und Psychotherapie, 3), S. 269–287.
- Schmitz, H. (1964): System der Philosophie: Bd. 1: Die Gegenwart: Bonn: Bouvier. Online verfügbar unter <https://bibsearch.uibk.ac.at/AC02173450>.
- Schmitz, H. (1987): Der vergessene Leib. Phänomenologische Bemerkungen zu Leib, Seele und Krankheit. In: *Zeitschrift für klinische Psychologie, Psychopathologie und Psychotherapie* 1987 (35), S. 270–278.
- Seidler, G. H. (2002): Die intrapsychische und interpersonelle Funktion des Schameffektes. In: T. Fuchs und Christoph Mundt (Hg.): Affekt und affektive Störungen. Phänomenologische Konzepte und empirische Befunde im Dialog; Festschrift für Alfred Kraus. Unter Mitarbeit von Alfred Kraus. Paderborn, München, Wien, Zürich: Schöningh (Monographien zur klinischen Psychologie, Psychiatrie und Psychotherapie, 3), S. 123–136.
- Straus, E. (1928): Das Zeiterlebnis in der endogenen Depression und in der psychopathischen Verstimmung. In: *Monatsschrift für Psychiatrie und Neurologie* (68), S. 640–656.
- Straus, Erwin (1960): Psychologie der menschlichen Welt: gesammelte Schriften: Berlin: Göttingen: Heidelberg: Springer. Online verfügbar unter <https://bibsearch.uibk.ac.at/AC01485547>.
- Thurnher, R. (2002): Sören Kierkegaard. In: Wolfgang Röd (Hg.): Die Philosophie des ausgehenden 19. und des 20. Jahrhunderts. Lebensphilosophie und Existenzphilosophie. Unter Mitarbeit von R. Thurnher, W. Röd und H. Schmidinger (Geschichte der Philosophie / hrsg. von Wolfgang Röd, 13).
- Toombs, S. Kay (2001): Reflections on bodily change: The lived experience of disability. In: S. Kay Toombs (Hg.): Handbook of phenomenology and medicine. Dordrecht, London: Kluwer Academic Publ (Philosophy and medicine, 68).
- Tuschling, Anna (2013): Psychologie der Angst. In: Lars Koch (Hg.): Angst. Ein interdisziplinäres Handbuch. Stuttgart, Weimar: Metzler, S. 41–51.

- Vetter, Helmuth; Ebner, Klaus; Kadi, Ulrike (Hg.) (2004): Wörterbuch der phänomenologischen Begriffe. Hamburg: Felix Meiner Verlag (Philosophische Bibliothek, 555).
- Waldenfels, Bernhard (1997): Phänomenologie des Eigenen und des Fremden. In: Herfried Münkler (Hg.): Furcht und Faszination: Facetten der Fremdheit. Berlin: Akad.-Verl. (Studien und Materialien der Interdisziplinären Arbeitsgruppe Die Herausforderung durch das Fremde der Berlin-Brandenburgischen Akademie der Wissenschaften), S. 65–83.
- Waldenfels, Bernhard (2007): Bruchlinien der Erfahrung. Phänomenologie, Psychoanalyse, Phänomenotechnik. 2. Aufl. Frankfurt am Main: Suhrkamp (Suhrkamp-Taschenbuch Wissenschaft, 1590).
- Waldenfels, Bernhard (2015): Sozialität und Alterität. Modi sozialer Erfahrung. 1. Aufl., Orig.-Ausg. Berlin: Suhrkamp (suhrkamp taschenbuch wissenschaft, 2137).
- Waldenfels, Bernhard (2019): Erfahrung, die zur Sprache drängt. Studien zur Psychoanalyse und Psychotherapie aus phänomenologischer Sicht. Erste Auflage, Originalausgabe. Berlin: Suhrkamp (suhrkamp taschenbuch wissenschaft, 2283).
- Wandruszka, B. (2014): Die Rolle der Zukunft für die menschliche Existenz im Allgemeinen und für die Psychotherapie im Besonderen. In: S. Micali, T. Fuchs und Wolfgang Blankenburg (Hg.): Wolfgang Blankenburg - Psychiatrie und Phänomenologie. Orig.-Ausg. Freiburg, München: Alber (Schriftenreihe der Deutschen Gesellschaft für Phänomenologische Anthropologie, Psychiatrie und Psychotherapie (DGAP), Bd. 2), S. 219–241.
- Wegner, D. M.; Schneider, D. J.; Carter, S. R.; White, T. L. (1987): Paradoxical effects of thought suppression. In: *Journal of personality and social psychology* 53 (1), S. 5–13. DOI: 10.1037/0022-3514.53.1.5.
- Wehrle, Maren (2021): Eine phänomenologische Genealogie und Kritik der Normalität leiblicher Erfahrung. In: Michael Staudigl (Hg.): Die Phänomenologie und das Politische. Freiburg/München.
- Weidtmann, N. (2020): Zur Phänomenologie des Schmerzes. In: *International Journal on Humanistic Ideology* (Volume 10, Issue 1), S. 175–195. Online verfügbar unter <https://www.proquest.com/openview/378d3ab44b6103af983a2f928f06f27d/1.pdf?cbl=105839&loginDisplay=true&pq-origsite=gscholar>.
- Weiß, H. (2019): Die Begegnung von Psychoanalyse, Phänomenologie und strukturaler Hermeneutik in Hermann Langs Verständnis der Zwangs. In: Hermann Lang und Gerda Pagel (Hg.): Angst und Zwang. Würzburg: Königshausen & Neumann, S. 88–99.
- Wyss, Dieter (1973): Beziehung und Gestalt. Entwurf e. anthropologischen Psychologie u. Psychopathologie. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Young, Iris Marion (1980): Throwing like a Girl: A Phenomenology of Feminine Body Comportment Motility and Spatiality. In: *Human Studies* 3 (2), S. 137–156.

10 Anhang

Abstract Deutsch

Die vorliegende Arbeit setzt sich mit Erfahrungen der Störung auseinander. Dabei stehen vor allem Phänomene wie Angst, Zwang, Schmerz und Melancholie im Vordergrund. Um diese zu beschreiben, wird die Welt des Autors, der mit dieser Arbeit seine eigene Fallgeschichte in den Blick nimmt, in ihrer Abwandlung bezüglich der Aspekte des Raums, der Zeit, des Leibs, der Intersubjektivität, der Intentionalität, Responsivität und in Hinblick auf ein verändertes Freiheitserleben (Können vs. Nichtkönnen) untersucht und expliziert. Die autobiografischen Schilderungen und ihre phänomenologischen Analysen greifen dabei auf Kategorien wie Fremdheit, Diskontinuität, Bruch, Desintegration und Dissoziation zurück, um die Störung des pathischen Empfindens, welche all den oben genannten Phänomenen zugrunde liegt, eidetisch herauszuarbeiten.

Abstract English

The work at hand deals with experiences of disorder. The main focus is on phenomena such as anxiety, compulsion, pain and melancholy. In order to describe these the world of the author, who is looking at his own case history with this work, is examined and explicated in its variation with regard to the aspects of space, time, the body, intersubjectivity, intentionality, responsivity and with respect to a changed experience of freedom (being able vs. not being able). The autobiographical descriptions and their phenomenological analyses draw on categories such as strangeness, discontinuity, rupture, disintegration and dissociation in order to elaborate in an eidetic manner the disturbance of the pathic experience that underlies all the previously mentioned phenomena.